

r^s mentis, & post cibum nuper sumptum, & cum
 b^s quis dormire cogitat, apta est quies & tranqui-
 litas.

b^s Præterea diligentèr observandum est, circa quietis considerationem, quibus temperamentis naturaliter homines sint præditi. Nam quemadmodum exercitium mediocre, juxta Hippocratem, congruum est & utile phlegmaticis, & iis, qui natura sunt frigidi & humidis: ut qui sunt pingues, obesi, carnosi & robusti: sic similiter quies maximè convenit iis, qui sunt biliosi & calidæ temperiei & siccæ: qui sunt extenuati, macri, & emaciati, ac imbecilli: propterea quod quietis beneficio spiritus refocillantur & corroborantur, corpusq; grata humiditate perfunditur. Hæc breviter dicta sint de utilitate & fructibus, qui ex moderata quiete proficiuntur. Multa sunt supra de somno à nobis dicta, quæ aptè hûc ad quietis contemplationem referri possunt: propterea quod hæc duo maximam vicinitatem invicem habeant, & unum alterum non obscure referat: quò lectorem, ne rem unam eandemque toties repetere necesse sit, relegatum volumus.

DE REPLETIONE ET INANITIONE.

Caput XIII.

VT tandem finem imponamus sectioni huic secundæ nostri Diætetici polyhistorici, nobis adhûc paucis agendum restat de repletionè & inanitione.

Reple.

Repletio igitur, quam Græci πλήρωσι vocant, *Quid est non* est nisi redundantia, plenitudo ac multitudo *bi repletio* humorum, qui in corporis cavitatibus & vasis continentur.

Huius autem plenitudinis sive repletionis fons & origo, plerumq; est alimentum, quo corpus, dum nutritur simul etiam nimia humorum superfluitate ac redundantia repletur ac oneratur. Hinc diversa est considerandi ratio alimenti & replementi, si ita loqui liceat.

Solet autem huiusmodi repletio plerumque contingere in ventre, in intestinis, in vasis & venis, quæ nonnunquam adeo obstruuntur, implentur, inflantur ac distenduntur, ut omnino dirumpantur, ac inde nisi summa diligentia præveniatur, sanguinis sæpe numero eruptio causetur: quæ venarum repletio majori cum periculo conjuncta est, quam illa, quæ in ventre fieri solet: quæ ut plurimum, aut supernè per vomitum, aut infernè per secessum evacuat. Idem confirmat *Ægineta*, ubi de repletionem loquitur, in hunc modum scribens; In cibis, inquit, maxime delinquitur circa repletionem. Nam etiam si ventriculus probè concoquat, venæ tamen nimium impletæ affliguntur, distenduntur, rumpuntur, obturantur, plenæ fiunt & valdè gravantur. *Pessimum autem est in morbis, venarum repletio.* At ventris repletio quandoque sursum evacuat id quod redundat, quandoque deorsum per secessum. Et tamen neq; hæc admittenda est; verù si quis plura ingesserit, statim vomere oportet.

Hinc constat, cibum ac potum immoderatè

X 3

Summa

*Æg. l. 1.
de re med.
cap. 32.*

*Incommoda
repletio.*

sumptum superfluitates & excrementa gignere :
quæ omnis repletionis fomites, removeri & au-
ferri debent evacuatione, quæ vel natura, vel
artis ministerio perficitur.

*Varij corpo-
ris meatus
per quos
excrementa
purgantur.*

Quemadmodum igitur eiusmodi excremen-
titarum superfluitatum plures sunt differentiæ :
sic etiam varia & diversa evacuandi loca natura
iis destinavit. Caput ad sui purgationem auribus,
tanquam sentinis utitur, per quas sordes, & alia
capitis excrementa biliosa purgantur. Oculi &
os pituitæ evacuandæ inserviunt : crassi verò seu
melancholici humoris maxima pars, per nares
destillando effluit.

Horum excrementorum omnium generatio
excitatur à meteoris, à partibus inferioribus sur-
sum in cerebrum elatis : hoc est, à vaporibus
& exhalationibus, quæ partim ab alimentis,
partim à sanguine calefacto & fervescente pro-
creatæ fuerunt.

