

similium gloria, scilicet, percelebris est.

*Convivia
sumptuosa
Imperatorum
Vitellij & An-
tonini He-
liogabali.*

Omitto sponte enormes apparatus, ac sumptuosiora, aut potius monstruosiora Imperatorum Vitellij, & Antonini Heliogabali convivia, ex sacrorum piscium jecinoribus, murænarum lacte, Phasianorum ac pavonum cerebellis, Phœnicopterorum, pavonum, & lusciniarum linguis, atque id genus inauditis ac inusitatis, maximorumque sumptuum eduliis parata atq; confecta: quibus illorum mensæ replebantur, ut refert Suetonius, nec non Cœlius lib. 28. cap. 4. ant. lect.

Hæc duo exempla duorum summè gulæ, ebrietati, ac intemperantiæ addictorum, superaddidimus, ut tanto magis ab hoc vitio abhorreamus, unde tot corporis animique mala proſpiciuntur: frugalitatemq; ac sobrietatem amplectamur, quibus & vita, & honos hominum frugi conservatur.

DE VIGILIA ET SOMNO.

Cap. IX.

D Bernardo familiare dictum erat, dormientem monachum Deo mortuum esse, neque sibi neque ulli utilem. Ex lege igitur contrariorum inferre possumus, vigilantem monachum Deo vivere, nec non & sibi & aliis usui esse. Quod utique non tantum de iis, qui religionis

voto in monasteriis degunt, commodè dici ac pronuciari potest: sed de reliquis etiam omnibus, cuiuscunque ordinis & conditionis tandem homines ipsi fuerint. Potissimum enim in vigiliis creata est lux diei: cui si succedat nox in quietem, id in animalium potius gratiam à Deo factum est, quàm hominum, qui perpetuis vigiliis, in contemplandis admirandisque operibus summi opificis, illiusque maximis decantandis laudibus versari debent: etsi quieti etiam hominis aliquot horas Deus concesserit ad refocillandam naturam, & actiones, quæ communis vitæ conservandæ gratiâ necessariò suscipiuntur, commodiùs obeundas. Sic enim scriptum legitur:

Luce vigent operosa artes, ut miles in arma

Luce, gemunt fessi sub iuga luce boves.

Delia non noctu venatur: nocte quiescunt

Pulpita: sed luce est docta Minerva vigil.

Luce minax Pallas: vigilata quot bona lucis

Corpora, di, sensus, ingenium, ars, vigent.

Vnde liquidò constat, quàm longè vigilia sit somno anteponenda, & quomodo horum alterum altero sit magis appetendum, magisque necessarium ac utile, in quibusvis scientiarum generibus. Idcirco posthabito ordine illo medicorum, quo somnùs præmittitur vigiliæ, nos contra sermonein inchoabimus à vigilia, eiq̃e priorè locum destinabimus.

Vt igitur demonstremus, qua ratione præstantiæ nobilitate vigilia somno præluceat, nos illum, vel etiam eximie maximæque dignitatis

Commendatio vigiliarum.

Q 2 vi-

virum, vigilantem, attentum ac diligentem appellamus, quem singulari honoris laudisve titulo ornatum cupimus: cum secus, si parum honorificè de aliquo sentire volumus, & stupiditatis aliquod inertiaeq; exemplar introducere, segnem & somniculosum eiusmodi hominem nuncupamus.

Iliad. 2.

Hoc enim nomine notamus humani ingenii extremam aliquam & deplorandam tarditatem, crassitiemq;: quandoquidem vigilantia semper præ se ferat laudem & gloriam, individuaque comitem habeat singularem ingenii promptitudinem ac eminentiam. Homerus Iovem fingit continuo vigilantem: ut patet ex his versibus:

*Tum reliquos omnes divosq; hominesq; tenebat
Pernox somnus: at infomnis Saturnius unus
Pectore sollicitoolvebat &c.*

Eodem elogio extollit Agamemnonem, quem, dum reliqui duces alto proflarent pectore somnum; solum interea indefessis vigiliis, noctem infomnem, transegisse laudat. Quod idem Virgilius in suo *Ænea* imitatus est. Ideoq; vigilantia laudem solis principibus viris competere, testatus est idem Homerus, eo versu, quem Erasmus inter proverbia esse voluit:

10. Iliad.

Οὐχὲν πανυχίας εὐδῆν βελιφθρον αἰδέσθαι.

Turpe duci totam somno consumere noctem.

Artaxerxes vigilans.

Artaxerxes magnus, ne ocio tempus perderet, commentariis noctu conscribendis rerum gestarum invigilasse, notum est.

Epaminondas.

Epaminondas celeberrimus ille Thebarum Dux,

Dux, ac princeps magnanimus, intereà dum ci-
 ves Thebani petulantes, nimis genio suo ac luxui
 indulgerent: solus vigil (ut scribit Plutarchus)
 ac sobrius arma & urbis incœnia perlustrabat.
 Rogatus verò, cur id faceret; Respondit: sobri-
 um esse se, & vigilare, quò reliquis liceret temu-
 lentos esse ac dormire. Vnde summam existima-
 tionem, & immortale nomen consecutus est.

