



Three small, dark, stamped motifs arranged horizontally at the top of the cover.

Small, dark, stamped floral motif on the left side of the diamond.

Small, dark, stamped floral motif on the right side of the diamond.

Large, dark, stamped floral motif centered within the diamond.

Small, dark, stamped floral motif on the left side of the diamond.

Small, dark, stamped floral motif on the right side of the diamond.

1588



R. B.

57

Ja. 173.

HENRICI RANTZOVII
EQVITIS HOLSATI

DE CONSERVANDA
VALETVDINE LIBER, IN
priuatum liberorum suorum vsum
ab ipso conscriptus, ac
editus à

Dethleuo Syluio Holsato.

IN QVO DE DIAETA, ITI-
NERE, ANNIS CLIMACTERICIS
& antidotis præstantissimis, breuia &
vtilia præcepta continentur.



LIPŒIAE.
CVM PRIVILEGIO.

HENRICI RANTOVII

LEVTIS HOLLATI

DE CONSERVANDA

VARIETATE HERBARUM, IM

PRINCIPALITATE HISTORIAM HERBORUM

AD IPLO CONSERVANDAS, AC

EDITUS

Detleveno Sylvio Hollato.

IN QVODDAM T. A. I. T. L.

HERB. ANNIS CLIMACTERICIS

& antedotis prestantissimis, D. R. S.

utrisque preceptis continetur.



L. I. S. S. I. A. H.

C. M. P. R. I. S. S. I. O.

NOBILITATE

GENERIS, VIRTUTE AC

ERVDITIONE PRAESTAN-

TIB. FRANCISCO AC BREDONI

RANTZOVIIIS fratribus, nobilis ac
generosi viri D. HENRICI RANTZO-

VII, serenissimi regis Daniæ, &c.

in Holsatia, &c. præfecti, &c.

filijs.

VM NVPER NOBI-

les adolescentes, in pa-

Ctris vestri Henrici Rant-

zouij bibliotheca Bre-

denbergensi versarer,

incidi fortè in libellum quempiã de

legitimo rerum ad sanitatis tutelam

necessariarũ vsu conscriptum. Hunc

vbi cœpi peruoluere diligentius, de-

prehendi in eo breuia ac vtilia quæ-

dam præcepta de sanitate tuenda

contineri. Ac quoniam intelligebam

hunc libellum à patre vestro ex va-

rijs medicorum libris in vestrum ac

reliquorum liberorum suorum vsum

collectum ac nondum in publicum

emissum esse, neq; tamen citra magnũ

A 2 labo-

E P I S T O L A

laborem & tædiū sæpe describi posse: operæpretium me facturum putabam; si cum quamprimum prælo subiijci curarem, vt hoc pacto non solum de vobis, sed de alijs etiam conseruandæ suæ sanitatis studiosis bene mererer. Hunc itaq; librum à parente vestro charissimo, vestra potissimum causa, ex paterna affectione congestum, ac sub nominis vestri auspicio in lucem prodeuntem, vt benignè suscipiatis rogo. Nec dubito quin si iuxta in hoc præscriptum modū viuendi rationem institueritis, magna inde ad vos sit redundatura utilitas. Oro autem DEVM æternum, vt patrem vestrum virum clarissimum, totius Holfatiæ decus ac præsidium, & omnium bonarum artium Meccenatem, nec non vos eius filios, qui patris vestigijs magna cum laude insistentes ad insignem stemmatis Rantzouici splendorem eximiam adiunxistis doctrinam, vnà cum matre nobiliss. ac pudiciss. & reliquis

DEDICATORIA.

quis vestris fratribus ac sororibus
diu incolumes clementer conseruare
dignetur. Bene valete, & me eorum
numero ascribite, qui vos non mi-
nus quàm parentes vestros, ea qua
decet obseruantia, venerantur. Da-
tæ Segebergæ, Anno 1573.

Detleuus Syluius
Holfatus.

Parte vobis dextera scriptum: pars alia sinistra est.
Et sicut in vobis cornua sunt in vobis.
Cornua sunt vobis: sicut in coloribus. Et alia
Parte: sicut in vobis: sicut in vobis.



*Parte rubet dextra clypeus : pars alba sinistra est,
Et super in galea cornua bina micant.
Cornua sunt robur : Martis color alter, & alter
Pacis : utrunq; satus nobilitate decet.*

I N H E N R I C V M R A N T Z O -
uium Equitem Holsatum, &c. Epigramma
ἑγκωμιαστικόν.

*Q V I S non Alciden nouit, quis nescit Achillem,
Nomina non vlla non memoranda die ?
Et tamen hic medicam fecit feliciter artem,
Sanus vt Aemonia cuspide Mysus ait :
Ille polum ceruice tulit, cum sidera fessus
Amphitryoniada ferre dedisset Atlas.
Quid loquar amborum geminata laude celebrem,
Illustri Henricum stemmate Rantzouium ?
Quem iuuat immenso spatiantem viuere celo,
Et stellas oculis dinumerare suis.
Quiq; Machaonia caput extulit inclutus arte,
Naturæ scrutans omniparentis opes.
Maeste noua virtute heros : sic additus astris
Celifer est, semper uiuit & Aeacides.*

Gregorius Bersmanus
Professor Acad. Lips.
publicus.

E I V S D E M R A N T Z O V I I
E N C O M I V M.

*Sunt tibi cum Regum, tum publica commoda curæ,
Nec tamen Aonidum munera grata minus.*

A 4 AD

I N H E N R I C H M A N T S C H

Einem Eminenten Herrn Doctor

Gregorio

Quis non ab idem nonis, qui nescit ab idem

Quis non illa non memoranda ab idem

Et tamen hic medicum fecit scilicet ab idem

Sanus ut memora cupide Mysterium

Ille solus curare videt, eius sidera passus

Aspirantem hunc hunc dedit Atlas

Quid loquar amborum gemitus laude celebratum

Illiciter Memorem si cupide Rantem

Quem tunc amicum spem hunc vincto celo

Et stellas oculis hinc hinc hinc

Quis Machaonia caput erudit in hunc arte

Natus hunc hunc hunc hunc hunc

Mache nona virtus dicitur: sic ad hunc hunc

Ceterum est, semper hunc hunc hunc

Gregorius Bertholdus

Proceptor Acad. Lips.

publicus

E I N S D E M M A N T S C H

E N C O M I V M

Enim tibi cum Regnum, tam publica commoda curas

Hic tamen hunc hunc hunc hunc hunc

AD

A

A

A D L E C T O R E M B E-
NIGNVM CHRISTOPH.
Kellinghausen Hamb.

*M*ente nihil nobis praestantius optimus autor
Indidit, in summa quae tenet arce, locum.
Hac res euoluit dubias, penitusq; latentes
Eruit, & lucem cogit habere suam.
Quae sint euentura videt, praesentia tractat,
Tempore quae lapsa praeteriêre, tenet.
Quin etiam terras humilemq; relinquere mundum,
Et celi superas audet adire plagas.
Scrutariq; Deum, cuius de semine nata
Particulam mentis se putat esse sacra.
Vt Deus ille vnum triplici sit nomine numen,
Disiungi nulla quod ratione queat.
Vt res de nihilo quondam produxerit omnes,
Et miris seruet contineatq; modis.
Vtq; repurgatos celso dignetur olympo,
Quos sua culpa stygis fecerat esse reos.
Talia diuino meditatur acumine, quaeq;
Praeterea longum cuncta referre foret.
At nisi sit corpus bene sanum, cuius in arce
Clauditur, officium non satis ipsa facit.
Hinc quasi de specula semper circumspicit alta
Ne capiat, vel agat quicquid obesse potest.
Et si quid vitij caussa quacunq; subortum est,
Hoc amoliri qualibet arte studet.
Hinc etiam corpus cura maiore tueri
Cernimus, ingenio qui meliore valent.
Nam quoniam multis obnoxia casibus, atq;
Sape leui ex caussa vita caduca data est.

A D L E C T O R E M.

Quam decet, ut numen celeste colatur honore,
Ducere, dum repetat, qui dedit, ipse Deus:
Nos quoque sollicita fas est defendere cura,
Nec temere mortis precipitare viam.
Hec animo voluens, vir factis clarus & ortu
Rantzonius, presens hoc sibi scripsit opus.
Non satis est visum praelustre relinquere nomen
Quod certent meritis amplificare suis.
Aut terris, opibusque suos extollere natos,
Attribuit larga quos bonitate Deus.
Sed quoque succincto voluit prescribere libro,
Incolumem vitam qua ratione parent.
Nam magis accendunt, animisque tenacius herent,
Quae pater aut senior iussa relinquit auus.
Hunc in priuatum quamuis congesserat usum,
Non tamen, ut fiat publicus, ipse vetat.
Namque bonus, quacumque potest, prodesse laborat,
Omnibus & praestat commoda multa lubens.
Ergo illi seros, quos virtus rara meretur,
Et faustos optes, lector amice, dies.
Atque hoc sincero, doctoque fruare labore,
Ut vigili cura sanior esse queas.

IN-

INDEX PRÆCIPVORVM
CAPITVORVM HVIVS
LIBRI.

- Præfatio Henrici Rantzouij ad filios.
- 1 Causæ corruptionis & destructionis corporum humanorum.
 - 2 Præcepta generalia conseruandæ sanitatis.
 - 3 Præcepta specialia conseruandæ sanitatis.
 - 4 De Aere.
 - 5 De Aqua.
 - 6 De igne.
 - 7 De cibo.
 - 8 De potu.
 - 9 De motu siue exercitationibus corporis.
 - 10 De quiete & otio.
 - 11 De somno.
 - 12 De vigilia.
 - 13 De excretionem in genere.
 - 14 De sectione venarum.
 - 15 De cucurbitulis.
 - 16 De hirudinibus.
 - 17 De purgationibus & clysteribus.
 - 18 De vomitu.
 - 19 De vrinæ excretionem.
 - 20 De sudore.
 - 21 De balneis.
 - 22 De Venere.
 - 23 De inedia.
 - 24 De retentione.
 - 25 De perturbationibus seu affectibus animi.
 - 26 Præcepta quædam de diætâ singulis dieb. seruanda.
 - 27 De diætâ singulis septimanis instituenda.
 - 28 De diætâ singulis mensibus seruanda.
 - 29 De quatuor anni temporibus.
 - 30 De Vere.

31. De

- 31 De aestate.
 32 De Autumno.
 33 De hyeme.
 34 De anno in genere.
 35 De annis climactericis.
 36 De ratione victus in itineribus & profectio-
 nibus probè instituenda.
 37 Præcepta contra iniuriam frigoris & remedium
 ad curandam ambustionem.
 38 Descriptiones medicamentorum quorundam
 ad vulnera externa curanda vtilium.
 39 Præcepta contra calorem & sitim.
 40 Præcepta contra famem.
 41 De nausea marina.
 42 De haustu aquarum.
 43 De eruptione sanguinis ex naribus.
 44 Præcepta aduersus alui fluxum.
 45 Contra ardorem stomachi.
 46 Contra arefactionem linguæ, quæ dicitur vul-
 gariter Brunella.
 47 De ebrietate.
 48 Descriptiones nonnullorum medicamentorum
 & antidotorum contra venena.
 49 De peste.
 50 Descriptio stibij præparati, & de eius vsu.
 51 Antidotus Saxonica contra venenum.
 52 Antidotus Nicomedis regis contra venena.
 53 Medicamentum Christiani I I I. regis Daniæ
 contra morbum caducum.
 54 Syrupus S. Ambrosij.
 55 Capitulum primum Cornelij Celsi, quemad-
 modum sanos agere conueniat.
 56 Conclusio.

I
P R A E F A T I O A D
F I L I O S.