Duo sunt adhuc alii meatus, sive sentinæ &
cloacæ, intestinum scilicet rectum & vesica, quo-
rum pari ratione usus & officium est, ut excre-
mentorum materiam crassiorem, ex alimentis
productam, sive sulphura, liquores & sales cras-
siores excipiant, ad tempus retineant, & tandem
excernant.

Fœminæ quoque uterum sive matricem, loco
sentinæ obtinuerunt : ut illius operâ menstruum
exonerent sanguinem, quamvis ipsis eiusmodi
vacuandi ratio propria & peculiaris sit, non ali-
ter, ac nonnullis viris, qui resolutis hæmorrhoi-
dibus sanguinem melancholicum per anum eva-
quant.

Cutis

Cutis instar cribri perforata, est commune quoq; totius corporis repurgandi instrumentū: per quam generaliter & continuè (sive insensili, sive sensili & manifestà transpiratione) vaporosæ & spiritales corporis nostri substantiæ evaporantur & dissipantur: sicuti huius rei documento sunt sudores, aliæque variæ ac imperceptibiles expirationes, tenuium substantiarum, quæ plerunq; è corpore nostro, solius naturæ beneficio exclusæ, evanescent.

Si igitur eiusmodi evacuandi instrumenta (sive naturæ imbecillitate, aliòve vitio partis singularis) ab actione sua impediuntur: statim sequitur repletio, quæ plurimorum malorum causa existit, quibus arte, naturæ ministrâ, præcavendum est.

*Evacuatio
arte promoven-
denda.*

Hinc errhinis, sternutamentis & masticatoriis, expultricem cerebri facultatem expeditiorem & promptiorem reddimus, ad evacandas & rejiciendas fuliginosas eiusmodi superfuitates, quæ sine noxa in corpore aliàs subsistere nequeunt.

Ventriculum, nimia vini, cibi que, vel aliorum etiam pravorum humorum copia repletum, in anitione juvamus: naturamque imbecillam vomitoriis arte factis irritamus, & superflua removemus.

Multi reperiuntur, qui ventrem naturâ siccum & durum habent, ob quam causam excrementa multa colligunt: quibus omnibus per artem preveniendum est, iusculis, clysteribus, supposito-riis, aliisque similibus, quæ ventrem emolliendi laxandi que facultatem habent.

X 4

Ars

Ars imitatur naturam, in variis evacuandi generibus.

Ars præterea suppeditat varia diureticorum & exercitorum genera : balnea item artificiosè præparata, naturalium vim ac virtutem æmulantia : quæ poris & meatibus cutis aperiendis conferunt, & in ciendis provocandisq; sudoribus, naturæ auxiliantur, & hac ratione corpus superfluo vaporum ac excrementorum onere sublevant : quorum diuturnior mora alias noxam inferret.

Plenitudine existente in vasis, artis industria venam secamus, sanguinemq; detrahimus : quo remedio, si res postulat, hæmorrhoidum mensuramq; suppressionem tollimus.

Hinc patet, quomodo ars imitetur naturam, cum in variis remedium præparandorum modis : tum etiam in aliis rebus pluribus : id quod suo loco, sectione scilicet sequente, specialius tractabimus, adjunctis simul quibusdam formulis particularibus.

Sobrietas repletionis remedium.

Inter alias repletionis causas, principem obtinet locum crapula : sive nimia cibi ac potus ingurgitatio cum otio coniuncta : cui malo medendo, medicamen nullam est potentius sobrietate sive temperantia, cui imprimis studendum est : non tantum sanitatis tuendæ causa, sed ut & re, & opere demonstramus, nos homines rationis participes esse : non verò pecudes, quibus deteriores, vino ciboque stomachum ad regurgitationem usque sæpenumero infarcimus, id quod vel vix in ipsis apprehenditur.

Non autem hic intelligimus illam sobrietatem, quæ vel in universum omnem cibi potusq; usum

usum tollat, vel certis diebus, quorundam ciborum esu interdicit: quam vulgò jejunium vocant: sed moderatum & frugalem cibi, usum inuinitas, quo vita sufficienter quidem ac sobriè sustentetur.

Repudiamus interim atque damnamus omnis generis sumptuosas cœnas siue convivias, aliasq; non necessarias & inutiles expensas, in damnosæ gulæ gratiam factas: quæ non minus corporis valetudini, quàm animæ salutis plurimum obfunt.