Cuius & alii forti & generoso animo viri imi-
 tati sunt vestigia: qualis fuit inter alios Philoso-
 phos Plato, qui, ut scribit Cœlius, non plus dor-
 mire solebat, quàm quod satis esset ad evitan-
 dum ex nimia vigilia malam habitudinem. Cete-
 ros etiam admonere solebat, ut nocte surgerent,
 ad res tum publicas, tum privatas obeundas.
 Somnum enim immodicum, & corpori, & ani-
 mo obesse dicebat, parumq; inter mortuum &
 dormientem interesse. Itaq; ut quisq; vivere &
 sentire cuperet, sic vigilare oportere, quantum
 salva corporis valetudine fieri posset.

Proposuimus breviter vigilantiã encomia &
 exempla: videamus si lubet, eius moderatæ in
 corpore humano commoda, & contrariò ex ab-
 usu incommoda.

Mediocres enim & modicæ, spirituum distri-
 butionem per totius corporis partes adiuvant,
 sensibus stuporem torporemq; excutiunt, quo
 singulæ corporis facultates, naturalis, vitalis, &
 animalis, promptius sua obeant munia: earumq;
 beneficio legitima & naturalis alimentorũ con-
 coctio ac digestio perficiatur: superfluitates au-
 tem & excrementa ex corpore tanquam noxia
 pellantur.

Q 3

Sed

*das sobrius
 & vigilans.
 Lib. aduer-
 sus Ducent
 imperium.*

*Lib. 30. c. 9
 ant. c. 1.
 Platonis vi-
 gilantia.*

*Commoda
 vigiliarum
 moderata-
 rum.*

Sed de his plura apud Oribasium lib. 6. Medic. Collect. c. 6. ex professo de harum usu ibi tractantem, ex quo ad stabilienda ea, quæ diximus, hîc annotare nonnulla placuit. Vigilia, inquit ille, plenitudinem per halitum digerit, quæ in ventre sunt, minuit, & ut per partes infernas exeant, præparat: languorem dissolvit, gravitatem dispensat, resoluta corrigit, & robur naturæ atque animo adjungit, sudores cohibet, &c. En præclara illa & insignia proprietatum dona, quibus vigilia ad præscriptam medicocri-
 ratis naturæque legem moderatæ insigniuntur: utpote per quas corpus nostrum in convenienti temperiei symmetriâ, bonæque valetudine perpetuò conservetur, quemadmodum id palàm ex illarum effectis apparet. Verùm si immoderatæ, naturæ præscriptos terminos transgrediantur, à quacunque etiam causa accidentali id fiat, sive ea sit interna, sive externa: statim temperamentum hominis mutatur: facies pallefcere incipit, corpus macie contabescere: oculi in capite concavi cum austero & tristi vultu: frons vel serenissima ac placidissima, deformes anilesque contrahit rugas: omnes facultates naturales depravantur: unde harum vitio mala & perversa concoctio procreat crudorum ac malignorum humorum copiam: Sic deinceps vitales attenuantur vires: nec hinc animales excipiuntur, sed etiam læduntur adeò, ab impetuoso illo & hostili humorum incurfu, ut corrupta vitiatæque cerebri temperie, sensus tam interiores, quàm exteriores à naturali insitaque agendi ratione defleant

ac

*Incommoda
vigiliarum
incommoda*

ac aberrent, ac sæpenumero actio illorum omnino pervertatur. Humores enim & spiritus nimium calefacti & inflammati, progignunt omnis generis febres ardentes, & siccas ægritudines: quæ in cerebro fuscitant phrenesin, maniam, deliria & id genus alia: Hinc non immerito eius generis vigiliæ Plinius refert inter corporis mala. In qua re ad evitandos præcavendosque huiusmodi & similes errores, inædici industria & prudentia plurimum valet.

Oporet igitur medicum, ad consequendum scopum suum, imprimis indagare ac nosse earum causas quæ ut plurimum secundum Actuarium à nimia siccitate & caliditate oriuntur. Quandoquidem, inquit, quæ desiccare consueverunt, hæc sæapte natura vigiliæ introducunt.

Causa immodicarum vigiliarum.
Lib. 2. c. 12

Aëtius eiusdem opinionis tetr. 2. ferm. 2. c. 23. de memoria amissa: Sola quidem, scribit, humiditas redundans, profundos ac longos somnos facit, sola verò siccitas vigiliæ.

Quoniam igitur constat, huius affectus causam pendere à siccitate, petendum necessario erit remedium ab humidis, tanquam siccitati contrariis. Vbi ad generalem curam, prout illa communiter instituitur, conducit balneum dulce & appropriatum, nisi aliud quid obstat; Ad particularem autem profunt, lotio pedum, frontalia, irrorationes cerebri, factæ ex floribus Camomillæ, sambuci, nenupharis, capitibus papaveris, foliis mandragoræ, semine hyoscyami, lactuca, cum amomo, anetho, camphora, croco.