CUM ab immenso & æterno Deo, filij
mei charissimi, post creationem cœli,
terræ, plantarum, arborum, cunctorumq̃
animantium & cæterorum mundi corpo-
rum in vsum humanum conditorum, so-
lus homo ad diuinæ maiestatis imaginem
ex terra sit factus, ita vt ex anima & cor-
pore constet, maximè & inprimis toti hu-
mano generi in eo laborandum esse cen-
seo, primum vt anima, postquam vnâ cum
corpore destinatum cursum peregerit,
eò, vnde digressa est, redeat. Deinde, vt
corpus animæ domicilium in hoc vitæ
curriculo quàm diutissime cum ipsa sa-
num ac integrum conseruetur. Quibus
verò rationib. efficiatur, vt anima emen-
so decursoq̃ huius vitæ spacio, ad beatam
immortalitatem, hoc est, ad Deum ip-
sum, vnde digressa est, reuertatur, id sa-
cræ literæ abundè & luculenter tradunt.
Quapropter ô filij, vos sedulò moneo &
hortor, sacro religionis studio ardentè
incumbentes, doctrinæ cœlestis funda-
menta intimis animi sensibus diligenter
& penitus percipiatis, vt vobis ex huius
vitæ quadam quasi peregrinatione atque
hospi-

hospitio euocatis ad perpetuum Dei & angelorum, omniumque sanctorum commercium concedere liceat. Quo pacto autem fragile corpus nostrum diu incolume & sanum conseruetur, & caduca nostra vita, viriumque imbecillitas aliquantisper sustentetur, perbreuibus nonnullis praecipis, hunc in usum ex diuersorum medicorum libris conscriptis, atque in certum ordinem digestis docebo. Sed ne forte arrogantiae ingenij insimuler, ingenuè fateor, me multis in locis integras medicorum sententias transtulisse, & vestra potissimum causa hunc laborem colligendi suscepisse, quod non meminerim, hanc rem tam compendiosè ab alijs tractatam esse, excepto vno Cornelio Celso, qui in primo de re medica libro praecipia longè utilissima de sanitate tuenda, mirae breuitate complexus est. Vt autem huiusmodi breuitatem eò commodius praestem, nuda saltem praecipia aetati vestrae maximè congruentia fusioribus interim causis & rationibus physicis omissis, vobis ob oculos ponam. Nolite vos hæc aspernari, sed tanquam vobis à me ex paterna beneuolentia atque affectione relicta cupidè suscipite, studiosèque amplectimini. Non enim dubito, si secundum has praescriptas obser-

obseruationes viuendi ordinē atq; ratio-
nem instituetis, quin magna ad vitam
commodius traducendam inde sit ad vos
redundatura vtilitas. Quod ad me sanē
attinet, fateor me ex his præceptis hanc
percepisse vtilitatem, vt quamuis in iuue-
nilibus annis paterno ac ferē hæreditario
asthmatis morbo obnoxius fuerim, nunc
tamen sic eo sim liberatus, vt valetudine
satis commoda vtar, quam Deus Opt.
Max. pro diuinæ benignitatis suæ arbi-
trio ac placito, mihi diuturnam conserua-
re ac propagare clementer dignetur. Vt
autem propius ad rem ipsam accedam,
paucis ordine præcipuas recensebo caus-
sas destructionis & corruptionis corporū
nostrorum, quibus cum humana natura
conflictatur. Deinde ea, quorum legiti-
mo vsu in corporibus nostris sanitas reti-
netur, exponam. Postea præcepta de vitæ
ratione singulis diebus, septimanis, men-
sibus, singulisq; anni temporibus seruan-
da, deq; annorum etiam climacterico-
rum obseruatione instituenda pauca sub-
ijciam. In fine quædam de salubri victus
ratione in itineribus habenda, nonnullo-
rum item antidotorum & medicamentor-
um singularem contra venena vini ha-
bentium descriptiones subiungam.

CA-

CAVSSAE CORRVPTIONIS
& destructionis corporum huma-
norum.

VT igitur institutum nostrum aggre-
diamur, prima & præcipua causa cor-
ruptionis & destructionis corporum no-
strorum, senectutis, mortis, atq; omnium
adeo malorum, quæ in calamitosa hac vi-
ta existentes, perpetimur, est lapsus pri-
morum parentum & reliquæ peccati in-
corrupta natura nostra hærentis, vt testa-
tur apostolus ad Rom. 8. Corpus morti
destinatum est propter peccatum. Quem-
admodum enim mors extremum est om-
nium malorum, quæ nos affligere in hac
vita possunt: Ita mortis nomine omnes
quoq; ærumnas & miserias humanæ vitæ
complectimur. Huc accedunt nostra etiã
errata, quæ, dum cæca nostra voluntas
impulsu diaboli in quæuis scelera ruit, in-
dies à nobis committuntur & accumu-
lantur, quibus Deus ad iustam iram &
indignationem prouocatus, omnis gene-
ris morbos & calamitates in nos grassari
sinit. Secunda causa morborum & de-
structionis deprauationisq; corporum
nostrorum est sinister & maleuolus fide-
rum

rum cœlestium influxus, temperamento-
rumq̄ infelicitas. Nam vti singulis rebus
proprietas certæ sunt ingenitæ, quas
Deus ab æterno naturalibus effectibus co-
optauit: Ita singularis quoq̄ efficacia &
vis diuinitus insita est corporibus cœlesti-
bus, quæ Deus non tantum propterea cer-
to ordine ac magnitudine creauit, vt an-
nos, dies & menses discernent, sed vt
essent quoq̄ nobis signa, ex quibus quæ-
dam rerum futurarum caperemus argu-
menta. Pendent enim inferiora ex supe-
rioribus, & cognatione quadam mutua in-
ter se continentur. Proinde corpora supe-
riora occultam quandam vim & virtutem
in hæc inferiora infundunt, per quam hu-
mores in corporibus nostris mutantur,
augentur, & diminuuntur secundum si-
derum positum & qualitatem. Et hoc quo-
tidiana experientia, certissima rerum o-
mniū magistra, clarius euentiusq̄ docet,
quam vt vlla demonstratione egere videa-
tur. Si quis fidem dictis adhibere noluerit,
Lunam mihi consideret, quæ in humores
præcipuè sibi dominium vendicat, & aper-
tè conuincetur. Cum igitur constet hu-
mores in corporibus nostris regi ab istis
superioribus, ex malis autem corporum
humoribus oriri morbos, ex morbis inte-
ritus,

B

ritus,

6 DE CONSERVATIONE

ritus, non immerito sane mortis & cæterorum morborum causa in corpora cœlestia aliqua ex parte refertur.

Præter hæc autem, alia sunt duo genera causarum corpus nostrum mutantium ac destruentium, quæ ex superioribus oriuntur.

Alterum quidem est earum, quæ nobis sunt congenitæ, ideoq; internæ dicuntur, necessariae atq; inevitabiles. Suntq; numero tres: Siccitas nimirum, quæ ætatis cursu ad interitum ducit: Afsidua substantiæ fluxio, vel materiæ in corporibus ingens varietas & mobilitas, excrementorumque abundantia. Alterum verò earum, quæ extrinsecus incidunt, & idcirco externæ dicuntur, quarum item duplex est ratio. Nam quædam sunt earum, quæ nõ necessario corpus nostrum immutant, afficiuntque. Nam etiamsi minus ipsa quoque cum accidunt, à nobis vitari possint, attamen sunt huiusmodi, vt simpliciter absq; ipsis vita seruari nostra queat, cuiusmodi sunt quæ corpus nostrum contundunt, diuellunt, vulnerant, quod plerunq; fit per externam vim, vt in bellis & casibus fortuitis: Aut cum quis in aquis submergitur, aut veneno necatur.

Aliæ autem sunt, quæ corpus humanum
necessa-

necessario alterare dicuntur, quod eas etsi particulatim vitare possimus, in vniuersum tamen declinare nequeamus, cum sine ijs viuere haud liceat. Hæc inquam hominis temperamentum ac constitutionem naturalem sanitatemque destruunt ac demoliuntur, vbi non probe, nec vt necessitas, statusque corporis exigit, cum idonea ac commoda mensura & qualitate adhibentur. Versantur autem circa hæc, quibus quotidie vtimur & nutrimur, quæque nostro corpori assimilantur, suntque particulatim consideratae in nostra potestate atque electione positæ. Harum sex sunt genera:

- I. Aër, aqua, ignis.
- II. Cibus & potus, seu omnia ea, quæ nutriendo corpori adhibemus.
- III. Motus & quies, tum vniuersi corporis, tum singularum eius partium.
- IIII. Somnus & vigilia.
- V. Excretio siue expulsio excrementorum & retentio, sub quibus venæ sectio, purgatio, vomitus, excretio vrinæ, sudor, balnea, Venus & alia continentur.
- VI. Animi symptomata, perturbationes, affectiones, siue accidentia, vt sunt timor, ira, mœstitia, gaudium & similia. De quibus paulò post plura.

Hæc rectè & oportunè administrata,

8 DE CONSERVATIONE

hominem in bona dispositione & valetudine conseruant, perperam autem vsurpata destruunt. Vt enim sanitas in mediocritate consistit, ita mediocri quoque rerum necessariorum vsu conseruatur.

CAPVT II.

GENERALIA PRAECEPTA
conseruandæ sanitatis.

ENVMERAVI vobis præcipuas causas ex quibus variæ mutationes, destructiones, & corruptiones corporum nostrorum oriuntur: Iam ex aduerso referam quoque ea, quibus si dextro ordine & modo vtamur, incolumitas vitæ continetur, amissa restituitur, nonnullaque morborum genera minuuntur ac depelluntur.

Ad hanc igitur rem, primò necesse est, vt sciatis, certoque statuatis, tametsi corpora cœlestia arcanam quandam vim & virtutem admirabilem in rebus humanis exercent: Deum tamen omnipotentem, vniuersæ rerum naturæ opificem & architectum, vitæque & mortis Dominum, atque arbitrum vnicum, propterea à gubernatione corporum inferiorum nequaquam esse remouendum, sed verè eum omnibus astris astrorumque influxibus dominari, eorundemque

demōq; cursum & efficaciam, vel promouere, vel impedire, omnes item inclinationes ab astris ortas moderari, morbosq; saepenumero secundum immensam suam bonitatem auertere & in melius mutare, nonnunquam etiam secundum arcanum & iustum iudicium suum propter delicta nostra exasperare & in peius conuertere.

Diuina enim maiestas non est astris, quæ ipsa ad vtilitatem & conseruationem generis humani condidit, astricta, nec fatali quadam necessitate, veluti carcere clausa tenetur, sed liberrime agit, & vt præcipua causa cæteras omnes liberrimè moderatur & gubernat. Is igitur Deus æternus pater clementissimus Domini nostri **I E S V C H R I S T I**, qui Regi Sedechiæ peccanti vitam quindecim annos prorogauit, assiduis precibus inprimis est implorandus, vt nobis quoq; longitudinem vitæ cum incolumi & recta corporis constitutione & sanitate largiri, viresq; tum corporis tum animi integras & firmas clementer conseruare dignetur. Rectè enim dicitur: *Astra valent aliquid, plus pia vota valent.* Item: *Astra regunt homines, sed regit astra Deus.* Item: *Cedunt astra Deo, precibus Deus ipse piorum.*

Deinde, cum propter nostra peccata

B 3

crebris

crebris & varijs morborum generibus; corpora nostra afficiantur, obnixè contendendum est, vt ratione regamus inclinationes & motus animorum vagos, externisq; membris frenum iniiciamus, nec tantum scelera, verumetiam occasiones scelerum fugiamus & vitemus. Hanc diligentiam adhibere charissimi filij in regenda vita & moribus, ac inprimis pietatem colere, debitamq; parentibus obœdientiam & amorem præstare vos decet. Quod si feceritis, Deus vobis vicissim, sicut in decalogo promisit, omnem felicitatem, diuturnitatemq; vitæ tribuet. Nam vt verissime D. Paulus inquit: 1. Timoth. 4. Pietas ad omnia utilis est, habens promissiones præsentis & futuræ vitæ. Quod aliquo modo intellexit homo Ethnicus Zoroaster rex Bactrianorum, cum dicit: Qui mentem ardentem ad opus pietatis intenderit, labile corpus seruabit. Et Cicero inquit: Pietatem esse matrem & fundamentum omnium virtutum. Secundò, cum dictum sit, stellas esse causas effectrices destructionis & mutationis, variorumque morborum in corporibus nostris, cumq; obseruatio effectuum cœlestium non sit prohibita, hanc curam vobis mandatam esse volo, vt tam directiones annuas, quàm

quàm natiuitatis vestræ figuras, quas ego diligenter & exactè computatas singulis relinquo, citra tamen omnem superstitionem, examinetis, iudiciumque peritorum astrologorum & medicorum superijs consulatis, vt eò melius mala præuisa euitare, bona verò ad optatum euentum perducere queatis. Verum enim est, quod asserunt nonnulli, cœlum esse fatalem picturam in cœlesti tabula. Et perpulchrè aiunt Hippocrates & Galenus principes medicorū, medicam artem sine fauore cœlesti sæpe esse inanem, imo etiam sæpe noxiam.

Prodest hæc obseruatio ad tuendam bonam valetudinē & præcauendos morbos. Inspecta enim naturali inclinatione, maiori vigilantia mores poterunt regi, & euentus, de quibus ab astrologis admonemur, quosq; præscimus, leuius toleramus, prudentius declinamus & euitamus, vt prouidè & discretè sine molestia transijisse videantur.

Etenim libera nobis voluntas & electio eatenus relicta est, vt auxilio Dei mens fulta, aduersari illecebris diaboli & carnis, inclinationes moderari, & si quam insignem calamitatem aduersumue aliquem casum astra præfagiant ac denuncient, eius occasiones effugere possit. Qua in re tamē

II 2 DE CONSERVATIONE.

honestatis rationem à vobis haberi volo. Nam si citra ignominiam periculum impendens, subterfugere vobis minus integrum foret, satius esset honestè cito mori, quàm cum dedecore diu viuere. Proinde certo statuendum est, rationem siue optimum intellectum prædominari cœlis, nec libertatem animi actionesq; nostras fiderrum necessitati astrictas esse.

Haftenus in genere breuiter exposui, qua ratione contra omnis generis mala, morbos, aliasq; corporum nostrorum destructiones præmunire nos queamus, quæ diligentia, si ardens filij Dei inuocatio ad hanc accesserit, feliciter euadit: Iam vt institutum ordinem vrgeam, ea quæ aliquo modo in nostra sunt sita industria, persequar, quorum si legitimus & rectus vsus adhibetur, sanitas fouetur & conseruatur, sin minus, violatur & destruitur.

CAPVT III.

SPECIALIA PRAECEPTA conseruandæ sanitatis.

