

A. CORNELII CELSI

DE RE MEDICA

LIBER PRIMUS.

\*\*\*\*\*

UT alimenta sanis corporibus agricultura, sic sanitatem agris medicina promittit. Hæc quidem nusquam non est; siquidem etiam imperitissimæ gentes herbas, aliaque prompta in auxilium vulnerum morborumque, noverunt. Verùm tamen apud Græcos aliquantò magis quàm in cæteris nationibus, exulta est: ac ne apud hos quidem à primâ origine, sed paucis ante nos seculis; ut pote quùm vetustissimus auctor Æsculapius celebretur: qui, quoniam adhuc rudem et vulgarem hanc scientiam paulò subtiliùs excoluit, in deorum numerum receptus est. Hujus deindè duo filii, Podalirius et Machaon, bello Trojano ducem Agamemnonem secuti, non mediocrem opem commilitonibus suis attulerunt: quos tamen Homerus non in pestilentia, neque in variis generibus morborum aliquid attulisse auxilii, sed vulneribus tantummodò, ferro et medicamentis, mederi solitos esse proposuit. *to cure* Ex quo apparet, has partes medicinæ solas ab his esse tentatas, easque esse vetustissimas. Eodem quoque auctore disci potest, morbos tum ad iram deorum immortalium relatos esse; et ab iisdem opem posci solitam: verique simile est, inter non multa auxilia adversæ valetudinis, plerùmque tamen eam bonam contigisse ob bonos mores, quos neque desidia neque luxuria vitiant: siquidem hæc duo corpora priùs in Græciâ, *id est*

deindè apud nos, afflikerunt. Ideòque multiplex ista medicina, neque olim, neque apud alias gentes necessaria, vix aliquot ex nobis ad senectutis principia perducit.

Ergò etiam post eos de quibus retuli, nonnulli clari viri medicinam exercuerunt, donec majore studio litterarum disciplina agitari cœpit; quæ ut animo præcipuè omnium necessaria, sic corpori inimica est. Primòque medendi scientia sapientiæ pars habebatur, ut et morborum curatio, et rerum naturæ contemplatio sub iisdem auctoribus nata sit: scilicet his hanc maximè requirentibus, qui corporum sanorum robor, inquietâ cogitatione nocturnâque vigiliâ, minuerant. Ideòque multos ex sapientiæ professoribus peritos ejus fuisse accepimus: clarissimos verò ex his Pythagoram, et Empedoclem, et Democritum. Hujus autem, ut quidam crediderunt, discipulus Hippocrates Coss: primus quidem ex omnibus memoriâ dignis ab studio sapientiæ disciplinam hanc separavit, vir et arte et facundiâ insignis. Post quem Diocles Carystius, deindè Praxagoras et Chrisippus, tum Herophilus et Erasistratus, sic artem hanc exercuerunt, ut etiam in diversas curandi vias processerint.

Iisdem temporibus in tres partes medicina diducta est; ut una esset quæ victu, altera quæ medicamentis, tertia quæ manu mederetur. Primam *διαιτητικὴν*, secundam *φαρμακευτικὴν*, tertiam *χειρουργικὴν*, Græci nominaverunt. Ejus autem quæ victu morbos curat, longè clarissimi auctores etiam altiùs quædam agitare conati, rerum quoque naturæ sibi cognitionem vindicaverunt, tanquàm sine eâ trunca et debilis medicina esset. Post quos Serapion primus omnium, nihil hanc rationalem disciplinam pertinere ad medicinam professus, in usu tantùm et experimentis eam posuit. Quem Apollonius et Glaucias, et aliquantò post Heraclides Tarentinus, et alii quoque non mediocres viri secuti,

ex ipsâ professione se *Ἐμπειροζῶδες* appellaverunt. Sic in duas partes ea quoque quæ victu curat, medicina divisa est: aliis rationalem artem, aliis usum tantum sibi vindicantibus: nullo verò quicquam, post eos qui suprâ comprehensi sunt, agitante, nisi quod acceperat: donec Asclepiades medendi rationem ex magnâ parte mutavit: ex cujus successoribus Themison nuper ipse quoque quædam in senectute deflexit. Et per hos quidem maximè viros salutaris ista nobis professio increvit.

Quoniam autem ex tribus medicinæ partibus, ut difficillima, sic etiam clarissima est ea quæ morbis medetur, ante omnia de hac dicendum est. Et quia prima in eâ dissensio est, quòd alii sibi experimentorum tantummodò notitiam necessariam esse contendunt; alii, nisi corporum rerumque naturalium ratione compertâ, non satis potentem usum esse proponunt; indicandum est, quæ maximè ex utrâque parte dicantur, quò faciliùs nostra quoque opinio interponi possit.

Igitur hi qui rationalem medicinam profitentur, hæc necessaria esse proponunt; abditarum et morbos continentium causarum notitiam, deindè evidentium, post hæc etiam naturalium actionum, novissimè partium interiorum.

Abditas causas vocant in quibus requiritur, ex quibus principiis nostra corpora sint, quid secundam, quid adversam valetudinem faciat. Neque enim credunt posse eum scire, quomodò morbos curare conveniat, qui undè hi sint ignoret: neque esse dubium quin aliâ curatione opus sit, si ex quatuor principiis vel superans aliquid vel deficiens adversam valetudinem creat, ut quidam ex sapientiæ professoribus dixerunt; aliâ, si in humidis omnem vitium est, ut Herophilo visum est; aliâ, si in spiritu, ut Hippocrati; aliâ, si sanguis in eas venas quæ spiritui accommodatæ sunt, transfunditur, et inflammationem



quam φλεγμονῆν nominant, excitat, eaque inflammatio talem motum efficit qualis in febre est, ut Erasistrato placuit; aliâ, si manantia corpuscula per invisibilia foramina subsistendo iter claudunt, ut Aesclepiades contendit: eum verò rectè curaturum, quem prima origo causæ non fefellerit. Neque verò inficiantur experimenta quæ esse necessaria, sed ne ad hæc quidem aditum fieri potuisse, nisi ab aliquâ ratione, contendunt: non enim quilibet antiquiores viros ægris inculcasse, sed cogitasse quid maximè conveniret; et id usu explorasse, ad quod antè conjectura aliqua duxisset: neque interesse an initio pleraque explorata sint, si à consilio tamen cœperunt; et id quidem in multis ita se habere: sæpè verò etiam nova incidere genera morborum, in quibus nihil adhuc usus ostenderit; ut ideò necessarium sit animadvertere, undè ea cœperint; sine quo nemo mortalium reperire possit cur hoc quàm illo potiùs utatur. Et ob hæc quidem in obscuro positas causas persequuntur.

Evidentes verò has appellant, in quibus quærunt, initium morbi calor attulerit an frigus, fames an satietas, et quæ similia sunt: occurrurum enim citiùs ducunt eum qui originem non ignorarit.