Inter cœteras causas vitæ longioris, ad quam patres nostri perveniebant, una vel ex præcipuis erat sobrietas: qui cum frugibus solis vescerentur, hanc virtutem *Frugalitatem* appellarant: quam à parcendo alii dixerunt *Parimoniam*.

Nostri itaq; primi parentes, qui tam longævam debebant vitam, non aliis usi sunt alimentis quàm liquoribus fructuum, mellis, & lacûcini-
orum: ita ut usus vini & carniæ post diluvium demum sit introductus: anno nimirum, à mundi creatione, bis millesimo ducentesimo quadragésimo secundo: Saturnino enim seculo homines abstinebant carnibus, ac solis vescerentur frugibus ac pomis.

At licet vini, carniæ, similiumque alimentorum cupiditæ, iam introductæ essent, iis tamen veteres sobriè & frugaliter utebantur: fugientes atque averfantes, tanquam sanitati inferissimâ non solum, sed etiam turpissimam, bonisq; moribus prorsus inimicam, Crapulam & Ebrietatem omnemq; epularum superfluitatem atq; luxuriâ.

X 5 Egy-

*Sobrietas
vitam lon-
gam & sa-
nam conser-
vat.*

*Marullus
lib. 4. cap. 2.
Dicitur
chus lib. an-
tiq.*

*Exempla
insignis sobrietatis.*

Egyptiorum reges simplici vescerantur cibo: ut quorum mensa nihil præter vitulum & anserem inferretur. Vini certa præscripta erat mensura, qua neque farciri venter, neque inebriari quis posset. Denique vita eâ regebatur modestiâ, ut non à legislatore, sed consilio peritissimi medici ad conservandam sanitatem videretur instituta. Lycurgus legislator Lacedæmoniorum, masculo cibi tantum dandum censuit, ne unquam gravari crapulâ, & indigentiam ferre posset.

*Diodor lib.
I cap. 6.*

*Xenophon
lib. de Re-
pub.*

*Val. Max.
lib. 2. c. de
instit. antiq.
Plin. l. 18.
c. 11.*

*Quia et in-
gluvis quâ
ta pariat
mala.*

Eidem sobrietatis studio maximoperè dediti quendam erant antiquiores Romani: ex qua summa rerum felicitate, prosperaque valetudine fruebantur.

Ve autem ostendamus, quanta mala ex gula nimiaq; ciborum ingestione proveniant, quædam exempla in medium proferemus.

Seneca quodam loco in Eunuchos & foeminas sui seculi invehitur: eò quod mendacii convincant Hippocratem, mulieres & Eunuchos arthriticis doloribus divexari non posse, affirmantem: qui tamen temporis successu, luxuriâ sua ac nimia intemperantia tam obnoxii redditi fuerunt, ut cæteri.

*Rogatianus
luxurie ini-
micus ac o-
sar.*

Contrâ Rogatianus, nobilis quidam senator Romanus, mirum in modum commendatur à Porphyrio: propterea quod acerrimus fuerit hostis omnis luxûs & intemperantiæ: qui etiam singulari sobrietate sua & frugalitate tantum effecit, ut cum antea arthriticis cruciatibus vehementer ac subinde torqueretur, mox ita conva-

lue-

luerit, ut manuum pedumq; munere non uteretur secus, ac quilibet optimè habens.

Ebrietas vitium apud veteres passim tam infame, turpe, & abominabile erat, ut illud tanquam perniciosissimum ac pestiferum malum, brutis potius, quàm homine dignum censerent: & hinc omni studio illud fugiendum, dictis ac scriptis hortarentur.

Vnde Anacharsis quodam die interrogatus, quo remedio sibi ab ebrietate præcaveret: Si semper (respondit ille) præ oculis habeam ebriorum turpissimos & indecoros mores.

Erasl. l. 7. apopl.

Increvit autem hodie adeò luxuria, tamque commune & frequens gulæ ebrietatisq; vitium, in pluribus locis grassatur, ut inde ventrem plurimi pro Deo habeant. Vnde proh dolor! mihi cum Catone conquerendum est, qui cum pop. Romani luxum censoriè coargueret, difficillimum esse addebat, verba ventri facere, qui aures non habeat: ita mihi res hæc plena difficultatis esse videtur: adeò ut me operam simul & oleum perdere jam existimem, qui ventri, auribus carenti, verba faciam.