VT autem à definitione ordiar: Sanitas est cõstitutio corporis, in qua nec doloribus cruciamur, nec in vitæ actionib. impedimur. Si verò corpus ab illa constitutione

tione deflexerit, ægritudo est. Sanitatem
 conseruare (secundum Rasim in Alman-
 fore) est in motu & quiete, cibo & potu,
 nec non in superfluitatibus & expulsionibus
 mensuram debitam obseruare, do-
 mos & loca cætera, in quibus versamur,
 odoribus pro ratione temporis congruen-
 tibus, temperare, malis etiam accidenti-
 bus, antequam augmentum capiant oc-
 currere, & animales cogitationes & volu-
 ptates refrænare, consuetudinesq; conser-
 uare. Cicero inquit: Valetudinem con-
 seruari cum notitia sui corporis, tum ijs
 rebus, quæ aut prodesse aut obesse soleant.
 In quibus enim conseruatio consistit, ex
 ijsdem corruptio oritur: utq; conseruatio
 fit per simile, sic curatio per contrarium.
 Paulò aliter quàm nos, definit sanitatem
 Isodorus cum inquit: Eam esse integri-
 tem corporis, & temperantiam naturæ ex
 calido & humido, in quibus cum illa con-
 sistat sequitur, qui plurimum calidi & hu-
 mido habent, hos maxime esse longæuos,
 qui verò contrariæ sunt naturæ, frigidi &
 sicci, hos citius senescere & mori. Nam ut
 ex quatuor humoribus reguntur sani, sic
 læduntur infirmi, & cū humores ultra de-
 bitum crescunt, ægritudines pariunt. Sic
 qui natura admodum crassi sunt, citius in-
 tereunt,

tereunt, quàm graciles. Parum enim sanguinis ac spirituum habent. Sed vt ordine de singulis rebus, in quarum legitimo vsu, iusta qualitate, quantitate & tempestiua vsurpatione, sanitatis conseruatio consistit, dicamus, ab aëre corpus nostrum ambiente primum ordiamur.

CAPVT IIII.

DE AERE.

AER per se est calidus & humidus, & attractio eius omnibus animantibus tam est necessaria, vt si cui respirationis vie intercipientur, statim extinguatur. Et omnes in nobis experimur, ipsam constitutionem corporis sæpe mutari ex aëris vel temperie vel intemperie. Omni igitur studio prouidendum est, vt aër, quoad eius fieri potest, optimus deligatur.

Est autem optimus aër, qui vnicuique est natiuus. Nam vniuscuiusque locus naturalis, vt Philosophus inquit, sui est locati conseruatiuus, præterea temperatus, serenus, purus, tenuis, patens & liber, à foetoribus immunis, nulla putredine infectus, ventisque difflatus, qui, cum attrahitur, sentitur, oriente sole cito calescens, eodem occidente cito frigescens. E contrario pessimus

simus ac noxius aër est, turbidus & nebulosus, impurus, foetidus, nubilus, putridus, occlusus, quem neq; ventus neq; sol penetrat, nec purgat, qui non secus, ac immobilis aqua facile venenosam & malignam qualitatem suscipit, qui æstatis maximè tempore, lacuum stagnorumque pestiferam auram eructantium exhalationibus corrumpitur, vel fœculentis excretionibus inficitur. Sic malitiosus aër est, qui ex sterquilinijs, cloacis, & locis pestiferis oritur, quiq; cor constringit, & anhelitum coarctat, & qui nimium est calidus vel frigidus. Calidus enim dissolvit, sitim generat, spiritum diminuit, digestionem abscondit. Frigidus asthmata & catharros gignit, vtrq; huiusmodi aër impurus, qui spiritum vitalem vitiat, omnibus modis cauendus, sic aër temperatus maximè est hauriendus. Nisi enim assiduè bonus aër attrahatur, quo calor natiuus ventilatus temperetur, refrigereturq;, sanitas turbatur. Ex quibus etiam patet, satius esse sub dio versari, quàm cubiculis vndiq; clausis immorari.

Hoc autè obseruasse etiam contulerit, quod frigidis temporibus aëre calido, aut igni, calidis frigido, humidis sicco, & siccis humido aëre maxime vti conueniat. In diutur-

diuturnis etiam morbis nonnunquam solum vertere prodest. Aëris enim & loci mutatione sæpe fanitas amissa recuperatur. Cum verò aër sæpe à ventis & odoribus moueatur & mutetur, ventusq; nihil aliud sit, quàm aër impulsu agitatorum vaporum commotus, de vento & odoramentis pauca addenda esse duxi.

DE VENTIS ET
odoramentis.

Septentrionalis omnium ventorum optimus & saluberrimus habetur. Proximum locum sibi vendicat orientalis, & quicumq; ventus aërem modicè infrigidat, siccat & serenat. Habitationes itaque versus orientem & septentrionem sint extractæ, propter aëris & venti temperiem. Nimius autem ventus obest tum pulmone tum oculorum auriumque sensui plurimum. Quod ad odoramenta attinet, constat aërem quodammodo nutrire spiritus, citissime verò odores: cor & cerebrum corroborare, reficereq; animum, quo refecto, corpus quoq; sentit voluptatem & recreationem.

Aër item vitiosus & foetidus per odoramenta & suffumigationes corrigitur ac emendatur. Interest autem quamplurimum,

num, quales hauriamus odores. Talis enim & spiritus in nobis euadit: odores nimis calidi mihi non probantur, quia caput replent & catharrhū generant. Cum etenim temperies ipsa cerebri sit quasi media inter calidam & frigidam, temperatis maxime gaudet, & contra ab alijs maxime turbatur & læditur. Quocirca sunt interdum miscendi mutandiq; odores, vt si regnet frigus, ad calidum declinantes, & si dominetur calor, ad frigidum vergentes attrahantur.

Ex rosis igitur, violis, Myrto, camphora natia, Sandalis, aqua Rosarum, quæ frigida sunt, rursus ex cynamomo, citro, arantio, aloë, ambra, musco, quæ calida sunt, prout cuiq; vestrūm conuenit, hauriantur odores, neq; solum naribus, sed pectori & stomacho admoueantur, quemadmodum etiam Theriaca, Mythridatum, Thus, Succinum, Angelica, & cætera, quæ contra venena vim habere creduntur. Non parum quoq; emolumenti ad spiritus vestros recreandos attulerit, in hortis, vbi subinde boni odores aspirant, inter viuentes suauiterque redolentes herbas frequenter versari, floresq; & gramina anni tempore, temporisq; constitutioni, & corporis vestri statui conuenienter per aream proijcere,

proijcere, conclauiaq̄ conspergere, vt folijs salicum, rosarum, violarum, pampinis, origani, serpilli, thymi, lauendulæ, Myrtillis, cidonijs, piris, pomis arancijs, granatis, alijsq̄ huiusmodi, eademue aqua rosacea, vel ex floribus aranciorum aut alia, & aceto irrorare. Nonnunquam verò in cubiculis vestris fragrantibus suffitus accendantur.

Quibus postremò odoramentis, fumigijs & pilis, seu orbiculis odoratis ego vti consueuerim, hic subiiciam, vt iisdem & vos, habita tamen temperamenti vestri ratione, vtamini. Cum autem non omnibus iisdem congruant odores, & varia de his opuscula extent, circa eos, pro ratione diuersitatis temperamentorum delectũ habere vtile est.

DESCRIPCIÓN A QUAE
odoriferæ.

REC. Aequali pondere aquam rosatam cum vino albo generoso beneq̄ olente, aceti rosacei quartam partem, saccari candidi tertiam partem: dissoluatur hoc in illis. Alij addunt parũ croci. Hac aqua manus, faciem, iuncturas, oculosq̄ lauate, dentes purgate, vestimenta q̄ & cætera conspergite, aliquando etiã hanc deglutire
non

non inutile est. Vt autem singulorum pondus vobis constet, rationem componendi adscribam. R E C. Aceti ex vino albo rosaceo vicias iiii. aquæ rosacæ, vini optimi odoriferi albi sing. lib. j. Croci scrupulum vnum.

Saccari candidi liquoribus debite dissoluti libram dimidiam. Croco coleretur & coletur, deturq; ad vsum.

A Q V A O D O R A T A M O D E -
ratè calida & frigida.

R E C. Sextarium aquæ rosacæ, in qua per biduum steterit dimidia vncia Cinnamonomi, macis drachma vna, radicis violarum drachmæ 2. Cariophyllorum drachmæ 1½ Muscatæ nucis drachma i. Postquam distillaueris, adijcies parum Croci, ad quantitatem v. granorum.

A L I A A Q V A O D O R I F E R A,
mediocriter calida & frigida.

R E C. Aquæ rosatæ libras 3.
Recentium florum lauendulæ destriCTORUM manipulos tres.
Recentium Cariophyllorum.
Cinamomi ana semiunciam.
Albarum violarum radicis, drach. duas.
Macis drachmas 2.

Foliorum



20 DE CONSERVANO.

Foliorum siccat. Rosa. manipulum vñum.

Gummi Benzoi, aut assæ dulcis drach. 2.

Styracis calamitæ drach. 2.

Musci & ambre ad quantitatem 2. grano.

His adde semiunciam aut integram vñciam vini destillati aut maluatici, & aquam huiusmodi radijs solaribus per integrum mensis spacium expone.

CANDELAE ODORIFERAE
contra Venena & Pestem.

REC. Ladani vncias tres.

Styracis Calamitæ drachmas x.

Assæ dulcis drachmas 6.

Thuris sesquiunciam.

Stœch. vncias duas.

Rosarum rubearum.

Garyophyllorum ana vncias tres.

Corticis Citri & fantal. Citrini ana drachmas 2.

Granorum Iuniperi semiunciam.

Ambre & Musci ana sextam drachmæ partem.

Carbonum tiliæ sesquilibram.

Hæc omnia cum gummi Tragacant. & stillatio rosarū mixta liquore tepida pilaterantur & in massam quandam redigantur. Inde parvæ Candelæ fingantur & lente siccentur.

Descri-

DESCRIPITIO NODVLI
odoriferi contra Pestem.

REC. Styracis calamitæ.

Assæ dulcis ana vnciam vnam.

Ladani.

Mastiches ana semiunciam.

Cariophyllorum.

Xyloaloës.

Santalorum Citrinorum ana drach. j.

Seminis nigellæ Romanæ drach. ij.

Cum modico Resinæ terebinthinæ Venetæ. Fiat pila odorifera siue nodulus, qui aromatizetur moschi, ambri, dissolutorum ex oleo Cariophyllorum ana granis sex.

De præscriptis autem paulò ante Candelis odoriferis, admoneo vos, accendi illas quidem in cubiculis ad vsus commemoratos posse, non tamen in ijs cubiculis prius esse versandum planè, quàm dissipatus fumus fuerit: qui sane capiti, oculis & pulmone nocere haud parum posset: ideoq; consulo vobis, vt potius orbiculis odoriferis, in aquam rosaceam vasculo argenteo exceptâ proiectis: ipsoq; vase super candelam accensam posito, halitu inde emisso thalami aërem odore imbuatis: atq; eo modo attrahatis, quo ego in meis cubiculis vti consueui.

C

Accidit

Accidit nonnunquam, vt plane omni odoratus sensu priuemur. Hoc vbi fit, gargarizandum est os ruta, & hyssopo coctis ex aceto scyllitico, & masticanda est frequenter Zedoaria.

RATIO CONFICIENDI PASTILLOS odoriferos Comitissæ Arnsburgensis.

REC. 4. vnc. Rosarum albarum, ijsq; folia decerpe. His in mortario terreo contusis, adde Benioin vnc. 2. per spacium 24. horarum in aqua Rosarum maceratas, quibus adijce Ambram ad pondus duorum granorum, & Moscum, ad pondus vnius grani, nec non Zebetti, ad partem quart. vnius grani. Attere hæc ad lapidem, & deinde vnà cum rosis contunde. Omnibus adde vnciam dimidiam sacchari optimi. Atq; hæc ita contrita per biduum in mortario bene obturato sinas. Postea in modum massæ forma: atq; inde, effinge pastillos aut globulos rotundos. Admiscere autem oportet nonnihil gummi tragacanthi, in aqua rosarum macerati, singulosque pastillos ponere in cochlearium gummi draconis, vt tantò firmiter coalescant. Postremò, singulos pastillos duobus folijs rosarum inuoluere vel includere.

CAP.

CAPVT V.

DE AQUA.

POST aërem, vt de aqua differamus ordinis ratio exigit. Est autem frigida & humida, & non nutrit, sed medicamenti ritu refrigerat & humectat: promouetq; digestionem. Signum bonæ aquæ est leuitas & claritas. Bona item aqua est, quæ tam gustu, quàm olfactu omnis est qualitatis expers, quæ per vices facilè calorem & frigus suscipit, æstate frigidior, hyeme verò calidior existens, quæ deniq; hauritur ex flumine, cuius alueus est profundus, & non limosus. Probantur item aquæ, quæ in vase æneo bene expolito, nullam relinquunt maculam, & quæ sunt huiusmodi, vt legumina facilè & citò in his coquantur. Aqua autem leuissima est pluuiialis, subsequitur hanc fontana, deinde fluuiialis & putealis, postea glacialis vel niualis, ex glacie vel niue resoluta. Vtraq; harum mala est, vt & quæ in lacubus: peior tamen palustris, eò quod non moueatur, ideoq; deterrima. Atque omnino mala est omnis aqua turbida, crassa, male olens, salfa & amara.

Aqua autem saluberrima est in æstate, inde in vere & autumnno, in hyeme pessima est.