Naturales verò corporis actiones appellant, per quas spiritum trahimus et emittimus, cibum potionemque assumimus et concoquimus, itemque per quas eadem hæc in omnes membrorum partes digeruntur. Tum requirunt etiam, quare venæ nostræ modò submittant sese, modò attollant: quæ ratio somni, quæ vigiliæ sit: sine quorum notitiâ neminem putant vel occurrere, vel mederi morbis inter hæc nascentibus, posse. Ex quibus quia quàm maximè pertinere ad rem concoctio videtur, huic potissimùm insistunt, et duce alii Erasistrato, atteri cibum in ventre contendunt; alii, Plisto-

nico Praxagoræ discipulo, putrescere : alii credunt Hippocrati per calorem cibos concoqui : acceduntque Asclepiadis æmuli, qui omnia ista vana et supervacua esse proponunt : nihil enim concoqui, sed crudam materiam, sicut assumpta est, in corpus omne diduci. Et hæc quidem inter eos parùm constant : illud verò convenit, alium dandum cibum laborantibus, si hoc; alium, si illud verum est : nam si teritur intùs, eum quærendum esse qui facillimè teri possit; si putrescit, eum in quo hoc expeditissimum est; si calor concoquit, eum qui maximè calorem foveat : at nihil ex his esse quærendum, si nihil concoquitur; ea verò sumenda quæ maximè manent, qualia assumpta sunt. Eàdemque ratione; quùm spiritus gravis est, quùm somnus aut vigilia urget, eum mederi posse arbitrantur, qui priùs illa ipsa, qualiter eveniant, præceperit.

Præter hæc, quùm in interioribus partibus, et dolores et morborum varia genera nascentur, neminem putant his adhibere posse remedia, quæ ipse ignoret. Necessarium ergò esse incidere corpora mortuorum, eorumque viscera atque intestina scrutari : longèque optimè fecisse Herophilum et Erasistratum, qui nocentes homines à regibus ex carcere acceptos, vivos inciderint, considerarentque, etiamnùm spiritu remanente, ea quæ natura antè clausisset, eorumque posituram, colorem, figuram, magnitudinem, ordinem, durtiæ, mollitiæ, lævorem, contactum; processus deindè singulorum et recessus, sive quid inseritur alteri, sive quid partem alterius in se recipit : neque enim, quùm dolor intùs incidit, scire quid doleat eum, qui, quâ parte quodque viscus intestinumve sit, non cognoverit : neque curari id quod ægrum est posse ab eo, qui, quid sit, ignoret : et, quùm per vulnus alicujus viscera patefacta sunt, eum qui sanæ eujusque colorem

partis ignoret, nescire, quid integrum, quid corruptum sit: ita nec succurrere quidem posse corruptis, aptiusque extrinsecus imponi remedia, compertis interiorum et sedibus et figuris, cognitâque eorum magnitudine: similesque omnia quæ proposita sunt, rationes habere: neque esse crudele, sicut plerique proponunt, hominum nocentium, et horum quoque paucorum, supplicii, remedia populis innocentibus seculorum omnium quæri.

Contra hi qui se ἐμπειρικὸς ab experienciâ nominant, evidentes quidem causas ut necessarias amplectuntur: obscurarum verò causarum et naturalium actionum quæstionem ideò supervacuum esse contendunt, quoniam non comprehensibilis natura sit. Non posse verò comprehendere, patere ex eorum qui de his disputarunt discordiâ; quum de istâ re, neque inter sapientiæ professores, neque inter ipsos medicos, conveniat. Cur enim potius aliquis Hippocrati credat, quàm Herophilo? cur huic potius quàm Asclepiadi? Si rationes sequi velis, omnium posse videri non improbabilis; si curationes, ab omnibus his ægros perductos esse ad sanitatem. Ita neque disputationi, neque auctoritati cujusquam fidem derogari oportuisse: etiam sapientiæ studiosos maximos medicos esse, si ratiocinatio hoc faceret; nunc illis verba superesse, deesse medend scientiam. Differre quoque pro naturâ locorum genera medicinæ; et aliud opus esse Romæ, aliud in Ægypto, aliud in Galliâ. Quòd si morbos hæ causæ facerent, quæ ubique eadem essent, remedia quoque ubique eadem esse debuissent: sæpè etiam causas apparere, ut puta lippitudinis, vulneris; neque ex his patere medicinam. Quòd si scientiam hanc non subjiciat evidens causa, multò minùs eam posse subjicere quæ in dubio est. Quum igitur illa incerta incomprehensibilisque sit, à certis potius et exploratis petendum esse præsidium; id est, iis quæ ex-



perientia in ipsis curationibus docuerit, sicut in cæteris omnibus artibus: nam ne agricolam quidem aut gubernatorem disputatione, sed usu fieri. Ac nihil istas cogitationes ad medicinam pertinere, eo quoque disci, quòd qui diversa de his senserint, ad eamdem tamen sanitatem homines perduxerint: id enim fecisse, quia non ab obscuris causis, neque à naturalibus actionibus quæ apud eos diversæ erant, sed ab experimentis, prout cuique responderant, medendi vias traxerint. Ne inter initia quidem ab istis quæstionibus deductam esse medicinam, sed ab experimentis: ægrorum enim qui sine medicis erant, alios propter aviditatem primis diebus protinùs cibum assumpsisse, alios propter fastidium abstinuisse, levatunque magis eorum morbum fuisse qui abstinerant. Itemque alios in ipsâ febre aliquid edisse, alios paulò ante eam, alios post remissionem ejus; optimè deindè his cessisse qui post finem febris id fecerant: eademque ratione alios inter principia protinùs usos esse cibo pleniore, alios exiguo; gravioresque eos factos qui se implèrant. Hæc similiaque quùm quotidie inciderent, diligentes homines notasse, quæ plerùmque meliùs responderent: deinde ægrotantibus ea præcipere cœpisse. Sic medicinam ortam, subindè aliorum salute, aliorum interitu, perniciosa discernentem à salutaribus. Repertis deindè jam remediis, homines de rationibus eorum disserere cœpisse: nec post rationem medicinam esse inventam; sed post inventam medicinam, rationem esse quasitam. Requirere etiam, si ratio idem doceat quòd experientia, an aliud: si idem, supervacuum esse; si aliud, etiam contrariam. Primò tamen remedia exploranda summâ curâ fuisse, nunc verò illa explorata esse: neque ulla aut nova genera morborum reperiri, aut novam desiderari medicinam. Quòd si jam incidat mali

genus aliquod ignotum, non ideò tamen fore medico de rebus cogitandum obscuris; sed eum protinùs visurum, cui morbo id proximum sit; tentaturumque remedia similia illis, quæ vicino malo sæpè succurrerint; et per ejus similitudinem opem reperiturum. Neque enim se dicere consilio medicum non egere, et irrationabile animal hanc artem posse præstare; sed has latentium rerum conjecturas ad rem non pertinere, quia non intersit, quid morbum faciat, sed qui tollat; neque ad rem pertinere, quomodò, sed quid optimè digeratur; sive hæc de causâ concoctio intercidat, sive de illâ; et sive concoctio sit illa, sive tantùm digestio. Neque quærendum esse quomodò spiremus, sed quid gravem tardumque spiritum expediat; neque quid venas moveat, sed quid quæque motûs genera significant. Hæc autem cognosci experimentis; et in omnibus ejusmodi cogitationibus, in utramque partem disseri posse: itaque ingenium et facundiam vincere; morbos autem non eloquentiâ, sed remediis, curari. Quæ si quis elinguis usu discreta benè nôrit, hunc aliquantò majorem medicum futurum, quàm si sine usu linguam suam excoluerit. Atque ea quidem de quibus est dictum, supervacua esse tantummodò: id verò quod restat, etiam crudele, vivorum hominum alvum atque præcordia incidi; et salutis humanæ præsidem artem, non solùm pestem alicui, sed hanc etiam atrocissimam inferre: quùm præsertim ex his quæ tantâ violentiâ quærantur, alia non possint omninò cognosci, alia possint etiam sine scelere. Nam colorem, lævorem, molliem, duritiem, similiaque omnia non esse talia, inciso corpore, qualia integro fuerint: quia quùm, corporibus inviolatis, hæc tamen metu, dolore, inediâ, cruditate, lassitudine et mille aliis mediocribus affectibus, sæpè mutantur; multò magis veri simile est interiora, quibus major mollietis et lux ipsa nova sit, sub