Quorsum igitur hoc tempore, quo omnia gulæ & intemperantiæ barathro multò profundius immersa videntur, quàm nunquam antehac, laboramus, tam perspicuè & ad oculum quasi demonstrare, infinitas istas ægritudinum & calamitatum scaturigines, ex immodica & pecunia ventris ingluvie, promanantes? Siquidem hoc vitium nimis commune est, & tam altas jam radices egit, ut vix amplius evelli possit aut eradicari: in alia enim

Ebrietas nostris temporibus reprehenditur.

enim

enim naturam transiit consuetudo. Neque etiam nostri est instituti, hinc omnino exactam horum vitiorum reformationem instituere velle: cum non ignorem, illud superare vires meas: sed sufficiat saltem ostendisse, graua illa & enormia delicta, aliasq; corporis ægrotudines, ex vini & ciborum abusu procreari. Hæc enim vitia plerunque repletionem comitantur, non secus ac umbra corpus. His itaque malis, ob hominum oculos positis, prout me, non solum rationibus, sed etiam autoritatibus, & exemplis hinc adductis, nunc fecisse videtis, proculdubio vel his, qui præ cæteris plus pollent animi moderatione & æquitate, occasionem dabimus, ut posthac eiusmodi vitia plus quam Vatiniano odio sequantur, abhorreant & fugiant, & maiorem sanitatis, vitæque conservandæ curam adhibeant.

Vel solum spectaculum hominis, repletionis dominio & imperio subiecti, & undiquaque æquale corporis plenitudine quasi turgentis, tam horrendum & terribile est aspectu, ut merito inde quilibet abhorreere debeat.

*Repletionis
monstra.*

Albertus Episcopus VVormatiensis, & frater Rhodolphi Sueviæ Ducis, adeo fuit repletus, pinguis, crassus, ventriculosus, adeoq; vorax & ingluuiosus, sicut refert Chronica Hirsaugiana, ut aspicientibus horrorem incuteret: atq; ipsa adipis mole tandem suffocatus est.

*Ælianus. l.
& var. hist.*

Neq; is solus est, qui nimia repletionem & pinguedinem vitæ usurâ privatus: sed & Dionysius Heracleotes pari modo ob nimiam pinguedinem & crassitudinem vitam perdidit: cuius etiam

etiam corpus tam extremè plenum, obesum & ventrosum erat, ut nocte dum quiesceret, cogere-
retur suis lateribus hirudines admove-
re, quæ tu-
morem superfluum paulatim exhaurirent, eorū-
modo aliquid adimerent de crassitudine.

Cardanus mentionem facit alterius cuiusdam
crassi & ventrosi monstri, Sanctii videlicet Re-
gis Hispaniarum; qui cum præ nimia obesitate,
neque equitare, neque manus circumvertere
commodè posset, rædio quasi vitæ advocavit
medicum quendam celebrem à rege quodam
Africæ, à quo curatus fuit ad tempus, semine
cuiusdam herbæ, quam Cardanus existimat fuisse
linguam avis: sed (addit) seu veneno adiecto,
seu mutata ex contrario intemperie corporis,
brevi periit.

Epaminondas Thebarum Dux, uti scribit Cœ-
lius, tantoperè odit pingues & obesos, ut tan-
quam inutiles exercitu suo relegaret.

Bœoti nimium gulæ dediti, nulla alia de cau-
sa ab Atheniensibus (ut scribit Plutarchus) ap-
pellati stulti, hoc est, rerum omnium ignari, quàm
propter edendi inexplebilem aviditatem, qua
sibi tantam corporis obesitatem accelerarunt.

Euripides scriptis suis testatur, se inter Græ-
cos varia miseriarum genera vidisse: peius au-
tem ac miserius deprehendisse nullum, quàm ath-
letarum, qui solummodò servi ac mancipia es-
sent maxillarum & ventrum: ut scribit Cœlius;
id quod Hippocrates & Galenus pluribus in lo-
cis in commentariis suis, de hac re, & doctissi-
mè, & copiosissimè satis confirmant.

D E

*De subtili-
lib. de piar-
tis,*

*Lib. 13. cap
25. ant. lect.*

*Lib. de
vulg. p. 17.*

*Lib. 7. c. 12.
ant. lect.*