C 2

Nullius

Nullius verò aquæ, siue bonæ siue malæ potio salubris est vestris præsertim corporibus, quæ in his regionibus aquilonaribus morbis humidioribus sunt obnoxia. Quod si tamen necessitate compulsi aquã ex illis laudabilioribus bibere cogemini, leniter prius ac lento igne eam decoquitote. Huiusmodi enim coctione & crassities aquæ tollitur, & omnis eius prauitas corrigitur.

Quo pacto aqua ad abluendum corpus, manus, faciem, oculos, & aures, itemq; ad balnea uti conueniat, paulò post dicemus, quemadmodum & de aquis odoriferis, de quibus pauca quidem præmisimus, verum plura dicturi sumus. Non est autem huius loci, neq; nostri instituti, qua ratione aurum, argentum, chalybs, & alia metalla in aqua extinguantur, ut propriam quandam virtutem ex illis suscipiat, hic explicare. Tantum addo, homines viuacissimos, optimæq; temperaturæ esse, qui utroq; tam aquæ quàm aëris elementò probe vtantur, cibisq; optimis vescantur.

CAPVT VI.

DE IGNE.

IGNIS est calidus & siccus, optimusque est,

est, qui accenditur ex lignis siccis & odoriferis. E contrario prauus est ex lignis viridibus & graecolentibus, similiter ex carbonibus factus, qui caput grauat. Vt autem ignis moderatus vapores in cubiculis dissoluit, domestici malitiam aëris corrigit, frigus externum arcet, caloremque naturalem suscitatur: Sic nimius ignis & fumus oculos, pulmonem & caput lædunt, fluxusque & catharros crebros generant, humoremque naturalem exiccant. Quocirca fugienda maximeque detestanda est nostratum Nobiliū consuetudo, qui cum in his Holsatiæ partibus magna lignorum copia suppetat, ignem tam copiosum & luculentum extruunt, vt ipsis ferè præ nimio calore & fumo spiritus intercludatur, vtque nimium ignem dissuadeo, sic vsum hypocaustarum vobis omnino interdico, vtpote ijs, qui valetudini suæ rectè consultum volunt, minime probandum.

Vt imini ergo foco moderatè calido, in quo Iuniperi, myrtus, terebynthum, laurus, saluia, libanotis, lauendula, ligna abiegna, quercina & fagina vrantur. Vitabit autem ligna, quæ prauum & grauem fumum caput tentantem, vel alicui parti corporis noxium emittunt, vt sunt populi, sambuci, brusci, mori, & spinarum omnium.

Satius autem est aliquantulum frigoris tolerare, quàm tantam caloris vim sustinere, vt membra sudore guttatim cadente diffluant. Arceatur nihilominus frigus à capite, pectore, pedibus & ceruice: vt enim calor temperatus digestionem adiuuat, sic nimium frigus memoriæ & reliquis membris officit. Proinde ignis, quantum arcenti frigoris & excitandi caloris innati necessitas exigit, adhibeatur, caueaturque ne modus in alterutro excedatur. Quod vbi fit, natura læditur. Atque hæc de igne dicta sufficient.

CAPVT VII.

DE CIBO.

CVM abunde satis pro instituti nostri ratione de aëre, aqua & igne dissertum sit, nunc de cibo & potu agendum est. Cibo, quicquid sicciore substantiæ effluit, quotidie restituitur: Potione verò, quicquid humidioris. Sed ratio qualitatis, quantitatis, temporis & ordinis in primis est habenda. Deligendus est igitur cibus substantia mediocris & bonum succum procreans. Nam si corrupto alimento corpus pastum fuerit, in deterius labitur.

Quippe ex boni succi cibus bonus sanguis,

guis, ex mali autem succi cibis malus generatur. Ciborū varia sunt genera. Quædam enim sunt subtilia, quædam mediocria, quædam crassa. Subtilia subtilem generant sanguinem, vt sunt pulli gallinæci bene nutriti, oua, optima frumenta, caro porcina recens.

Mediocre ordinem obtinent, carnes agninæ, arietinæ, veruecinæ, vitulinæ.

Crassa profunt hominibus calidis & crebris laboribus corpus exercentibus, vt sunt bubulæ carnes, vaccinæ, suillæ, lepторинæ, ceruinæ aliarumque ferarum, quæ in venationibus capiuntur, & domesticis salubriores esse censentur.

Vt autem in conspectu habeatis, qui cibi facilis sint coctionis, qui verò difficilis, breuiter singulos ordine recensebo. Facilis coctionis sunt: Vua, ficus, amygdalæ dulces, lactuca, Apium, hordeum coctum, caro porcina, pulli gallinæci, perdices, turdi, oua volatiliū, pisces saxatiles, qui in petrosis locis degunt, auiculæ, &c.

Difficilis verò concoctionis sunt: Panis azymus, faba, lenticula, cicer, cidonia, castanæ, auellanæ, oliuæ, cucumeres, caules, fungi, rapæ, caro hircina, bubula, ceruina, pisces duri & glutinosi, aues in stagnis aut paludibus, aut lacustrib⁹ locis

C 4 degen-

degentes, anates, anseres, pulli columbini, grues, pauones, cancri. Item peculiariores partes auium, guttur, epar, splen, renes, stomachus & intestina, venter, caseus tam recens quam vetus.

Lac amygdalinum cum saccharo mensura familiarissimum esse debet. Item lac caprinum cum saccharo & marathro ieiuno stomacho senibus non male conuenit. Saccharum autem per se est calidum & humidum temperate, corroborat, digerit, purgat, conuenit stomacho, sed nimius eius usus obstruit, secundum Auicennam, & facile vertitur in choleram. Vitellus oui facilime, totusque fere in sanguinem conuertitur.

Laudatur vero suilla, quae inter calidum & humidum temperata caeteras nutritione superat: sed tamen quia phlegmatica est, non omnibus pariter conuenit. Magnam autem similitudinem cum humana carne habet.

Caro ceruina etsi difficilis est concoctionis, tamen tota ipsius substantia aduersatur venenis, excepta cauda, quae ipsa venenosa est. Ego certe carnem ceruorum iuniorum contra febrim valere, & alioquin salubrem esse iudico, ijs praesertim, qui facile concoquant. Cornua ceruorum tenuia & recenter

center enata, sunt cibi Principum, & valent contra venenum, quemadmodum etiam os, quod nascitur in corde cerui. Ex piscibus eligantur parui, saxatiles, squamigeri, minimeque viscosi, in fluminibus & puris aquis natantes: magni magna adferunt detrimenta. Laudo lucium: Anguillas vero & tenchas minimè salubres, sed damandas esse duco: utque omnis pinguedo mala, sic piscium pessima est. Omnes autem promiscuè carnes & pisces quando assantur, acquirunt duritiem, caliditatem & siccitatem aliquam, & corpora magis nutriunt, maiusque robur adferunt, quam elixæ carnes.

Panis vester sit triticeus, bene coctus, non plane furfuris expers, ex recenti confectus frumento, non nimis antiquus, nec maioris ætatis, quam trium aut quatuor dierum. Usus calidi & recentis panis in comedendo officit.

Medulla verò adhuc calentis panis indita vino, ad olfactum si adhibeas, prodest, cor ipsum recreat atque corroborat, spiritumque fouet. Crusta panis ijs, quorum ventriculus abundat superfluis humiditatibus, conducit. Panis autem indigestus naturam magis lædit quam caro, secundum commune dictum: Omnis repletio

C 5 mala,

mala, panis verò pessima. Sal calidum & ficcum reddit singulis ferculis saporem, excitat appetitum, sed nimius eius vsus est nobis noxius, quia adurit sanguinem, laedit visum, & scabiem excitat.

Lac est calidum & humidum, propinquum complexioni humanæ, conuenit pueris & senibus, non multum autem febricitantibus.

Quantum ad fructus attinet ô filij, eorum vsum omni modo vobis prohibeo. Plus enim detrimenti quàm boni afferunt. Ex nucibus tamen & ficibus pharmacum componitur, de quo postea dicam.

Laudo uvas passas, si quis mane, antequam alia fercula attingat, ijs vescatur. Quibus etiam in coctione ciborū miscendis, melioris saporis gratia vti licet, quemadmodum & reliquis fructibus, sic enim virositatem amittunt. Quamdiu autem sani sospitesq; estis, cibis, quos maximè appetitis, vos vesci (moderatè tamen) cupio. Nam qui cum delectatione assumuntur cibi, hos ventriculus auidius amplectitur, promptiusq; & expeditius concoquit, sed ex aduerso, eos, qui displicent, refugit, atque auersatur.

Quantitas cibi & potus debet esse tanta, vt calor innatus, in quo vita consistit, neque

& neque propter penuriam alimenti resolua-
tur, neq; propter copiam opprimatur, ex-
tinguaturue, sed vt possit vincere & supe-
rare. Nam vbi secus fit, & vel nimis parcè
cibus subministratur stomacho, consumi-
tur corpus, & debilitatur virtus, vel si ni-
mius ingeritur, est causa putredinis & ob-
structionum. Excessus autem animaduer-
titur, si anhelitus, pulsus, vrina & egestio
mutentur. Tantum igitur cibi & potionis
adhibendum, quantum ventriculus facilè
concoquere possit, vt vires reficiantur,
non opprimantur. Sic enim edendum est,
vt esuriamus: & sic potandū, vt sitiamus,
sanitatisq; studium in eo consistit (vt do-
cet Hippocrates) vt satietas ciborum fu-
giatur, & alacritas ad laborem præstetur.
Nec de nihilo est, quod trito fertur pro-
uerbio, plures perire crapula quàm gla-
dio, vnicamq; gulam omnium prope mor-
borum esse matrem, & per eam cursum
vitæ sæpe abrumpi. Famem itaque cibus,
sitim potus expectet, auiditas vtriusq; su-
perfit, fastidium & securitas procul absit.
Vt autem non plus cibi, quàm natura exi-
git, ingerendum: sic vicissim periculosior
est tenuior victus quàm paulò plenior.
Sæpius enim accidit, vt si quæ copiosiore
cibo collegeris progressu temporis facilè
consu-

consumas, & si quid etiam superfit, repletioni abſtinentia mederi poſſit. Interim meminiffe vos decet, omne nimium naturæ eſſe inimicum, temperantiæ verò mercedem eſſe robur & ſanitatē.

Vt in alijs rebus omnibus, ſic etiam in adminiſtratione cibi & potus ordo minime eſt turbandus. Subtiles itaq; liquidi, humidi ac facilis coctionis cibi, ſolidis, duris, craſſioribus & tardæ coctionis cibis præmittantur, ne fortè dura liquidis ex-eundi meatus impediant, & corruptio fiat, ſecundum verſiculum:

Præmittas calidum frigidis & mollia duris.

Bis in die comedite, ſed cum aliqui veſtrum nondum ad pubertatem acceſſerint, ter vel quater ijs de die cibum capere licet, quod idem etiam cholericis & ætate proeſterioribus ſalutare fuerit.

Prandio vel cœnæ certas & ſtatutas horas deſtinare vos minime volo, propter negotia tum publica, tum priuata. Nam cū, propter profectionum, venationumque commoditatem, corpori curando ſemper vacare nequeatis, ſed tempus prandij vel cœnæ interdum differre cogamini, malo vos hac in parte à Medicorum decretis aliquantulum diſcedere, vt maior neceſſitatis, quàm huiusmodi exquisitarum præceptio-

ceptionum ratio habeatur. Tempus autem edendi aptissimū est absoluta concoctione, quod fames indicat, neq̄ ingerendus alius est cibus, priusquam ingestus plane fuerit concoctus.

In comedendo minimè moram producite, sed simul omnia fercula vobis apponi curate, vt quod maximè palato & ventriculo arriserit, inde deligatis. Alimenta antequam deglutiatis, exactissime mandite, molaribusq̄ optimè atterite.

Sumto cibo modicè deambulate, mox verò sedete, secundum versum:

Post pastum stabis, passu molliue meabis.

Cœna, cum noctium ingruit longitudo, largior & plenior prandio, dum adhuc in inuenili ætate estis constituti, vobis congruit. Secus verò si catharris & destillationibus, nocturnisq̄ morbis laboratis. Siccus cibus alimenta mollia, potumq̄ pondere æquet. Inter comedendum sæpe ac parum bibite: Inter prandium & cœnam potu abstinere concoctionem iuuat, cholericos tamen & pueros hoc præceptum non ita arctè obstringit.

Inter vtramq̄ comestionem ad minus sex horarum spacium interponatur, vt tempore intermedio præcipuæ coctiones perfici queant. Hyeme rectius cibus actu
& vir-

& virtute vtimini calidis, æstate verò frigidis. Sed nunc ad potum transeamus.

C A P V T V I I I .

D E P O T V .

PO T V S non minus, quàm cibus necessarius est, vt corpus humectet, & quod humidum è corpore dissoluitur, restauret, crassioresq; cibos ad loca remotiora depellat.

Moderata vini potio vires reficit, calorem naturalem corroborat, humores temperat, purgatq; per sudorem & vrinam, corpori alimentum exhibet, appetitum & coctricem facultatem iuuat, & animũ præfertim eorum, qui temperatæ sunt complexionis, lætum & hilarem reddit. Immoderata verò potio vini, omnes humani corporis sensus lædit, ingenij vires opprimat, animiq; vigorem eneruat, ac hebetem reddit, cerebro ac nervis plurimum officit, tremorem membrorum, spasmus, apoplexiam, paralyfin & mortem repentinam adducit.