gravissimis vulneribus et ipsâ scrutatione <sup>1</sup> mutari. Neque quicquam esse stultius, quàm quale quidque vivo homine est, tale existimare esse moriente, immò jam mortuo. Nam ne uterum quidem, quo minùs ad rem pertineat, spirante homine, posse diduci: simul atque verò ferrùm ad præcordia accessit, et discissum transversum septum est, quod membranâ quâdam superiores partes ab inferioribus diducit, *διὰσφραγμα* Græci vocant, hominem protinùs animam amittere: ita demum mortui præcordia et viscus omne in conspectum lancinantis <sup>2</sup> medici dari necesse est tale, quale mortui sit, non quale vivi fuit. Itaque consequi medicum, ut hominem crudeliter jugulet, non ut sciat qualia vivi viscera habeamus. Si quid tamen sit quod, adhuc spirante homine, conspectui subjiciatur, id sæpè casum offerre curantibus. Interdùm enim gladiatorem in arenâ, vel militem in acie, vel viatorem à latronibus exceptum sic vulnerari, ut ejus interior aliqua pars aperiatur, et in alio alia; ita sedem, positum, ordinem, figuram, similiaque cognoscere prudentem medicum, non cædem, sed sanitatem molientem; idque per misericordiam discere, quod alii dirâ crudelitate cognoverint. Ob hæc, ne mortuorum quidem læsionem necessariam esse: quæ etsi non crudelis, tamen fœda sit; quùm aliter pleraque in mortuis se habeant: quantum verò in vivis cognosci potest, ipsa curatio ostendat.

Quùm hæc per multa volumina, perque magnæ contentionis disputationes à medicis sæpè tractata sint atque tractentur, subjiciendum est, quæ proxima vero videri possint. Ea neque addicta alterutri opinioni sunt, neque ab utrâque nimium abhorrentia, sed media quodam modo inter diversas sententias: quod in plurimis conten-

<sup>1</sup> Lindenius et Targa scribunt *trucidatione*.

<sup>2</sup> Iidem editores scribunt *latrocinantis*.

tionibusprehendere licet sine ambitione verum scrutantibus, perindè ut in hâc ipsâ re. Nam quæ demùm causæ vel secundam valetudinem præsent, vel morbos excitent; quo modo vel trahatur spiritus vel cibus digeratur, ne sapientiæ quidem professores scientiâ comprehendunt, sed conjecturâ persequuntur. Cujus autem rei non est certa notitia, ejus opinio certum reperire remedium non potest, verumque est ad ipsam curationem nihil plus conferre, quàm experientiam. Quamquam igitur multa sint ad ipsas artes propriè non pertinentia, tamen eas adjuvant excitando artificis ingenium: itaque ista quoque naturæ rerum contemplatio, quamvis non faciat medicum, aptiorem tamen medicinæ reddit. Perfectò veri simile est et Hippocratem et Erasistratum, et quicumque alii non contenti febres et ulcera agitare, rerum quoque naturam ex aliquâ parte scrutati sunt, non ideò quidem medicos fuisse, verùm ideò quoque majores medicos exstitisse. Ratione verò opus est ipsi medicinæ, et si non semper inter obscuras causas, neque inter naturales actiones, tamen sæpè. Est enim hæc ars conjecturalis: neque respondet ei plerùmque non solum conjectura, sed etiam experientia: et interdum non febris, non cibus, non somnus subsequitur, sicut assuevit. Rariùs, sed aliquandò tamen, morbus quoque ipse novus est: quem non incidere manifestè falsum est; quum ætate nostrâ quædam, ex naturalibus partibus carne prolapsâ et arente, intra paucas horas expiraverit, sic ut nobilissimi medici neque genus mali neque remedium invenient. Quos ego nihil tentasse judico, quia nemo in splendida personâ periclitari conjecturâ suâ voluerit, ne occidisse, nisi servasset, videretur. Veri tamen simile est potuisse aliquid excogitari, detractâ tali verecundiâ; et fortasse responsurum fuisse id quod aliquis esset expertus. Ad quod medicinæ genus, neque semper similitudo aliquid

confert; et si quando confert, tamen id ipsum rationale est, inter multa similia genera et morborum et remedium, cogitare, quo potissimum medicamento sit utendum. Quum igitur talis res incidit, medicus aliquid oportet inveniatur, quod non ubique fortasse, sed sæpius tamen etiam respondeat. Petet autem novum quoque consilium, non ab rebus latentibus, istæ enim dubiæ et incertæ sunt, sed ab his quæ explorari possunt; id est, evidentibus causis. Interest enim, fatigatio morbum an vigilia, an sitis an fames, an frigus an calor fecerit, an cibi vini que abundantia, an intemperantia libidinis. Neque ignorare hunc oportet, quæ sit ægri natura: humidum magis an magis siccum corpus ejus sit, validi nervi an infirmi, frequens adversa valetudo an rara, eaque, quum est, vehemens esse soleat an levis, brevis an longa: quod is vitæ genus sit secutus; laboriosum an quietum, cum luxu an cum frugalitate: ex his enim similibusque, sæpè curandi nova ratio ducenda est.

Quamvis ne hæc quidem sic præteriri debent, quasi nullam controversiam recipiant; nam et Erasistratus non ex his fieri morbos dixit; quoniam et alii et iidem aliàs post ista non febricitarint. Et quidam medici seculi nostri, sub auctore, ut ipsi videri volunt, Themisone, contendunt, nullius causæ notitiam quicquam ad curationes pertinere: satisque esse quædam communia morborum intueri: siquidem horum tria genera esse, unum adstrictum, alterum fluens, tertium mixtum. Nam modò parum excernere ægros, modò nimium; modò aliâ parte parum, aliâ nimium: hæc autem genera morborum modò acuta esse, modò longa; et modò increescere, modò consistere, modò minui. Cognito igitur eo quod ex his est, si corpus adstrictum est, digerendum esse; si profluvio laborat, continendum; si mixtum vitium habet, occurrendum subindè vehementiori malo. Et aliter acutis morbis meden-



dum, aliter vetustis; aliter increscentibus, aliter subsistentibus, aliter jam ad sanitatem inclinantibus. Horum observationem medicinam esse: quam ita finiunt, ut quasi viam quamdam, quam *μ.έθοδος* Græci nominant, eorumque quæ in morbis communia sunt, contemplatricem esse contendant. Ac neque rationalibus se, neque experimenta tantum spectantibus annumerari volunt: quum ab illis eo nomine dissentiant, quod in conjecturâ rerum latentium nolunt esse medicinam; ab his eo quod parum artis esse in observatione experimentorum credunt.