Remedia ad somnum.

Q 4 & si.

& similibus : ex his omnibus coctis in aqua communi, aut maceratis in aquis convenientibus, concinnari possunt Epithemata hypnotica ad cerebrum : quæ non tam ratione humidæ istius qualitatis, quàm virtute sulphuris narcotici, quod ut platinum abundat in illis simplicibus, somnum provocant. Hæc, & huius generis similia remedia conferunt propriè iis vigiliis, quæ nata sunt ex causis interioribus, utpote morbis quibusdam, qui corpus humanum divexant : ut sunt dolores, febres calidæ & ardentes, manix, melancholix & similes.

At si fortè iste vigiliarum affectus eos comprehendat, qui nulla corporis ægritudine consistantur, illarumq; causa extrinsecus accedat, vel à tristitia, aut alia quadam animi passione: tunc necesse est, ut eiusmodi tristitiæ mentisque perturbationi inprimis, & quanto fieri potest studio, consulatur, propositis omnis generis rebus iucundis ac gratis, quæ mentem exhilarare, lætitiãq; afferre queunt, ut sunt lusus iocosi & faceti, instrumenta musica & similia. Ad quod institutum etiam remedia accersenda sunt, suprâ capite de tristitia proposita.

Adducemus hûc locum ex *Æginetæ* lib. de re med. c. 98. quo huic vigiliæ reprimendæ in hunc modum remedium præscribitur : Verùm, inquit, nunc de sanorum vigilia dicendum est : Si igitur aut ob tristitiam, aut curam, aut aliquam animalem affectionem vigilarint, primùm quidem tristitiam, & id quod molestum est, quantum eius fieri potest præcidemus : postea etiam iucundo-

*Cause aver-
tentes nimi-
as vigilias.*

cundorum sonorum auditu cogitationem ab illis abducemus : & quidam sanè sonum aquæ placidum, ad hoc machinantur, quo deliniti ad somnum deducuntur. Sed & balneis maximè vespertinis, ubi probè cibum concoxerint, utantur : Et victu humectante velut lactucis & similibus : & papaveris nigri quandoq; folia viridia oblonis admisceant, & pisces concoctu faciles edant : vinoq; uberiore, tenui, non vetusto utantur. Vbi verò reclinari volunt, rosaceo caput unguent, aut oleo in quo papaveris capita aut mandragoras incocta sint. Quin & anethinum oleum non vetustum ex somnificis est. Novi & post prægressam lassitudinem, quietem derepentè succedentem, somnum induxisse. Sed & coitus moderatus idem hoc efficit. Alii si aut caput, aut pedes perfrigerentur, faciliè in somnum delabuntur. Si verò ob multitudinem aut malitiam cibi stomacho gravati vigilarunt (nam & hoc factum novimus : quemadmodum rursus alii præter consuetudinem à cibo abstinentes aut modicum cibum capientes vigilarunt) considerare hoc & causam recidere oportet.

Hæ sunt vigiliarum causæ & scaturigines, quæ hominem sanum invadere possunt, atq; affligere, earumq; opportuna remedia, de quibus (uti videtis) satis prolixè hîc ab Ægineta tractatum fuit. Sunt præterea alia adhuc vigiliarum genera, quarum causa nimis occulta atq; abdita est : propterea, quod illi, qui hoc affectu corripiuntur, tanto eam studio celant, ut de illa inquirenda neminem patiantur quicquam dicere : Vbi

Q 5

pruden-

*Vigilia alia
species.*

denti Medici sagacitate opus est, in eiusmodi veris peruestigandis causis, debitisque ac salutaribus medicamentis inveniendis. Qua industria atque dexteritatis laude, claruerunt olim Hippocrates & Erasistratus, quorum ille Perdicam: hic verò Antiochum restituit.

Eiusmodi laboriosâ vigiliarum molestiâ confictabatur C. Mœcenas primarius quidam aulicorum Cæsaris Augusti, qui nimis molestè ferens amorem illicitum Terentiæ uxoris suæ (quam Augustus deperibat) & morosæ uxoris repudia deslens, cum nec mero, nec aquarum fragoribus somnum allicere posset, toto triennio vigilavit, & vix tandem per symphoniarum cantum ex longinquo lenè sonantium sopitus est, sicut scribit Seneca lib. de providentia.

Ex qua historia videre licet, quanta vis sit Zelotypiæ: quantaque efficacia sit harmoniæ: ad sedandos & consopios spiritus, nimia vigiliâ perturbatos.

Sed de vigiliis, quibus pro nostri instituti ratione satis à nobis invigilatum huc usque fuit, dictum sit satis. Tempus nunc postulare videtur, ut ad optatæ quietis soporisq; portum nos conferamus: ubi in posterum docebimus, quæ comoda vel incommoda proferat somni moderati, vel immoderati usus.