Vinum autem præ cæteris illud eligatur, quod præditum est bono odore, colore, nitore & sapore. Vinum vetus calidum est in tertio gradu, recens in primo.

Sed

Sed quò est generosius eò calidius, quò
dulcius eò minus validum.

Vinum defœcatum recenti, siue musto
salubritatis palmam præripit. Hoc enim
inflationes & calculos in renibus generat,
ægreque concoquitur, aluum tamen citò
mouet, illudq; boni saltem præstat.

Inter cætera vini genera præstans est vi-
num, quod cum Helenij herbæ radice de-
coctum est. Asthmaticis enim salubre est,
& ad concoctionem inprimis conducit,
& purgatq; nonnihil. Ideoq; hoc vini genere
ego delector. Vinum etiam saccaro deco-
ctum senibus frigidis, & debilibus conue-
nit, & quibus humor natiuus & calor na-
turalis imminuuntur. Nutrit enim & san-
guinem generat, & replet partes principa-
les spiritibus.

REC. Vini optimi libras tres.

Saccari albissimi libram 1. coquatur ad
lentum ignem more syrupi, serua & vtere
cum duabus partibus aquæ decoctæ, vt su-
pra, vel aliter prout vsus postulabit. Hoc
vinum siue potius ex vino syrupum Rabi
Moses in libro de victus ratione senum &
conualescentium approbat. Probo etiam
potum Hippocraticum, qui valdè his fri-
gidis in locis conducit hyberno præsertim
tempore.

Cereui-

Cereuisia fit ex bono frumento, probe cocta, fit clara, non nimis recens, nec adeo vetus, ut saporem contraxerit acetosum. Cereuisia alit nervos, bonum efficit colorem, è stomacho & intestinis facile effluit, tempore calido confert plurimum, sitim sedat, & corporibus nostris non multò minus salubris est, quàm vinum. Obtinet cereuisia præsertim Hamburgensis præter nutriendi & calefaciendi facultatem, quam ex tritico aut hordeo nanciscitur, quandam etiam medicandi vim ex lupulo salictario acceptam. Quodque sit potus saluberrimus incolarum in his regionibus septentrionalibus, floridus color, forma elegans & integra corporis constitutio indicant. Nam rarò nostrates podagra vel arthritico morbo afficiuntur: Catharro tamen vel asthma, vel renum morbo nonnunquam infestantur. Quod si verò quis cereuisiam usque ad ebrietatem ingurgitauerit, plurimum ex hac detrimenti percipiet. Nam capitis dolorem, inflationes & morbos frigidos inde gigni experietur. Ita ut peior sit crapula, quæ à cereuisia, quàm quæ à vino oritur, his præsertim in locis, ubi phlegma & catharri in corporibus abundant. Alioqui grauior est, ex vino quàm ex cereuisia crapula.

Sed

Sed cum Cereuisiarum diuersa ac plurima sint genera, vnumquemq; naturæ suæ rationem habere decet, vt cereuisia, quæ maximè sibi conueniat, vtatur.

Aquam decoctionis hordei, quæ ad refrigerandum tam sanis quàm ægris confert plurimum, quæque ego vti consueui, quemadmodum conficere oportet, hoc loco subijciam.

REC. Hordei libram dimidiam.

Aquæ mensuras 4.

Glycyrrhizæ semiunciam.

Seminis violarum drachmas ij.

Seminis petroselini drachmas ij.

Rosarum rubearum vncias iij.

Hyssopi, } ana sesquiunciam.

Saluiæ, }

Ficum, }

Vuarum passarum } ana vncias iij.

enucleatarum, }

Hæc omnia in vase fictili decoquantur tam diu, donec ad latitudinem duorum transuersorum digitorum decrescant. Vas fictile in aquam frigidam collocetur, & deinde per linteolum excoletur.

Hyeme calidum, æstate frigidum bibatur, nec vnquam ante sumptum cibum, nec spacio inter prandium & cœnam in-

D

terposito,

terposito, nisi aliquis cholerae valde sit obnoxius, vel puer, vel in teneris annis inueterato quodam more sit assuefactus. Quae tamen consuetudo mala est, & paulatim tractu temporis in melius mutanda.

Ex aureis argenteisque poculis bibere, ad sanitatem non parum emolumenti habet, quemadmodum etiam aurum vel argentum candens in potione extinguere prodest. Pocula vestra sint operta & tecta, ne quid detrimentosi illabatur, vel venenum a muscis aut alijs animalculis inferatur.

Potum autem niue imposita aut nitro resoluta refrigerare vos nolo, atque hoc ut rem corporibus vestris noxiam prohibeo. Nam cum potus niue aut nitro refrigeratur, violenter cogitur.

Cum acetum etiam cum potu cognitionem quandam habeat, pauca de hoc monere, ab instituto meo haud alienum esse duxi. Est autem frigidum in primo gradu, & siccum in secundo proportione: secundum eius aciditatem Melancholicis obest, cholericis vero prodest. Unde calido stomacho pariter & humido eius usus permissus est. Nam appetitum excitat, concoctionem iuuat, sistit & compescit furentem bilem, phlegmati attenuatione siccitateque aduersatur, pulmone tamen obest.

Memine-

Memineritis etiam omnia alimenta fulmine tacta noxia & pernicioſa eſſe. Ineſt enim illis vis peſtifera, ex qua ſpiritus venenatus in cōtactu diffunditur. Quare nequaquam potu conuenit vti, qui fulmine tactus degenerarit, ſiue ſit immutatus.

Labor autem cibum antecedere debet, cibus potum, vterq; ſomnum, atq; in his omnibus modum ſeruare optimum eſt. Peior verò cibi, quàm potionis eſt repletio; peſſima cibi & potionis coniunctim, niſi per vomitum curetur. Et hæc de potu dixiſſe ſufficiat. Iam ad motum & quietem progrediamur.

CAPVT IX.

DE MOTVSIVE DE EXERCITATIONIBUS CORPORIS.

QVONIAM magna pars conſeruanda ſanitatis in oportuna corporis exercitatione conſiſtit, motus quoq; ratio, quo corpus valetudinis conſeruanda gratia agitatur, diligens eſt habenda. Motus autem tanquã genus continet in ſe omnes exercitationes, & corporibus noſtris neceſſarius eſt, tam continuus, tam temperatus, tam varius motus, quàm cœleſtium aëriſq; ignis & aquæ, ſeruata tamen con-

D 2 coctio-

coctionis & somni necessitate, defatigatione verò & resolutione destillationeque vitata.

Omnis autem exercitatio corpori leuitatem præbet, insitum calorem auget, membrorumque duritiem efficit. Per laborem vires corporis magis accrescunt, membraque omnia redduntur solidiora & robustiora, sed ex contrario membra per ocium tabescunt.

Exercitatio acuta corpus tenuat, contraria crassius reddit: multa corpus siccat, mediocris obesum præstat. Vnum exercitium sit maius æstiuo.

Varias autem exercitationum species quærite, & moderatas amate, locoque oportuno & commodo instituite, vt modo ruri, modò in vrbe versemini, interdum nauigio vehamini, nonnunquam vehiculo vltro citroque feramini, quandoque placeat venatio.

Suauis & iucunda ambulatione adhibita cibus in ventriculi fundum descendit, longiore & concitatore etiam frigoris vis dissoluitur. Vt plurimum autem in locis apricis ambulationem instituatis. Sub dio enim nati sumus, cumque in locis apricis ambulamus, aer & venti nos circumdant, Sol cæteri que planeta & stellæ radios libere
in nos

in nos proijciunt, vis siderum obambulantibus nobis è directo magis incidit, nosq̃ aërem haurimus & attrahimus recentem, quo spiritus cordis egregiè reficitur.

Melior itaq̃ est ambulatio sub dio cæteris paribus, quã in porticu, melior in sole, quã in vmbra. Si caput patitur, melior in vmbra quam viridaria efficiunt, quã quæ tecta.

Mane circa montes, vesperi verò ad amœni fluminis ripas spaciari conuenit.

Laudo etiam frequentem aquæ nitidæ aspectum, virides & rubros colores, hortorum nemorumq̃ vsu, quemadmodum etiam leuem nauigationem valde probo, & varietatem inprimis, facilesq̃ occupationes & diuersa negotia, non molesta, assiduam hominum gratiosorum & felicitium consuetudinem.

Laudantur à Medicis eæ potissimum exercitationes, in quibus brachia exercentur, & thorax panditur, vt superfluitates in pectore & pulmone discutiantur, & materiæ ad inferiora trahantur.

Ascensus & descensus cum quadam varietate etiam mouet corpus, nisi tamen id sit perquam imbecillum. Equitationis exercitium quoque non est insalubre. Hæc

D 3 enim

enim spiritus ipfos supra reliquum exercitiorum genus corroborat, & sensus purgat, stomachoq; inprimis est apta, & spinam rectam sustinere postulat. Cum itaq; his redundet commoditatibus equitatio, & nobilibus maximè conueniat, atque ad illorum expedienda negotia inprimis sit utilis, in pace iucunda, in bello verò necessaria, nequaquam hanc negligite, sed debitam operam & studium in eam impendite. Quia verò ad eam exercendam naturæ vestræ ductu satis inclinatos esse scio, plura de hac non dicam, sed saltem hoc adijciam, eam si nimia sit, visceribus obesse, propter iactationem frequentem & membrorum successione.

Ego venatione (quam vix quisquam satis iustis præconijs vnquam ornare poterit) vnicè delector. Venatio enim non solum vniuersas corporis vires & partes æquo exercet, sed etiam animum mira voluptate afficit. Facit nos ante lucem somno excusso leuari, frigoraq; & calores tolerare. Equitando totum corpus venatoris mouetur, eoq; pacto insitus calor augetur, lacerti, brachia manusque canibus venaticis ducendis agitantur, canum strepitu clamore & latratu aurium sensus exacuitur, vociferatione thorax & vocalia instru-

instrumenta exercentur, dum feras fugientes summo studio venator insequitur, cursu ad quoduis opus efficiendum agilior redditur, in velocitatem celeritatemque ferarum, atque in canum incursum, insultumque acies oculorum intenditur, quare visus melior perfectiorque efficitur. Sæpe numero in venando animus, vbi ferox aliqua bestia sese obiecerit, ardore quodam incalescit, deinde cupiditate & honoris studio captus, cæde ferarum mire afficitur, dumque omnibus corporis aduocatis viribus, omniumque neruorum contentione certamen aggreditur conficitque tandem, laboris victor re ipsa lætatur. Membra quoque & instrumenta reliqua venatoris, ex mutuo ipsorum attritu redduntur duriora & robustiora, Spiritus vehementius mouetur, muscoli & nerui validiores efficiuntur. Taceo, quæ consilia in feris indagandis, quam diligentiam in capiendis, laborem in feriendis & percutiendis studium venatorium requirat, ex ipso etiam conatu ad multa meliores & sapientiores euadimus. Denique venatio maximam cum re bellica similitudinem habere videtur. Hæc enim sibi præficit ducem, cuius dictis omnes auscultant atque obædiunt, hostem excursionibus prouocat, exploratores in



speculis disponit, insidias abdit, apertum Martem simulat, diuortia, quæ ad fugam patent, obseruat, per saltus quidem & arua pedites præmittit, loca plana & aperta equitum alis præcingit, cornuum strepitu progressus aut receptus, prædam aduentantem aut euadentem significat, moueri castra indicat. Adeò vt omnino cõcludendum sit, venationem bello ac pugnae simillimam. Ex his itaque constat, venationem triplicem nobis præstare vtilitatem, vnam sanitatis, alteram, scientiæ rei militaris. Tertiam, victus. Sed ne absq; ratione hanc venationis disciplinam vobis commendare videar, Xenophontem, qui fuit præstans imperator, bonus paterfamilias, & diligens naturæ suæ conseruator, huiusq; artis peritissimus, magnis hanc laudibus efferentem introducam, cuius summi viri testimonium maximam apud vos habiturum auctoritatem spero. Is in suo de venatione libello sic inquit: Qui studio venationis dediti sunt, magnam ex eo vtilitatem capiunt. Nam corporibus bonam valetudinem comparant, hinc vident, audiuntq; magis, senescunt minus. Hæc ad bellum præcipuè instituit: Primò quidem, si vias iniquas sub armis ambulant, minus lassantur: Nam labores sustinent, quibus
feras

feras capere consueuerunt. Deinde, poterunt humi iacentes quiescere, ad imperatoris edictum præstò esse. In adeundis hostibus inuadere simul & imperata facere, cum feras ipsi hoc modo venentur. Nec verò in fronte locati deserunt acies, quia sunt paratissimi. At in hostium fuga ubiq; illos propter locorum peritiam rectè ac tutò persequuntur. Quod si exercitus suus infeliciter pugnauerit, in syluosis, abruptis, iniquisq; alijs locis seipso, cum cæteris non turpiter saluare poterunt: nam consuetudo venandi nonnihil eos peritiores reddit. Et hi plerunq; magna commilitonum turba fugiente, victores hostes propter locorum difficultatem errantes, suo ipsi robore & audacia repugnando terga dare coëgerunt. Nam fortuna ferè corporis & animi fortitudinem comitatur. Quod cum maiores nostri cognoscerent, hinc rem aduersus hostem benè geri, studium hoc iuuenum instituerunt. Hæc ille.