Quod ad Erasistratum pertinet, primum ipsa evidentia ejus opinioni repugnat; quia raro nisi post horum aliquid morbus venit: deinde non sequitur, ut quod alium non afficit, aut eundem aliâs, id ne alteri quidem, aut eidem tempore alio noceat. Possunt enim quædam subesse corpori, vel ex infirmitate ejus, vel ex aliquo affectu, quæ vel in alio non sunt, vel in hoc aliâs non fuerunt; eaque per se non tanta, ut concitent morbum, tamen obnoxium magis aliis injuriis corpus efficiant. Quod si contemplationem rerum naturæ, quam non temerè medici sibi vindicant, satis comprehendisset; etiam illud scisset, nihil omninò ob unam causam fieri, sed id pro causâ apprehendi, quod contulisse plurimum videtur. Potest autem id, dum solum est, non movere, quod junctum aliis maximè movet. Accedit ad hæc quod ne ipse quidem Erasistratus, qui, transfuso in arterias sanguine, febrem fieri dicit, idque nimis repleto corpore incidere, reperit, cur ex duobus æquè repletis, alter in morbum inciderit, alter omni periculo vacarit; quod quotidie fieri apparet. Ex quo disci potest, ut vera sit illa transfusio, tamen illam non per se, quum plenum corpus est, fieri, sed quum horum aliquid accesserit.

Themisonis verò æmuli, si perpetua quæ promittunt,

habent, magis etiam quàm ulli rationales sunt. Neque enim, si quis non omnia tenet, quæ rationalis alius probat, protinùs alio novo nomine artis indiget; si modò quod primum est, non memoriæ soli, sed rationi quoque insistit. Sin, quod vero propius est, vix ulla perpetua præcepta medicinalis ars recipit, iidem sunt quod ii, quos experimenta sola sustinent, eò magis quoniam, si compresserit aliquem morbus aut fuderit, quilibet etiam imperitissimus videt: quid autem compressum corpus resolvat, quid solutum teneat, si à ratione tractum est, rationalis est medicus: sin, ut ei qui se rationalem negat, confiteri necesse est, ab experienciâ, empiricus est. Ità apud eum morbi cognitio extra artem, medicina intra usum est: neque adjectum quicquam empiricorum professioni, sed demptum est; quoniam illi multa circumspiciunt, hi tantùm facillima, et non plus quàm vulgaria. Nam et hi qui pecoribus ac jumentis medentur, quùm propria ejusque ex mutis animalibus nosse non possint, communibus tantummodò insistunt: et extræ gentes, quùm subtilem medicinæ rationem non noverint, communia tantùm vident: et qui ampla valetudinaria nutriunt, quia singulis summâ curâ consulere non sustinent, ad communia ista confugiunt. Neque hercules istud antiqui medici nescierunt, sed his contenti non fuerunt: ergo etiam vetustissimus auctor Hippocrates, dixit mederi oportere et communia et propria intuentem.

Ac ne isti quidem ipsi intrâ suam professionem consistere ullo modo possunt. Siquidem et compressorum et fluentium morborum genera diversa sunt; faciliùsque id in his quæ fluunt, inspicere potest. Aliud est enim sanguinem, aliud bilem, aliud cibum vomere: aliud dejectionibus, aliud torminibus laborare: aliud sudore digerere, aliud tabe consumi. Atque in partes quoque humores erumpit, ut in oculos auresque; quo periculo nullum

humanum membrum vacat: nihil autem horum sic ut aliud curatur. Ità protinùs in his à communi fluentis morbi contemplatione, ad propriam medicina descendit. Atque in hâc quoque rursus alia proprietatis notitia sæpè necessaria est: quia non eadem omnibus, etiam in similibus casibus, opitulantur: siquidem certæ quædam res sunt, quæ in pluribus ventrem aut adstringunt, aut resolvunt. Inveniuntur tamen in quibus aliter atque in cæteris, idem eveniat: in his ergo communium inspectio contraria est, priorum tantùm salutaris. Et causæ quoque æstimatio sæpè morbum solvit. Ergo etiam ingeniosissimus seculi nostri medicus, quem nuper vidimus, Cassius, febricitanti cuidam et magnâ siti affecto, quùm post ebrietatem eum premi cœpisse cognosset, aquam frigidam ingessit: quâ ille epotâ quùm vini vim miscendo fregisset, protinùs febrem somno et sudore discussit. Quod auxilium medicus opportunè providit non ex eo quod aut adstrictum corpus erat aut fluebat, sed ex eâ causâ quæ ante præcesserat. Estque etiam proprium aliud et loci et temporis, istis quoque auctoribus, qui, quùm disputant quemadmodum sanis hominibus agendum sit, præcipiunt ut gravibus aut locis aut temporibus magis vitetur frigus, æstus, satietas, labor, libido: magisque ut conquiescat iisdem aut locis aut temporibus, si quis gravitatem corporis sensit; ac neque vomitu stomachum, neque purgatione alvum sollicitet. Quæ vera quidem sunt; à communibus tamen ad quædam propria descendunt; nisi persuadere nobis volunt, sanis quidem considerandum esse, quod cælum, quod tempus anni sit; ægris verò non esse: quibus tantò magis obnoxia offensis infirmitas est. Quinetiam morborum in iisdem hominibus aliæ atque aliæ proprietates sunt: et qui secundis aliquandò frustrâ curatus est, contrariis sæpè restituitur.



Plurima quoque in dando cibo discrimina reperientur: ex quibus contentus uno ero. Nam famem facilius adolescens quam puer; facilius in tenui cœlo quam in denso; facilius æstate quam hieme; facilius uno cibo quam prandio quoque assuetus; facilius inexercitatus quam exercitatus homo sustinet: sæpè autem in eo magis necessaria cibi festinatio est, qui minus inediam tolerat. Ob quæ competit, eum qui propria non novit, communia tantum intueri debere; eumque qui nosse propria potest, illa quidem non oportere negligere, sed his quoque insistere: ideòque, quum par scientia sit, utiliorem tamen medicum esse amicum quam extraneum.

Igitur, ut ad propositum meum redeam, rationalem quidem puto medicinam esse debere; instrui verò ab evidentibus causis, obscuris omnibus non à cogitatione artificis, sed ab ipsâ arte, rejectis. Incidere autem vivorum corpora, et crudele et supervacuum est; mortuorum verò, discentibus necessarium: nam positum et ordinem nosse debent, quæ cadaver melius quam vivus et vulneratus homo, repræsentant: sed et cætera quæ cognosci in vivis modò possunt, in ipsis curationibus vulneratorum paulò tardiùs, sed aliquantò mitiùs usus ipse monstrabit.

His propositis, primum dicam, quemadmodum sanos agere conveniat, tum ad ea transibo quæ ad morbos et curationes eorum pertinebunt.

