DE RATIONE VICTVS SAlutaris poſt inciſam venam & emiſſum ſanguinem, ad Armatum Epigramma Anaſtaſii.

VEnam Armate tibi medici incidere, timenti
Neſcio ventriculi qualia damna mali,
Nunc quo vita modo fuſo peragenda cruore,
Siq́ diata tibi qualis habenda rogas.
Illi morborum dicant Armate periti:
Hæc non eſt noſtra falce metenda ſeges.
Non miſſum facis, & cupio ex te audire diſerti,
Atq; al quid tua, quod Pieris ornet, ais.
Accipe quandoquidem nugas ad ſeria ducis,
Quæ facias, octo verſibus, octo dies.
Prima cœna die fit miſſo ſanguine parca,
Lux abeat lætis aucta ſecunda modis:
Tertia ſed placidæ debetur tota quieti:
Quarta & quinta ſibi mollius eſſe volunt.
Balnea ſexta petit; mox ſeptima colligit auras.
Fertq; vagos circum rura nemusq; pedes.
Octaua amplexus dilectæ coniugis, & quæ
Ante fuit, vitam reſtituiſſe ſolet.

VICTVS ET CVLTVS RATIO expoſita quaternis in ſingulos menſes verſibus, per Ioachimum Camerarium.

Ianuarius.

MEnſis amat tepido Iani decurrere victu,
Et refici grato ſæpe biquo e iubet.
Vena tibi nullos exudet ſecta cruores,
Sed cal da fas eſt mergere corpus aqua.

Februarius.

Februa cibus, volucresq; cibis odore paluſtres,
Eſſeq; interuſica febre timenda ſolent.
Pharmaca tunc hauri, tunc ſcinde in pollice venam,
Et calido multum flumine membra foue.

Martius.

Martius humores & terræ & corporis auget,
Tunc ratio eſt pueri magna tenenda cibi.
Dulcia tum proſunt acri condita ſapore,
Pharmaca non proſunt, venam aperire nocet.

Aprilis.

Frigore vim lenta reuocat telluris Aprilis,
Tunc etiam eſt tenuis perq; forata cutis.
Tunc intus ſunt aucta magis ſuntq; omnia plena,
Soluere ſe venter, vena aperire iubet.

Maius.

Omnia iam florent, iam formoſiſſimus annus,
Iamq; ſibi cuncti mollius eſſe volunt.
Balnea nunc cole, nunc ſit pharmaca ſumere cura,
Et tibi nunc miſſo ſanguine vena fluat.

Iunius.

Iunius & gaudet gelidis, & paſcitur herbis;
Viuifico humori tunc inimica fuga.
Lætitia & recreet tunc mentem blanda voluptas,
Affligat corpus, nec medicina tuum.

Iulius.

Aeris igniſluos intendit Iulius æſtus,
Hoc breuior ſomno tempore danda quies.
Balnea vitentur, nec venam tangere ferro,
Nec domina petulans accubuiſſe velis.

Auguſtus, ſiue Sextilis.

Ipſe etiam Auguſtus ſomnum reſtringit & eſcas,
Et Veneris cupidos gaudia ferre vetat.

Pharmaca nemo bibat, laceret neq; corpora ferro,
Nec gelidas intra delicietur aquas.

September.

Poma dat & gratos September ab arbore fructus,
Tunc etiam preſſo paſcere lacte capræ.
Pharmaca nil prohibet tunc ſumere, ſcindere venam,
Nec tum externum vitet aroma cibus.

October.

Octobri offertur venatio, vina, volucres:
Vtere, nec dubites non tenuiſſe modum.
Sic tamen vt ne oneres nimio præcordia victu,
Cumq; modo ſtudeas non tenuiſſe modum.

Nouember.

Eſſe ſalutaris perhibetur mulſa Nouembri,
Gingiber & dulci fiſſile melle natans.
Tum neq; ſæpe laues, Veneris neq; ſacra frequentes:
Ante ſenex tempus ne videare ſuum.

December.

Iuxta menſe focum calidis vtare Decembri,
Tunc iaceant menſis gramina nulla tuis,
Incidas capitis deſeſſi à frigore venam.
Cinnameoq; tuus fragret odore calix.

LOCI ALIQVOT PHILIPPI Melancht. in lib. de anima, de moderatione cibi & potus: item ſomni & vigiliarum.

1. Modus organorum hortatur ad temperantiam. Cum enim immodice onerantur, non poteſt coctio perfici. Et vitia primæ coctionis deinde non poſſunt corrigi in aliis coctionibus. Quare cibo immodico ingeſto, cum ſit malus chylus,