Sunt & alia exercitia, quibus sanitas conseruari potest, vt certamen equestre, cursus, natationis, gladiatorum, sagittariorum, & vsus pilæ proiectilis nostris temporibus in his regionib. vsitata. Item gestatio, vectio, cantatio, clara lectio. Par-

uæ etiam pilæ siue spheræ vsus à Galenō commendatur, quòd crura, brachia, ceruicem, caput, oculos, dorsum, lumbos, & omne ex æquo corpus moueat.

Nonnulli frictionem & cohibitionem anhelitus exercitationibus annumerant, quæ cum aliquem in tuenda valetudine vsum habeant, leuiter perstringendæ veniunt.

Frictione, si dura est, corpus duratur & corroboratur: dum scilicet excrementa, quæ spacia particularum intermedia occupant, discutiendo membra densantur, compactioraque & firmiora euadunt. Si mollis, mollitur, diffuso nimirum, non autem discusso particularum humido, aut etiam nouo aliunde accersito. Si multa minuitur: si nulla repletur. Ego discessurus cubitum tibijs, brachijs, anteriori & posteriori parti corporis, frictionem singulis ferè diebus sub noctem ad focum p̄ pueros mihi ministrari curo. Idè ad quartam coctionem, quæ in venis perficitur, iuuandam, quæ res vtut nulla ratione satis approbari posse videatur, mihi tamen, ni fallor, summopere contulit. Qui matutino tempore frictiones huiusmodi esse oportuniores censebit, is vt suum & ipse sequatur genium suadeo. Cohibitio spiritus

tus

tus nunc non est in frequenti vsu: Illud tamen monuisse non pigebit, retentionē spiritus contra singultus leuiores, ex frigiditate ortos, præsens esse remedium, vt Aristo. quoq; 3 3. Sect. Probl. 1. testatur.

Omnis verò exercitatio lentè suscipiatur. Facit hoc ad probiorem suscepti operis continuationem: & est alioquin omnis motus, qui secundum naturam est initio sui tardior ac debilior, in progressu autem & fine celerior expeditiorq;.

Exercitationes autem bene valenti sunt ad præcautionem accommodatissimæ, omnes tamen confecto prope duplici cōcoctione cibo, aluoq; subducta, id est, bono mane: Sic enim & alimenti coctio, & eiusdem concocti digestio per corpus promouetur, & si quid excrementorum ibi hæserit, expurgatur: Alioquin post digestionem quidem corpus absumunt & colliquant, post cibum autem caput grauant, coctionem perturbant, impurisq; & crudis succis corpus replent vniuersum.

Exercitatio producatur ad sudorem vsque, quo guttatim emanente rursus intermittatur, vel etiam continuetur, vsque ad defatigationis initium: idq; ipsum modò magis, modò minus faciendum est. Hyeme fit prolixior, quàm æstate. Et plus debet se

bet se exercere phlegmaticus, quam cholericus: ut enim animi, ita corporis quoque exercitia moderata & tempestive adhibita sint oportet: mala est enim nimia defatigatio atque exolutio corporis, peior animi, utriusque simul pessima oppositis nempe hominem motibus distrahens, vitamque disperdens. Moderatis autem laboribus corpus, animus honestis actionibus roboratur.

Ceterum cum exercitio aliquo incalueritis, ne statim vento aut frigido aeri vos exponite. Omnis enim subita mutatio est periculosa, cum alias tum vero maxime, cum ab altero extremorum ad alterum fit transitus: quae paulatim fit, magis est tuta. Ne autem hoc loco sim longior, cum Hippocrate & Celso concludam, sanitatis tutelam auspicandam esse a labore, quem excipiant cibus & potio, deinde somnus, mox Venus. Sed labor, cibus, potus, somnus, & Venus, omnia sint mediocria.

CAPUT X.

DE QUIETE ET OTIO.

QUEM AD MODUM exercitationis
 vsus legitimo, debitoque tempore ad-
 ministratus ad sanitatem conseruandam
 pluri-

num momenti habet: ita quies immodica & perpetua non solum corporis, sed & animi vigorem obtundit. Nam vt per exercitium calor innatus suscitatur, adeoque ciborum concoctio, digestioq; eorundem promouetur, ita per otium accidunt contraria. Otium igitur immodicum, tanquam ipsissimam pestem vos fugere volo, nam, vt Poëta inquit: *Variam semper dant otia mentem.* Naturæ tamen expedit, vt corpus labore defatigatum requiescat, præsentissimumq; lassitudinis remedium, & exercitationis condimentum est quies, vt Poëta inquit:

Otia corpus alunt, animus quoq; pascitur illis,

Immodicus contra carpit virunq; labor.

Hunc igitur scopum vitæ vobis, filij mei carissimi, in primis præfixum esse volo, eam præcipuè ob causam vos in hanc lucem editos esse, vt Deo immortalì, patriæ, propinquisq; inseruiatis, non vt edatis, bibatis, dormiatis, otioq; diffuatis. Edimus enim & bibimus vt viuamus, non viuimus vt edamus & bibamus, vitamque in otio absq; honesto labore traducamus. Et hæc de quiete & otio dixisse sufficiat.

CAPVT XI.

DE SOMNO.

Postea-

PO S T E A Q U A M de motu & quiete dixi, restat vt de somno & vigilia breuiter verba faciam. Est autem somnus, vt Hippocrates libro de insomnijs ait, quidam quasi recessus animi in seipsum. Itē, animalium facultatum requies, vinculum siue vacatio sensuum exteriorum, & motus localis ab vtili quadam humiditate, vt putant, cerebrum madefaciente, inclinationemque ad somnum inducente, proueniens. Somnus autem vires roborat omnes, corpus reficit, concoctionem confirmat & perficit, ægritudinem obliuione delet, lassitudinem leuat, mentis insaniam corrigit. Præterea internas corporis partes humectat, visceribus vt functionibus suis obeundis sufficiant, & ad omnia naturæ opera plurimum confert. Interdiu vigilare, noctu verò dormire oportet: nocturnus enim somnus maximè secundum naturam existit. Hæc interualla motuum atque hunc ordinem Deus ab initio in natura sanxit.

Somno tamen non nimis indulgendum est, pomeridiano verò neq; etiam parum: nam is vt valetudinis hostis capitalis (nisi tamen vbi quis nocturnis laboribus aut vigilijs à sopore præpeditus fuerit) est fugiendus. Et sanè qui ita sunt somno dediti,
vt ma-

vt magnam diei partem stertant, & cum gliribus certent, rarò ad iustam perueniunt senectutem. Etenim ij magnam impuriorum excrementorum copiam non solum in cerebro, verum etiam alijs corporis partibus accumulare solent. Alios consuetudo subleuat: sed assuescere ijs, quæ præter leges naturæ fiunt, consultum vobis non est.

Vt autem nimius & immodicus somnus noxius est, sic moderatus proderit vobis imprimis, cum ad decrepitam senectutem fueritis progressi, ad humectandam siccitatem. Duabus horis à cœna vigilate, priusquam vos quieti mandetis. Lucubrations nocturnas fugite. Somnus vester spacio 7. 8. aut ad summum 9. horarum circumscribatur, Idò hac conditione. Si concoctio alimentorum probè & perfectè fuerit absoluta, quod vel ex vrinæ flauitie, vel corporis alacritate, & membrorū vigore cognoscitur. Item, quando nec ventris dolor, nec ructus, nec oscitatio adest. Nonnunquam etiam nocturna vigilia, aut crapula diurna prolixiorem somnum exigat. Eò magis si vos peste aut veneno infici contigerit, per initia præsertim mali cauendum erit, ne per nimium somnum venenum ad intima præcordia illapsum vos extin-

extinguat : Virium tamen semper habenda ratio fuerit.

Quod si noctu vigilijs detenti, ex vno latere vos in alterum voluitis, & versatis, vigilesq; permanetis, alia post aliam imaginatione accedente, ac somnum intercipiente, non inutile fuerit surgere, lenteq; paululum inambulare, & postea cubitum redire.

Cubiculum sit amplum, versum ad Septentrionem vel Orientem, non ita multis distinctum fenestris, quæ tamen, vbi nulla lues aërem infecerit, de die aperiantur, nocte autem claudantur. In cubiculo interdum accendatur focus, vt aër flamma purgetur: nonnunquam suaues suffitus & suffumigia excitentur, quibus cerebrum alteretur, omni tamen fumo priusquam ingrediamini dissipato.

Nocturno tempore candela ex puriore cera confecta accendatur: fumus enim ex cæteris candelis magis nocet.

Lectus sit mollis, & vndiquaque viridi cortina septus. Culcitram præstat ex gossipio aut serico crudo, vel etiam cocto, quàm ex plumis esse repletam.

Tegetem non decet esse nimis calidam, neque nimis frigidam, sed pro qualitate aëris, ita temperatam, vt concoctionem
adiuuare

adiuuare queat. Ideo secundum anni tempora mandata est.

Cloacæ quàm longissimè à cubiculis dormitorijs sint remotæ, & matula sit operculo tecta, ne cum prope lectum collocatur, foetor inde exhalans lædat cerebrum.

Primum decubitū in dextro latere auspiciandum esse, annotarunt Medici, secundum verò in sinistro, atq; in hoc somnum esse perficiendum capite altè super puluinar eleuato, coopertoq; tenui linea cucupha, in cuius summitate sit foramen, per quod vapores exhalare queant. Dormiendum alij haud aperto ore dicunt, quod tamen patri meo fuit familiare, & à me hætenus quoq; seruatur, ideoq; vobis eum minimè incommodum fore reor: Aperto enim ore dormientibus aqua siue humiditas aliqua ex ore descendit, quod mihi sæpe solet accidere. Supinus decubitus corporibus est noxius & planè fugiendus.

Vt autem sciatis, qua animi securitate somnum inire vos velim, patris mei exemplum vobis hoc loco ob oculos ponam. Is enim solitus fuit dicere, se cum cubitum contenderet, vestesque exueret, omnia simul negotia ac cogitationes, tam de re-

E bus

bus publicis, quàm priuatis, simul depō-
nere & exuere, vt eò melius somno vacare
posset: summo autem manè se vnà cum
vestibus negotia, & cogitationes pridia-
nas reassumere. Quam consuetudinem
vobis etiam imitandam, memoriq̃ mente
seruandam esse duco.

Iam subijciam vnum atq̃ alterum me-
dicamentum, quo somnus allici queat.

REC. Oleum rosaceum, vel paululum
Camphuræ natiuæ, misce cum lacte mulie-
ris, à qua scemella lactatur, caputq̃ sum-
mum irriga.

A L I V D.

REC. Olei Nymphææ.
Olei violarum.

Vnguenti popul. ana semiunciam.

Opij gr. tria.

Croci triti gra. quatuor. Fiat vnguentum;
quo tempore & nares illinantur.

A L I V D.

REC. Olei rosacei vnciam vnã.

Aceti drachmas tres. Agitentur cum al-
bumine oui, & temporibus applica:

Non alienum fuerit hoc loco paucula
quædam de insomnijs, quæ cognationem
quandam cum somno habent, addere. Illa
enim corporis affectum declarant, & sunt
simula-

simulacra præcedentium, vel notæ rerum consequentium sanè non prorsus fortuitæ: nam rationi consentaneum est, certis temperamentis familiaria esse quædam somnia mantica & vera, nosq; ea quæ ad amicos pertinent, tacito quodam mentis præfagio perspicere ac præuidere. Idque eam ob causam, quod amici, quamuis locorum interuallis disiuncti, mutuam de rebus suis suscipiant curam atque cogitationem.

Mihi sanè vñtatum est in somnis meos, & amicorum casus, & euentus præuidere. Quemadmodum memini me multa vera habuisse somnia præsertim in aurora, quæ mihi præterita in mentem reuocabant, de futuris admonebant, tam de meis priuatis & domesticis, quam amicorum rebus, quibus quæ mihi, vobis, cæterisque amicis & cognatis essent euentura, tacita quadam adumbratione indicabantur. Sæpe etiam de successu institutæ venationis vera somnia habui.

Patri meo verum somnium ea nocte, quæ extremum ipsiq; fatalem diem proximè præcedebat, obiectum est: nam in somno oblata est ipsi horrenda mortis species, cum qua acriter & grauitèr dimicare sibi visus est, adeò vt omnibus viribus to-

tiusque corporis nisu ac conatu aliquid amoliri, ac auersari existimaret, cum alioqui præ languore membra mouere non valeret. Quod conspiciens Paulus Ranzonius, patruus vester, qui forte vigilans ipsi præsto erat, rogauit patrem, quidnam sic conaretur depellere. Cui respondit, sibi in somnis mortis speciem esse obiectam, cum qua grauem sustinere luctam coactus fuisset, verum se tandem victum succubuisse. Quod verum fuisse somnium insequens dies testatus est, quo placidè exspirans vitam cum morte commutauit, & ex hac lacrymarum valle ad æternæ beatitudinis gaudia concessit.