SECT. I. Sanus homo, qui et benè valet, et suæ spon-  
tis est, nullis obligare se legibus debet; ac neque medico  
neque iatraliptà egere. Hunc oportet varium habere  
vitæ genus; modò ruri esse, modò in urbe, sæpiùsque  
in agro; navigare, venari, quiescere interdùm, sed fre-  
quentiùs se exercere, siquidem ignavia corpus hebetat,  
labor firmat: illa maturam senectutem, is longam  
adolescentiam reddit. Prodest etiam interdùm balneo,  
interdùm aquis frigidis uti; modò ungi, modò id ipsum  
negligere; nullum cibi genus fugere quo populus uta-  
tur; interdùm in convivio esse, interdum ab eo se re-  
trahere; modò plus justo, modò non ampliùs assumere;  
bis die potiùs quàm semel cibum capere; et semper  
quàm plurimùm, dummodò hunc concoquat. Sed ut  
hujus generis exercitationes cibique necessarij sunt, sic  
athletici supervacui: nam et intermissus propter aliquas  
civiles necessitates ordo exercitationis corpus affligit; et  
ea corpora quæ more eorum repleta sunt, celerrimè et  
senescunt et ægrotant. Concubitus verò neque nimis con-  
cupiscendus, neque nimis pertimescendus est. Rarus  
corpus excitat; frequens, solvit. Quùm autem frequens,  
non numero sit, sed naturà, ratione ætatis et corporis,  
scire licet eum non inutilem esse, quem corporis neque  
languor neque dolor sequitur. Idem interdum pejor, tu-  
tior noctù: ità tamen, si neque illum cibum, neque hunc  
cum vigilià labor statim sequitur. Hæc firmis servanda  
sunt, cavendumque ne in secundà valetudine adversæ  
præsidia consumantur.

SECT. II. At imbecillis, quo in numero magna pars  
urbanorum, omnesque pene cupidi litterarum sunt, ob-  
servatio major necessaria est; ut, quod vel corporis vel  
loci vel studij ratio detrahit, cura restituat.

Ex his igitur qui benè concoxit, manè tutò surget:

qui parùm, quiescere debet; et, si manè surgendi necessitas fuerit, redormire: qui non concoxit ex toto, conquiescere; ac neque labori se, neque exercitationi neque negotiis, credere. Qui crudum sine præcordiorum dolore ructat, is ex intervallo aquam frigidam bibere; et se nihilo minùs continere. Habitare verò ædificio lucido, perflatum æstivum, hibernum solem habente, cavere meridianum solem, matutinum et vespertinum frigus; itemque auras fluminum atque stagnorum; minimèque, nubilo cælo, soli aperienti se committere; ne modò frigus modò calor noceat: quæ res maximè gravèdines destillationesque concitat. Magis verò gravibus locis ista servanda sunt, in quibus etiam pestilentiam faciunt. Scire autem licet integrum corpus esse, quùm quotidie mane urina alba, dein rufa est: illud concoquere, hoc concoxisse significat. Ubi experrectus est aliquis, paulùm intermittere; deindè, nisi hiems est, fovere os multà aquà frigidà debet: longis diebus meridiari potius ante cibum; sin minùs, post eum. Per hiemem potissimùm totis noctibus conquiescere: sin lucubrandum est, non post cibum id facere, sed post concoctionem. Quem interdium vel domestica vel civilia officia tenuerunt, huic tempus aliquod servandum curationi corporis sui est. Prima autem ejus curatio exercitatio est, quæ semper antecedere cibum debet: in eo qui minùs laboravit et benè concoxit, amplior; in eo qui fatigatus est, et minùs concoxit, remissior. Commodè verò exercent, clara lectio, arma, pila, cursus, ambulatio; atque hæc non ubique plana commodior est; siquidem meliùs ascensus quoque et descensus cum quãdam varietate corpus moveat, nisi tamen id perquam imbecillum est: melior autem est sub divo quàm in porticu: melior, si caput patitur, in sole quàm in umbrà: melior in umbrà quam parietes aut viridaria efficiunt, quàm quæ tecto subest;



melior recta quàm flexuosa. Exercitationis autem plerumque finis esse debet sudor, aut certè lassitudo quæ citrà fatigationem sit: idque ipsum modò minùs, modò magis faciendum est. Ac ne his quidem, athletarum exemplo, certa esse lex vel immodicus esse labor debet. Exercitationem rectè sequitur modò unctio, vel in sole vel ad ignem; modò balneum, sed in conclavi quàm maximè et alto et lucido et spatioso: Ex his verò neutrum sæpè fieri oportet, sed sæpiùs alterutrum, pro corporis naturâ. Post hæc paulùm conquiescere opus est. Ubi ad cibum ventum est, nunquàm utilis est nimia satietas; sæpè inutilis nimia abstinentia; sed, si qua intemperantia subest, tutior est in potione quàm in escâ. Cibus à salsamentis, oleribus, similibusque rebus meliùs incipit: tum caro assumenda est, quæ assa optima aut elixa est. Condita omnia duabus de causis inutilia sunt, quoniam et plus propter dulcedinem assumitur, et quod modò par est, id tamen ægriùs concoquitur. Secunda mensa bono stomacho nihil nocet; in imbecillo coacescit. Si quis itaque hoc parùm valet, palmulas pomaque et similia meliùs primo cibo assumit. Post multas potiones, quæ aliquantum sitim excesserunt, nihil edendum est: post satietatem, nihil agendum. Ubi expletus est aliquis, faciliùs concoquit, si quicquid assumpsit, potione aquæ frigidæ includit: tum paulisper invigilet, deindè benè dormit. Si quis interdiù se implevit, post cibum neque frigori neque æstui, neque labori, se debet committere: neque enim tam facilè hæc inani corpore quàm repleto nocent. Si quibus de causis futura inedia est, labor omnis vitandus est.

SECT. III. Atque hæc quidem penè perpetua sunt: quasdam tamen observationes desiderant, et novæ res, et corporum genera, et sexus, et ætates, et tempora anni. Nam neque ex salubri loco in gravem, neque ex gravi in salu-

brem transitus satis tutus est. Ex salubri in gravem primâ hieme; ex gravi in eum qui salubris est, primâ ætate transire melius est. Neque verò ex multâ fame nimia satietas, neque ex nimîâ satietate fames idonea est. Periclitatur quoque et qui semel, et qui bis die cibum continenter! contra consuetudinem assumit. Item neque ex nimio labore subitum otium, neque ex nimio otio subitus labor sine gravi noxâ est. Ergo, quùm quis mutare aliquid volet, paulatim debet assuescere. Omnem etiam laborem faciliùs vel puer vel senex quàm insuetus homo sustinet. Atque ideò quoque nimis otiosa vita utilis non est, quia potest incidere laboris necessitas. Si quandò tamen insuetus aliquis laboravit, aut multò plus quàm solet etiam is qui assuevit, huic jejuno dormiendum est: multò magis, si etiam os amarum est, vel oculi caligant, aut venter perturbatur: tùm enim non dormiendum tantummodò jejuno est, sed etiam in posterum diem ita permanendum, nisi citò id quies sustulit. Quod si factum est, surgere oportet, et lentè paululùm ambulare. At si somni necessitas non fuit, quia modicè magis aliquis laboravit, tamen ingredi aliquantum eodem modo debet. Communia deindè omnibus sunt post fatigationem cibum sumpturis, ubi paulùm ambulaverunt, si balneum non est, calido loco vel in sole vel ad ignem ungi atque sudare: si est, ante omnia in tepidario sedere; deindè, ubi paulùm conquieverunt, intrare et descendere in solium; tùm multo oleo ungi leniterque perfricari: iterùm in solium descendere: post hæc os aquâ calidâ fovere, deindè frigidâ. Balneum his fervens idoneum non est. Ergo si nimium alicui fatigato penè febris est, huic abundè est loco tepido demittere se inguinibus tenuis in

1 Lindenius et Targa scribunt *incontinenter*; nobis rationi magis conveniens visum est dicere *continenter*.

aquam calidam, cui paulum olei adjectum sit : deinde totum quidem corpus, maximè tamen eas partes quæ in aquâ fuerunt, leniter perfricare ex oleo, cui vinum, et paulum contriti salis sit adjectum. Post hæc omnibus fatigatis aptum est cibum sumere, eoque humido uti; aquâ, vel certè dilutâ potionè esse contentos, maximèque eâ quæ moveat urinam. Illud quoque nosse oportet, quòd ex labore sudanti frigida potio perniciosissima est : atque etiam, quum sudor se remisit, itinere fatigatis inutilis. A balneo quoque venientibus Asclepiades inutilem eam iudicavit : quod in his verum est, quibus alvus facilè nec tutò resolvitur, quique facilè inhorrescunt : perpetuum in omnibus non est, quum potius naturale sit potionè æstuantem stomachum refrigerari. Quod ità præcipio, ut tamen fatear, ne ex hac quidem causâ sudanti adhuc frigidam bibendum esse. Solet etiam prodesse, post varium cibum frequentesque dilutas potiones, vomitus, et postero die longa quies, deinde modica exercitatio. Si assidua fatigatio urget, in vicem modò aqua, modò vinum bibendum est, raroque balneo utendum. Levat quoque lassitudinem etiam laboris mutatio : eumque quem novum genus eujusdam laboris pressit, id quod in consuetudine est, reficit. Fatigato quotidianum cubile tutissimum est, lassat enim quod contra consuetudinem, seu molle seu durum est. Propriè quædam ad eum pertinent, qui ambulando fatigatur. Hunc reficit in ipso quoque itinere frequens frictio : post iter primùm sedile, deinde unctio ; tùm calidâ aquâ in balneo magis superiores partes, quàm inferiores foveat. Si quis verò exustus in sole est, huic in balneum protinàs eundum est, perfundendumque oleo corpus et caput : deinde in solium benè calidum descendendum est ; tùm multa aqua per caput infundenda, priùs calida, deinde frigida. At ei qui perfrixit, opus est in balneo primùm involuto sedere



donec insudet, tùm ungi, deindè lavari: cibum modicum, potiones meracas, assumere. Is verò qui navigavit, et nausèa pressus est, si multam bilem evomuit, vel abstinere cibo debet, vel paulùm aliquid assumere. Si pituitam acidam effudit, utique sumere cibum, sed assueto levio- rem: si sine vomitu nausea fuit, vel abstinere, vel post cibum vomere. Qui verò toto die, vel in vehiculo, vel in spectaculis sedit, huic nihil eurrendum, sed lentè ambulandum est. Lenta quoque in balneo mora, dein cœna exigua prodesse consueverunt. Si quis in balneo æstuat, reficit hunc ore exceptum, et in eo retentum, acetum: si id non est, eodem modo frigida aqua assump- ta. Ante omnia alii graciles, alii obesi sunt; alii calidi, alii frigidiores; alii humidi, alii sicciore; alios adstricta, alios resoluta alvus exercet. Rarò quisquam non aliquam partem corporis imbecillam habet. Tenuis verò homo implere se debet, plenus extenuare, calidus refrigerare, frigidus calefacere, madens siccare, siccus madefacere: itemque alvum firmare is cui fusa; solvere is cui ad- stricta est: succurrendumque semper parti maximè la- boranti est.

Implet autem corpus modica exercitatio, frequentior quies, unctio, et, si post prandium est, balneum, con- tracta alvus, modicum frigus hieme, somnus et plenus et non nimis longus, molle cubile, animi securitas, as- sumpta per cibos et potiones maximè dulcia et pin- guia, cibus et frequentior, et quantum plenissimè po- test concoqui <sup>1</sup>. Extenuat corpus aqua calida, si quis in eam descendit, magisque, si salsa est: in jejuno bal- neum, inurens sol, et omnis calor, cura, vigilia, som- nus nimium vel brevis vel longus: lectus per ætatem

<sup>1</sup> Lindenium hic secuti sumus, quanvis apud Targam lega- tur *quantus plenissimus*.

terra, hieme durum cubile: cursus, multa ambulatio, omnisque vehemens exercitatio, vomitus, dejectio, acidæ res et austeræ, et semel die assumptæ, et vini non perfrigidi potio jejuno in consuetudinem adducta.

Quùm verò inter extenuantia posuerim vomitum et dejectionem, de his quoque propriè quædam dicenda sunt. Rejectum esse ab Asclepiade vomitum in eo volumine, quod *de tuendâ sanitate* composuit, video: neque reprehendo, si offensus eorum est consuetudine, qui quotidie ejiciendo vorandi facultatem moliantur. Paulò etiam longius processit, idem purgationes quoque eodem volumine expulit: et sunt hæc perniciosæ, si nimis valentibus medicamentis fiunt: sed hæc tamen submovenda esse non est perpetuum: quia corporum temporumque ratio potest ea facere necessaria, dùm et modo, et non nisi quùm opus est, adhibeantur. Ergo ille quoque ipse, siquid jam corruptum esset, expelli debere confessus est: ita non ex toto res condemnanda est. Sed esse ejus etiam plures causæ possunt: estque in eâ quædam paulò subtilior observatio adhibenda. Vomitus utilior est hieme quàm æstate: nam tùm et pituitæ plus, et capitalis gravitas major subest. Inutilis est gracilibus et imbecillum stomachum habentibus: utilis verò est plenis et biliosis omnibus, si vel nimium se replerunt, vel parùm concoxerunt. Nam, sive quis plus est quàm quod concoquere possit, periclitari ne corrumpatur non oportet: sive jam corruptum est, nihil commodius est quàm id, quâ viâ primùm expelli potest, ejicere. Itaque ubi amari ructus cum dolore et gravitate præcordiorum sunt, ad hunc protinus confugiendum est. Idem prodest ei cui pectus æstuat et frequens saliva vel nausea est, aut sonant aures, aut madent oculi, aut os amarum est: similiterque ei qui vel cælum vel locum mutat; iisque quibus, si per plures dies

non vomuerunt, dolor præcordia infestat. Neque ignoro inter hæc præcipi quietem, quæ non semper contingere potest agendi necessitatem habentibus, nec in omnibus idem facit. Itaque istud luxuriæ causâ fieri non oporteat confiteor: interdum valetudinis causâ rectè fieri experimentis credo. Commoneo tamen, ne quis qui valere et senescere volet, hoc quotidianum habeat. Qui vomere post cibum volet, si ex facili facit, aquam tantum tepidam antè debet assumere; si difficilius, aquæ vel salis vel mellis paulum adjicere. At qui manè vomiturus est, antè bibere mulsum, vel hyssopum, aut esse radiculam, debet; deinde aquam tepidam, ut supra scriptum est, bibere. Cætera quæ antiqui medici præceperunt, stomachum omnia infestant. Post vomitum, si stomachus infirmus est, paulum cibi, sed hujus idonei, gustandum; et aquæ frigidæ cyathi tres bibendi sunt; nisi tamen vomitus fauces exasperavit. Qui vomuit, si manè id fecit, ambulare debet, tum ungi, deinde cœnare; si post cœnam, postero die lavari, et in balneo sudare. Huic proximus cibus mediocris utilior est: isque esse debet cum pane hesterno, vino austero meraco, et carne assâ cibusque omnibus quàm siccissimis. Qui vomere bis in mense vult, melius consulet, si biduo continuârit, quàm si post quintum decimum diem vomuerit; nisi hæc mora gravitatem pectori faciet.