Habui & ego aliquando verum somnium de bello Succico & Danico, & illud in primis de Daniele Ranzouio, qui in oppugnatione arcis Vualpurgæ globo ictus periit. Verisimile est, ea, quæ per somnium irrumpunt, simulacra esse nostrarum actionum: videtur namque anima (vt ait Hipp. lib. de insomn.) in somno profundum corporis ingressa, externis sensibus posthabitis, corporis affectum sentire, & omnium, quæ concupiscit, tanquam iam præsentium imaginationem arripere. Nec dubium est, quin animus curis, cogitationibusque vacuus; ac seipsum contemplanus melius præuideat. Quo-

Quoniam autem antea dictum est, insomnia esse notas rerum futurarum, iam obseruabitis has breues præterea insomniorum significationes, nempe, quòd ignis obiectus oculis in somnis flauam bilem designet: fumus aut caligo, atram bilem: pluuia, frigidi humoris abundantiam: Nix & glacies frigidam pituitam. Porrò res odoriferæ bonorum humorù sunt testes. Nunc ad reliqua pergemus.

CAPVT XII.

DE VIGILIA.

ET si somnus & vigilia plurimùm ad tuendam corporis sanitatem conferant, tamen vtrumq; si modus in his excedatur, est noxium & malum: vehemens enim vigilia exsiccat, spiritum resoluit, concoctionem impedit, & tum cibi tum potionis cruditatem efficit. Vigilandum est itaq; de die, dormiendum autem noctu, ita vt vigilijs tranquillitas etiam interponatur, vnaq; cum sole oriente surgendum (quod tamen in æstate, cum longissimi sunt dies, haud ita exactè præstari potest) quia tum mouetur sanguis, omnesque creaturæ vires suas de integro instaurant.

Postquam autem surrexeritis, imprimis

E 3 frigus

frigus matutinum, tanquam corporibus vestris noxium vitate: deinde excrementa alui & vesicæ euacuate, vt fusius deinceps monebimus.

CAPVT XIII.

DE EXCRETIONE IN genere.

TRACTATURVS de excretionē & retentione, non tam operam dabo, vt omnia & singula redundantia genera & differentias figillatim referam, quàm vt pauca & necessaria, ac ad incolumitatem corporum vestrorum vtilia succinctè expediam.

Lubricus & laxus aluus sanitati plurima commoda præstat: quæ enim purgationes sponte ac naturæ beneficio accidunt, sunt saluberrimæ. Excrementorum autem sunt optima, quæ nec nimis dura, nec nimis fluida, nec colliquationem aut putredinem præ se ferunt: sed ad modum mellis coniuncta, quæ sunt conuenientis fœtoris, & sine punctione, cum voluptate & facilitate exeunt. Siccitas enim calorem igneum & laborem corporum, resolutionem humiditatis, & sicca nutrimenta significat. Humiditas verò nimia oppilationem &

nem & malitiam digestionis, atq; intesti-
 norum debilitatem designat. Bis igitur in
 die deijciatur aluus, manè cum è lecto sur-
 gitis, & vesperi cum cubitum disceditis.
 Nec crepitus ventris, si soli estis, retinea-
 tur. Vrina verò quotiescunq; opus fuerit
 reddatur, est enim eius retentio non na-
 turalis. Sordes pulmonis & cerebri eijci-
 antur. Particularium quoq; membrorum
 excrementa, vt aurium, narium, palatiq;
 maturè euacuentur. Nunc ordine singula
 breuiter recensebo, per quæ excrementa
 corporis excernuntur, ac primùm de venæ
 sectione dicam.

CAPVT XIII.

DE SECTIONE VENAE.

SANGVINIS vsus est in corpore huma-
 no vt nutriat, vtq; ex eo omnes corpo-
 ris particulæ alantur. Cum autem vena se-
 catur, vnà cum sanguine copioso, vitalis
 excernitur spiritus, & sic virtus naturalis
 dissoluitur. Rectè enim Galenus inquit,
 quod incontinentes, ebrij, ac gulæ dediti,
 neq; purgatione, neq; sanguinis missione
 magnoperè iuuentur. Cum itaq; vos cre-
 bris & vehementioribus vtamini exerci-
 tijs, nec ad amussim, ita vt optima con-
 serua-

seruandæ valetudinis ratio exigit, vitam instituatis, neq; semper eam, quam præstare deceret, præstetis temperantiam, non possum non vos summopere dehortari, vt ne per venæ sectionem, tempore præsertim intensi frigoris vel æstus corpora vestra crebro euacuetis, ne postea in viuidioris sanguinis emissi locum aqua humida succedat. Quod si tamen morbus aliquis ex sanguinis copia & vbertate vel adustione ortus, eius emittendi necessitatem vobis attulerit, hæc lex frangenda erit, & eo casu secundum periti Medici consilium, sanguinem per venæ sectionem educere poteritis.

CAPVT XV.

DE CUCURBITIS.

AT si quis vestrum plane sanguine abundat, ita vt euacuatione omnino egeat, is cucurbitulis cum scarificatione vtatur: Cuicumq; enim particulae corporis affixæ fuerint, huius sanguinẽ eliciunt, exungunt & euacuant. Hæc appositio cucurbitularum non est tam periculosa, quàm si venæ sectio tentetur. Cum enim vena ferro tangitur, multa sæpe & periculosa comitantur sectionem accidentia, nonnunquam
totius

totius brachij conuulsio vel resolutio, & alia eius generis incommoda. Eius rei exemplum est, quod Medici nonnulli & Astrologi certo affirmant, Si quis tempore natiuitatis suæ ☿ in quopiam signo habuerit, & eodem signo ascendente, eodemque gradu postea venam secuerit, præsens mortis periculum sibi accersit.

CAPVT XVI.

DE HYRVDINIIS.

PER hyrudines etiam, siue sanguisugas, quæ cucurbitarum vicem explere possunt, minui & educi olim sanguis solebat, sed iam harum vsus exoleuit. Amica tamē mea quondam Abbatisa cœnobij Itzehohenfis, quæ octogenaria decessit, singulis annis hyrudines loco cucurbitarum applicare membris, etiam in decrepita senectute solebat. Erat enim corpulenta & succi plena. Rationem quam in his eligendis & admouendis habuit, breuiter exponam. Vsa est hac ratione minuendi sanguinis potissimum inter festum Pentecostes & D. Iohannis diem, aut circa diem Bartholomæi, & vnicuique pedi quatuor, brachijs verò singulis duas hyrudines apposuit. Nonnunquam etiā quasdam inter vtram-

que scapulam collocavit, vt sanguinem a capite educerent.

Circa meridiem autem hyrudines sunt capiendæ, & propter virulentiam ante horam sextam vespertinam, non sunt admo- uendæ, quæ adhibitæ sanguine effluente, trahere non desinant, donec ipsæ sua spon- te decidant. Quibusdam verò quæ sua sponte haud cadunt, aliquantulum salis capiti aspergendum est, ita mox delaben- tur. Ea autem pars, vnde sanguinem ex- traxerunt, iniectio linteolo vel spongia fo- uenda est. Nam nonnunquam è forami- nibus cutis cruentæ lacrymæ effluere so- lent. Hyrudines decedentes in peluim in- ijcere & necare, posteaq; vnâ cum sangui- ne extracto terra obruere oportet, ne in aquam reuerti queant. Sunt autem capi- endæ tempore æstiuâli, sole radios suos fortiter exerente, ex piscinis aut fluuijs graminosis. Hæ enim sunt leues, planæ & nigræ, mediocris magnitudinis. Quædam verò hyrudines parvæ sunt, quæ dicuntur palustres Mohr ihlen, quarum ad hanc rem nullus est vsus. Quædam habent acu- tum dorsum, dicunturq; equinæ, quæ iti- dem fugiendæ sunt: Nam sunt venenosæ. Et hæc de sanguinis missione, appositione cucurbitularum & hyrudinum monuisse satis

satis est. Restat vt reliqua etiam excretio-
nis genera persequamur.

CAPVT XIII.

DE PURGATIONIBVS
& Clysteribus,

PURGATIONES, vt interdum sunt
necessariæ, sic frequentes periculum
afferunt. Ij qui exquisitis vtuntur purgati-
onibus, citò senescunt. Nulla enim purga-
tio absq; admixtione veneni ministrari po-
test. Et si fuerit vehementior, comitatur
hanc repentina deiection, quæ stomachum
& cor debilitat, spiritus multos exhaurit,
confundit humores, ita vt qui hanc crebrò
adhibent, penitus contabescant. Et meri-
to hac in parte dictum Hippocratis lau-
datur, qui inquit: Qui corpore bene se
habent, hos purgare periculosum est. Qua-
propter ô filij, omnium purgationum &
præcipuè vehementium vsum vobis omni-
no interdico. Si quis bonam diætam in
vita adhibet, purgationibus non eger. Ce-
reuisia Hamburgensis vim purgandi, al-
ueumq; emolliendi satis euidentem obti-
net. Liquidiores quoq; epulæ in principio
sumtæ aluum mouent. Vinum item Ne-
tarites siue Inulatum eandem virtutem
præstat.

64 DE CONSERVATIONE.

præstat. Folia quoque Senæ in cereuisia vel aqua pura cum prunis damascenis decocta aluum soluunt. Sed subijciam medicamenta quædam aluum emollientia & lenientia, quæ, si necessitas ita feret, adhibere poteritis.

SUPPOSITORIUM, QVO PVERRI etiam tuto possunt uti.

Sume recentem oui tosti vitellum, quæ sale conspersum, cultroque una cum sale in tenuissimas concisum particulas commisce. Huius partem aliquam magnitudine auellanæ linteolo tenui insere, filoque longiore constringe, id quod propter commoditatem extractionis minime præcidas. Postea in oleum feruens inijce, ex quo rursus exemptum mox in loca secretiora, dum calet, insere.

ALIUD.

Confice ex melle aut sale, aut ouis & farina, aut ex lardo fumo indurato balanum, aut etiam ex stercore muris, vel decoque hordeum in aqua calida, & ius illud cum saccharo bibe.

GLANDES, QUIBUS PATER meus tempore morbi uti consueuerat.

REC.

REC. Mel decoctum ad spissitudinem,
 misce cum farina triticea, Postea mitte in
 mensam, & addito recenti butyro, non
 salito in teretem longamq̃ formam finge.
 Deinde immitte in oleum, ex quo rursus
 exemptum loco secretiori infere.

C L Y S T E R.

REC. Radicum Cichorij, liquiritiæ ana
 vnciam dimidiam.

Intybi satiui drach. ij.

Herbarum Cichoreæ, Maluæ,

Bismaluæ, ana manipulum vnum & dimi-
 dium.

Mercurialis manipulum vnum.

Sem. Cichorij, fœnicul. ana drach. j.

Fœnigræci, lini, ana drachmas ij.

Florum camomillæ tertiam manipuli par-
 tem.

Fiat decoctio pro enemate.

REC. Colaturæ vncias x i.

Quibus adde oleorum violarum vncias ij.

Camomillæ vnciam vnam.

Mellis rosati colati vnciam dimidiam.

Saccari rub. vnciam dimidiam.

Electuarij lenitiui, cassiæ pro clysteribus,
 ana drach. v i.

Misce fiat enema.

Aliud

ALIUD MEDICAMENTUM
 purgatiuum cuiusdam Medici Friderici
 Regis Daniæ, quo Rex ipse & mul-
 ti nobiles vti consue-
 uerunt.

REC. Foliorum Senæ Alexandr. recen-
 tium abiectis stipitibus vnc. j.
 Rhabarbari optimi drachmas ij.
 Agarici electi drachmas iij.
 Cinamomi electi vnciam vnam semis.

Infundantur per horas xii. secundum
 artem in sextarijs duobus tepentis vini
 Rhenensis optimi. Deinde colentur per
 saccum laneum (quem manicam Hippo-
 cratis vocant) sexies aut septies, & dulco-
 rentur lib. semis saccari optimi in modum
 Nectaris. Vt autem compositio huius me-
 dicamenti tantò melius intelligatur, bre-
 uem declarationem adiiciemus.

Sumantur & eligantur folia Senæ minu-
 tissima ac viridissima, Rhabarbarum non
 contundatur, sed acuto cultro in tenuissi-
 mas particulas conscindatur, Agaricum
 eligatur albißimum, nullis flauis aut ni-
 gris maculis interspersum, idque ad tyro-
 chesten atteratur. Cinamomum verò tun-
 datur.

Hæc omnia misceantur in duob. sexta-
 rijs vini

rijs vini Rhenensis, ac super calidos cines,
res, vel ad fornacem ponantur per spaciū
xii. horarum. Deinde colentur per lane-
um saccū septies, & postea addatur lib. S.
Saccari optimi contulū & bene misceatur.
Quotiescunque igitur quis se purgare vo-
luerit, sumet vel exhauriet dimidium sex-
tarium huius potionis. Reliquum in vase
testaceo bene obturato ad vsum seruabit.
Alius quidam Medicus hoc medicamen-
tum in syrupum laxatiuum durabiliorem
mihi commutauit hoc modo, quem & vo-
bis vtiliorem iudico.

REC. Folior. Senæ Alexandr. recentiu-
um abiectis stipitibus vncias ij.

Rhabarbari optimi drachmas iij.

Agarici albissimi leuissimi vnciam j.

Cinamomi electissimi vncias iij.

Cubebar. selectarum drach. j.

Seminum fceniculi,

Anisi, vtriusq; drachmas ij.

Spicæ Nardi scrupulum vnum.

Zinziberis drachmam dimidiam.

Vini Rhenensis optimi libras 7.