Dejectio autem à medicamento quoque petenda est, ubi venter suppressus parum reddit, ex eoque inflationes, caligines, capitis dolores, aliaque superioris partis mala increscunt. Quid enim inter hæc adjuvare possunt quies et inedia, per quas illa maximè eveniunt? Qui dejicere volet, primum cibus vinisque utatur his quæ hoc præsentent: dein, si parum illa proficient, aloën sumat. Sed purgationes quoque, ut interdum necessariæ sunt, sic, ubi frequentes sunt, periculum afferunt: assuescit enim



non ali corpus; quàm omnibus morbis obnoxia maximè infirmitas sit.

Calefacit autem unctio, aqua salsa, magisque si calida est, omnia salsa, amara, carnosa; si post cibum est, balneum, vinum austerum. Refrigerat in jejunio et balneum et somnus, nisi nimis longus est, et omnia acida; aqua quàm frigidissima; oleum, si aquà misceatur.

Humidum autem corpus efficit labor minor quàm ex consuetudine, frequens balneum, cibus plenior, multa potio; post hanc ambulatio et vigilia: per se quoque ambulatio multa et vehemens, et matutinæ exercitationi non protinùs cibus adjectus; ea genera escae quæ veniunt ex locis frigidis, et pluviis, et irriguis. Contrà siccit immodica exercitatio, fames, unctio sinè aquà, calor, sol modicus, frigida aqua, cibus exercitationi statim subiectus, et is ipse ex siccis et æstuosis veniens.

Alvum adstringit labor, sedile, creta figularis corpori illita, cibus imminutus, et is ipse semel die assumptus ab eo qui his solet; exigua potio, neque adhibita, nisi quàm cibi quis quantum assumpturus est, cepit: post cibum quies. Contrà solvit aueta ambulatio atque esca, motus qui post cibum est, subindè potiones cibo immistæ. Illud quoque scire oportet, quod ventrem vomitus solutum comprimit, compressum solvit: itemque comprimit is vomitus qui statim post cibum est; solvit is qui tardè supervenit. Quod ad ætates verò pertinet, in mediam facillimè sustinent mediæ ætates, minùs juvenes, minimè pueri et senectute confecti. Quò minùs fert facilè quisque, eò sapiùs debet cibum assumere; maximèque eo eget qui increscit. Calida lavatio et pueris et senibus apta est. Vinum dilutius pueris, senibus meracius: neutri ætati, quæ inflationes movent. Juvenum minùs quæ assumant, et quomodò curentur, interest. Quibus juvenibus fluxit alvus, plerùmque in senectute contrahitur:

quibus in adolescentiâ fuit adstricta, sæpè in senectute solvitur. Melior est autem in juvene fusior, in sene adstrictior. Tempus quoque anni considerare oportet. Hieme plus esse convenit, minùs sed meraciùs bibere; multo pane uti, carne potiùs elixâ, modicè oleribus; semel die cibum capere, nisi si nimis venter adstrictus est. Si prandet aliquis, utiliùs est exiguum aliquid, et ipsum siccum sine carne, sine potione sumere. Eo tempore anni calidis omnibus potiùs utendum est, vel calorem moventibus. Venus tùm non æquè perniciosa est. At vere, paulùm cibo demendum, adjiciendumque potioni; sed dilutiùs tamen bibendum est: magis carne utendum, magis oleribus; transeundum paulatim ab elixis ad assa. Venus eo tempore anni tutissima est. Æstate verò, et potione et cibo eget sæpiùs corpus; ideò prandere quoque commodum est. Eo tempore aptissima sunt et caro et olus; potio quàm dilutissima, ut et sitim tollat, nec corpus incendat; frigida lavatio, caro assa, frigidi cibi vel qui refrigerent. Ut sæpiùs autem cibo utendum, sic exiguo est. Per autumnum verò, propter cœli varietatem, periculum maximum est. Itaque neque sine veste, neque sine calceamentis prodire oportet, præcipuèque diebus frigidioribus, neque sub divo nocte dormire, aut certè benè operiri. Cibo verò jam paulò pleniore uti licet, minùs sed meraciùs bibere. Poma nocere quidam putant, quæ immodicè toto die plerùmque sic assumuntur, ut ne quid ex densiore cibo remittatur. Ita non hæc, sed consummatio omnium nocet: ex quibus in nullo tamen minùs, quàm in his noxæ est: sed his uti non sæpiùs quàm alio cibo convenit. Denique aliquid densiori cibo, quàm hic accedit, necessarium est demi. Neque æstate verò, neque autumnò utilis Venus est; tolerabitur tamen per autumnum: æstate in totum, si fieri potest, abstinendum.

SECT. IV. Proximum est, ut de iis dicam, qui partes aliquas corporis imbecillas habent. Cui caput infirmum est, is si benè concoxerit, leniter perfricare id manè manibus suis debet; nunquàm id, si fieri potest, veste velare; ad eutem tonderi: utile quoque lunam vitare, maximèque ante ipsum lunæ solisque concursum; sed nusquàm post cibum progredi. Si cui capilli sunt, eos quotidie pectere, multum ambulare; sed, si licet, neque sub tecto, neque in sole: ubique autem vitare solis ardorem, maximèque post cibum et vinum: potiùs ungi quàm lavari; nunquàm ad flammam ungi; interdum ad prunam. Si in balneum venit, sub veste primùm paulum in tepidario insudare; ibi ungi, tum transire in calidarium: ubi sudarit, in solium non descendere, sed multà calidà aquà per caput se totum perfundere, tum tepidà, dein frigidà diutiùsque eà caput quàm cæteras partes perfundere; deindè id aliquandiu perfricare, novissimè detergere et ungere. Capiti nihil aequè prodest atque aqua frigida: itaque is cui hoc infirmum est, per æstatem id benè largo canali quotidie debet aliquandiu subjicere. Semper autem, etiam si sine balneo unctus est, neque totum corpus refrigerare sustinet, caput tamen aquà frigidà perfundere: sed quum cæteras partes attingi nolit, demittere id, ne ad cervices aqua descendat; eamque, ne quid oculis aliisve partibus noceat, defluentem subindè manibus ad hoc regerere. Huic modicus cibus necessarius est, quem facile concoquat; isque, si jejunio caput læditur, assumendus etiam medio die est: si non læditur, semel potiùs. Bibere huic assidue vinum dilutum, lene, quàm aquam magis expedit; ut quum caput gravius esse cœperit, sit quò confugiat: eique ex toto neque vinum neque aqua semper utilia sunt: medicamentum utrumque est, quum in vicem assumitur. Scribere, legere, voce contendere, huic opus non est, utique post



cœnam : post quam nec cogitatio quidem ei satis tuta est, maximè tamen vomitus alienus est.

SECT. V. Neque verò his solis, quos capitis imbecillitas torquet, usus aquæ frigidæ prodest; sed iis etiam quos assiduæ lippitudines, gravedines, destillationes, tonsillæque malè habent. His autem non caput tantùm quotidie perfundendum est sed os quoque multa frigidâ aquâ fovendum est: præcipuèque omnibus quibus hæc utile auxilium est, eo utendum est, ubi gravius cœlum auri reddiderunt. Quùmque omnibus inutilis sit post cibum aut contentio aut agitatio animi, tùm his præcipuè qui vel capitis vel arteriæ dolores habere consuerunt, vel quoslibet alios oris affectus. Vitari etiam gravedines destillationesque possunt, si quàm minimè is qui his opportunus est, aerem vel loca aquasque mutat; si caput in sole protegît, ne incendatur, neve subito ex repentino nubilo frigus id moveat; si post concoctionem jejunos caput radit; si post cibum neque legit, neque scribit.

SECT. VI. Quem verò frequenter cita alvus exercet, huic opus est pilâ similibusque superiores partes exercere; dùm jejunos est, ambulare; vitare solis nimium ardorem, continua balnea; ungi citrà sudorem: non uti cibis variis, minimèque jurulentis, leguminibus oleribusque his quæ celeriter descendunt; omnia denique sumere quæ tardè concoquuntur. Venatio, durique pisces, et ex domesticis animalibus assa caro maximè juvant. Numquàm vinum salsum bibere expedit, ne tenue quidem aut dulce; sed austerum et plenius, neque id ipsum pervetus. Si mulso uti volet, id ex decocto melle faciendum est. Si frigidæ potiones ventrem ejus non turbant, his utendum potissimum est. Si quid offensæ in cœnâ sensit, vomere debet; idque postero quoque die facere: tertio, modici ponderis panem ex vino esse, aut ova fricta ex oleo vel

ex defruto similibusque aliis: deindè ad consuetudinem redire. Semper autem post cibum conquiescere, ac neque intendere animum, neque ambulatione quamvis leni dimoveri.

SECT. VII. At si laxius intestinum dolere consuevit, quod  $\alpha\omicron\lambda\omicron\nu$  nominant, quùm id nihil nisi genus inflationis sit, id agendum est, ut concoquat aliquis; ut lectione et aliis generibus exerceatur; utatur balneo calido, cibis quoque et potionibus calidis; denique omni modo frigus evitet; item dulcia omnia leguminaque, et quicquid inflare consuevit.

SECT. VIII. Si quis verò stomacho laborat, legere clarè debet, post lectionem ambulare: tùm pilà vel armis aliòve quo genere, quo superior pars movetur, exerceri: non aquam, sed vinum calidum bibere jejunos: cibum bis die assumere, sic tamen ut facilè concoquat: uti vino tenui et austero, et post cibum frigidis potionibus potiùs. Stomachum autem infirmum indicant pallor, macies, præcordiorum dolor, nausea, et nolentium vomitus, in jejuno dolor capitis: quæ in quo non sunt, is firmi stomachi est. Neque credendum utique nostris est, qui, quùm in adversà valetudine vinum aut frigidam aquam concupierunt, deliciarum patrociniùm accusationem non merentis stomachi habent. At, qui tardè concoquunt, et quorum ideò præcordia inflantur, quive propter ardorem aliquem noctu sitire consuerunt, antequàm conquiescant, duos tresve cyathos per tenuem fistulam bibant. Prodest etiàm adversùm tardam concoctionem clarè legere, deindè ambulare, tùm vel ungi vel lavari; assiduè vinum frigidum bibere; et post cibum, magnam potionem, sed, ut ut suprà dixi, per siphonem: deindè omnes potiones aquà frigidà includere. Cui verò cibus acescit, is ante eum bibere aquam egelidam debet, et vomere: at si cui ex hoc frequens dejectio in-

eidit, quoties alvus ei constiterit, frigidâ potione potissimum utatur.

SECT. IX. Si cui verò dolere nervi solent, quod in podagrâ chiragrâve esse consuevit, huic, quantum fieri potest, exercendum id est quod affectum est, objiciendumque labori et frigori: nisi quum dolor increvit, sub quo quies optima est. Venus ei semper inimica est. Concoctio, sicuti in omnibus corporis affectibus, necessaria est: cruditas enim id maxime lædit, et quoties offensum corpus est, vitiosa pars maxime sentit.

Ut concoctio autem omnibus vitiis occurrit, sic rursus aliis frigus, aliis calor: quæ sequi quisque pro habitu corporis sui debet. Frigus inimicum est seni, tenui, vulneri, præcordiis, intestinis, vesicæ, auribus, coxis, scapulis, naturalibus, ossibus, dentibus, nervis, vulvæ, cerebro. Idem summam cutem facit pallidam, aridam, duram, nigram: ex hoc horrores tremoresque nascuntur. At prodest juvenibus, et omnibus plenis: erectiorque mens est, et melius concoquitur, ubi frigus quidem est, sed cavetur. Aqua verò frigida infusa, præterquam capiti, etiam stomacho prodest: item articulis doloribusque qui sunt sine ulceribus: item rubicundis nimis hominibus, si dolore vacant. Calor autem adjuvat omnia quæ frigus infestat, item lippientes, si nec dolor nec lacrymæ sunt; nervos quoque qui contrahuntur, præcipueque ea ulcera quæ ex frigore sunt. Idem corporis colorem bonum facit, urinam movet. Si nimius est, corpus effeminat, nervos emollit, stomachum solvit. Minime verò aut frigus aut calor tuta sunt ubi subita insuetis sunt: nam frigus, lateris dolores, aliaque vitia; frigida aqua strumas excitat. Calor concoctionem prohibet, somnum aufert, sudorem digerit, obnoxium morbis pestilentibus corpus efficit.

SECT. X. Est etiam observatio necessaria, quâ quis in



pestilentia utatur adhuc integer, quum tamen securus esse non possit. Tum igitur oportet peregrinari, navigare. Ubi id non licet, gestari, ambulare sub divo ante aestum leniter; eodemque modo ungi: et, ut supra comprehensum est, vitare fatigationem, cruditatem, frigus, calorem, libidinem; multoque magis se continere, si qua gravitas in corpore est. Tum neque manere surgendum, neque pedibus nudis ambulandum est, minimeque post cibum aut balneum: neque jejuno, neque coenato vomendum est: neque movenda alvus; atque etiam, si per se mota est, comprimenda est. Abstinendum potius, si plenus corpus est: itemque vitandum balneum, sudor, meridianus somnus, utique si cibus quoque antecessit: qui tamen semel die tunc commodiuss assumitur; insuper etiam modicus, ne cruditatem moveat. Alternis diebus invicem, modo aqua, modo vinum bibendum est. Quibus servatis, ex reliqua victus consuetudine quam minimum mutari debet. Quum vero haec in omni pestilentia facienda sunt, tum in ea maxime quam austri excitaverint. Atque etiam peregrinantibus eadem necessaria sunt, ubi gravi tempore anni discesserunt ex suis sedibus, vel ubi in graves regiones venerunt. Ac si caetera res aliqua prohibebit, utique abstinere debebit: atque ita ab vino ad aquam, ab hac ad vinum, eo qui supra positus est modo, transitus ei esse.