Ferueant omnia lege artis in duplici va-
se per horas sex. Deinde permaneant in
infusione per horas 12. Postea fiat fortis
expressio, & colentur per saccum mundū
sexies aut septies. Tandem adde saccari
puri

68 DE CONSERVANO.

puri & albissimi dissoluti lib. i. S. & fiat in modum Nectaris, atq; detur in usum.

Dosis potest esse pro adultis ad uncias quatuor. Pro infantibus ad uncias duas. Vna autem uncia huius syrupi sumitur duobus cochlearibus mediocris magnitudinis. Nam in qualibet libra sunt 4. drachmæ laxatiuorum. Parum igitur præstant vnciæ quatuor pro vna dosi.

ALIUD MEDICAMENTUM
purgatiuum.

REC. Electuarij rosati drach. iij.
Diaprunis laxatiui.
Diapheniconis ana drach. ij.
Saccari albissimi drach. viii.
Misceantur & fiat bolus.

ALIA PURGATIO.

REC. Mannæ Calab. opt. drach. sex.
Rhabarb. electissimi scrupulos duos.
Spec. hieræ pic. simpl. scrupulum dimid.
Aquæ Endiuixæ uncias quatuor.
Syrup. de Buglofs. unciam dimidiam.
Misce diligenter.

Nonnulli etiam iniectione clysterium vtuntur, quæ interdum vicijs intestinorum medentur, quibus purgatio per assumpta succurrere non potest. Horum descriptiones ex

nes ex Medicis sunt petendæ, duas tamen iam præmissi.

CAPVT XVIII.

DE VOMITV.

FREQVENS vomitus sanitatis indicium est. Est autem vomitus materiæ contentæ in stomacho per superiora expulsio, & omnium purgationũ saluberrima censetur. Noxios humores ex ipsis fontibus hæc elicit atq; expellit, omnemq; in ventriculi capacitæ, eiusq; tunicis hærentem illuuiem expurgat. Quanquam autem primum ab inferioribus reuellit, consecutione tamen caput, reliquumq; corpus leuat. Et ea, quæ purgatio non eluit, extirpat vomitio. Si quis gulæ indulsit, hæc maximè noxæ medetur. In æstate totum corpus purgat, in hyeme phlegma & stomachum. Singulis itaq; mensibus bis vomendum, idq; duobus continuis diebus. Nam quod prima vice relictum, id altera eijcitur. Tradit cum Diodoro, Herodotus, Aegyptios & Chaldæos, quouis mense tri-duo se vomitu purgare, & clysteribus intestina eluere, sanitatis conseruandæ ergò. Arbitrantur enim omnes corporis languores ex cibis & aëris mutatione oriri.

F

Quod

Quod si quis nauſeam habet, & tamen vomere non poſſit, obſeruet vomitum excitari infuſione aquæ calidæ, ſalis & butyri, vel immiſſione digiti in os. Quia retentio cibi corrupti in ventre eſt valida corporis deſtructio. Ad ciendum facilius vomitum facit, ſyrup. acetofus vel oximel, ſi aliquo ante vomitionem tempore accipiantur, tum ciendus vomitus tepente aqua, cui ſit admixta particula butyri, vel decocto paulò inferius deſcribendo. Ego quoties conuiuijs amicorum intereſſe ventriculumq; vino, cereuiſia, & varijs obſoniorum generibus, plus æquo diſtendere cogor, aliquanto liberius genio indulgeo, vt eò facilius per vomitum hæc eiicere poſſim. Deinde inſertione digiti in os vomitum prouoco.

Moueatur autem vomitus in locis calidis, vultus, facies, os, oculi, fauces, dentesq; abluantur aqua, cuius ſupra facta eſt mentio, quæ videlicet æquales partes vini aceti & aquæ roſarum continet. Sinifter pollex cauo manus inferatur. Sequuntur iam quædam, quibus mouendi ſtomachi vis ineſt. Poterit hoc pacto non inutile vomitorium parari. R E C. Seminum Anethi, Atriplicis, Raphani, ana drachmas iij. Aquæ fontanæ libram vnã & dimidiam.
Deco-

Decoquantur omnia simul, vsq; dum maneant libra vna, postea coletur. Tepidum exhibeatur. Si verò post dimidiam horam non eijcitur, tunc digitus aut penna oleo tincta in fauces demittatur, & statim sequetur vomitus.

Vomitum sine magna molestia puocat potio dimidiati scyphi vini albi, in quo maceratus sit cortex medianus iuglandis iuxta radicem, sumendo huius corticis minutim incisi drachmas duas vel tres, & macerandæ per totam noctem. Bibatur mane post cibum, aut paulò ante cibum. Vomitus autem, qui iteratur frequentius quam bis in mense, est noxius: Sed qui fit in die critico cum alleuatione, est bonus. In febribus verò pestilentialibus semper malus. Immodicus autem vomitus, qui vires corporis plane prosternit, hoc modo restringatur. Vomens lauetur & fricetur, ac extremæ corporis partes vinculis violenter cohibeantur, pedibus verò aquæ calidæ immixtis odoramenta frigida adhibeantur. Quod si vomens cibū denuo eiecerit, cucurbita ori ventriculi applicetur.

CAPVT XIX.

DE VRINAE EXCRETIONE.

CVM Vrina merito inter euacuationis species referatur, pauca de hac quoque monere decreuimus. Est enim vrina serosior pars sanguinis à renibus attracta.

Præstat autem vrinam non suppressere, sed emittere, quodocumque natura exigit, ita ut etiam vel non stimulante natura excretionis conatus sit adhibendus. Si enim excretio vrinæ, ultra quam par est, protrahitur, Renum ac vesicæ calculi inde præcreantur, alijque dolores sequuntur.

Vrinarum inspectio atque cognitio non planè damnanda est, propterea pauca subiiciam.

Optima vrina est in substantia mediocris, ac quantitati potionis, quæ assumpta est, proportione respondet: matulæ non adhærens, colore subruffa & subflaua, aurorum non puro similis, pro ratione tamen ætatis, sexus, temporis, sedimento albo leui & æquali, sine pilis, bullis, tuberculis & alijs malignis contentis. Alba vrina cruditatis nuncia est, & concoctricis facultatis debilitatem significat. Rubra calorem indicat. Nigra est mala. Viridis mortem plerunque designat. Bulla & integra corona grauedinem, doloremque capitis significat.

Sanorum vrina est clara, permanetque sicut emissa est, in qua nulla aut valde exigua hy-

gua hypostasis conspicitur, vt in aqua rosacea. Aliquando clara emittitur, & postea subsidit, significatq̃ imperfectam concoctionem. Quæ autem crassa excreta est, talisq̃ persistit, hominem non sanum, sed ægrotum designat. Nonnunquam vrina repente turbida euadit, hoc sanis post exercitationem, ægrotantibus post morbos euenit. Ego cum indulgēd poculis, depræhendo me primum emittere vrinam claram, quæ deinde statim subsidit. Si arenulæ albæ vel rubræ, copiosæ & crassiusculæ, in fundo inueniuntur, lapidem renum aut vesicæ minantur. Si quid pingue innatauerit vrinæ, quod diu durat, resolutionem totius corporis, sin autem subitò & cumulatim appareat, nec diu duret, colliquationem renum denunciat.

C A P V T X X.

D E S V D O R E.

S V D O R I S quoque commoditas est, quod humorem redundantem aqueum frigidumq̃ excoquat, eliciat & consumat, ideo eius prouocatio utilis & necessaria est, præsertim in febribus pestilentialibus, vbi noxius humor interiora corporis infestat. Elicitur autem sudor ignitis lapidi-

bus vino perfusis & linteolo inuolutis, arena feruenti, maximeque marina, sole, linteis calefactis atque exercitijs vehementioribus. Optimus autem sudor est, qui per equitationem, venationem & exercitationem corporis iucundam mouetur. Sudorem post exercitium siue frictionem abstergi facite, locaque frigida fugite & corpus contegite. Quia à calore ad frigus transitus est periculosus.

Paucis etiam subiungam, quid ex sudore prædici possit. Boni sudores sunt, qui ex toto corpore manant, & qui fiunt in acutis morbis, in diebus decretorijs. Pessimi verò sunt frigidi, & qui tantum circa caput, faciem, & ceruicem oriuntur. Hi in acutis morbis mortem designant, in mitioribus longitudinem ægritudinis.

CAPVT XXI.

DE BALNEIS.

BALNEA quoque non immerito inter euacuationum genera recensentur: ideo hæc silentio præterire minimè decet. Balnea calida siue naturalia, quæ dicuntur Thermæ, in his oris non emergunt, quorum alioquin vsum vobis periti Medici suggerent.

Balnea

Balnea item arte confecta vobis parum conducere reor, eam ob causam, quod harum regionum aquilonarium incolæ, plerunq; ex Catharris & Asthmate laborant, quibus morborum generibus balnea, sicut & vnguenta calida fomenta supeditant. Merentur verò laudem balnea subfrigida, quibus maiores nostri vti consueverunt. In his membra non pedetentim, sed vniuersum corpus submergendū esse volunt nonnulli Medici, quod mihi etiam probatur, si modo corpus non est antea exercitatione aliqua calefactū. Hæc enim calidis balneis sunt salubriora, vniuersum corpus firmant, robustum reddunt, & condensant, optimumque ad externa nocumenta arcenda præsidium præstant: ita vt vix verbis exprimi possit, quantum momenti ad sanitatis custodiam frigida lotio afferre videatur. Qui frigida lauantur etiamsi senio propemodum confecti sunt, corpore tamē constanti & compacto & colore florido manent. Pater meus nunquam balneis calidis utebatur, neque calida lotionem capitis, cum tamen sensibus illæsis, membrisq; omnibus integris ad septuagesimum tertium ætatis annum peruenerit. Existimabat enim malos humores inde in capite gigni, quod idem &



ego expertus sum. Quicumque autem vestrum uti voluerit balneis, siue frigidis siue calidis, caueat ne corpus immodica Venere, vigilia, crapula, fatigatione, inedia, aut aliquo grauiori exercitationis genere sit debilitatum & exhaustum: Sed ut pristina fruatur sanitate, nec ante confectum magna ex parte in ventriculo cibum, balneum ingrediatur. Post balneum antequam omnis caliditas expirarit, frigoris iniuria maximè arceatur, nec statim cibus capiatur, antequam trium horarum sit interiectum spacium, sicut & à balneis calidis frigida potio est perniciosissima. Quod si autem calidis uti volueritis, imitentur hæc rationem & qualitatem quatuor temporum siue partium anni. Nam sicuti hæc tempora certis qualitatibus distinguuntur, ita ut Ver sit humidum & calidum in principio & fine, in medio autem temperatum: Aestas calida & sicca: Autumnus frigidus & siccus: Hyems verò frigida & humida: Sic itidem in balneis cauendum, ne subito à calidis ad frigida descendamus, sed paulatim ab altero ad alterum progrediamur, hasque qualitates pedetentim immutemus. Omnes enim repentinæ mutationes naturæ sunt infensæ. Nam simile simili gaudet. Hinc extremè calidus vel
 frigidus

frigidus aër, aut subita ab altero ad alterum mutatio, periculosa est & noxam imbecillitatemque parit. Sunt qui affirmare non dubitant, iuxta communem versiculum: *Sape manus, raroq; pedes, Caput verò nunquam esse lauandum.* Lotiones tamen pedum ieiuno, quàm pleno ventre, vel hora cœnam proximè præcedente, sunt salubriores. Capitis verò lotio singulis anni partibus semel instituenda est, quemadmodum postea dicetur. Nunc saltè hoc Epigramma obseruetur:

*Balnea, vina, Venus, corrumpunt corpora nostra,
Restituunt eadem balnea, vina, Venus.*

CAPVT XXII.

DE VENERE.

VENERIS legitimus & moderatus vsus ad prosperam valetudinem plurimum conducit: meatus enim dilatat, mentem ac rationem exhilarat, iram verò & furores mitigat. Ex aduerso immoderatus multorum malorum est occasio, spiritus resoluit, corpora & animos eneruat, omne robur debilitat, calorem innatum extinguit, cerebrum lædit, renes & vesicam corrumpit, senectutem & mortem accelerat, vitalemque firmitatem dissoluit. Et

F 5 hoc

hoc loco generale præceptum repetendū plane est, quod in cibo, potu, labore, somno & vigilia, deniq; in Venere mediocritas omnino sit seruanda. Sunt qui dicant, minuere quæ nocent esse melius, quàm cumulare & multiplicare quæ iuuant. Mihi tamen videtur vesci citra saturitatem, impigrum esse ad laborem, vitale semen conseruare, res esse longè saluberrimas. Calidis certè & humidis Veneris vsus maximè conuenit, quemadmodum & illis, qui pituita laborant. In hyeme & Vere vtendum est Venere à cibo præsertim sumto. In æstate verò & Autumno abstinendum. Senes omnino Veneris expertes esse decet. Huic enim ætati Venerem vt noxiā, ita inutilē esse notius esse puto, quàm vt me indicare sit necesse.

CAPVT XXIII.

DE INEDIA.

SEQUITVR nunc extremum euacuationis genus Inedia: Non autem vobis ciborum vsus per continuos aliquot dies interdico, eò quod hanc intermissionem alimentorum, plerunq; debilitatio naturæ, & malorum humorum generatio committetur: Sed interdum per vnus diei spacium

cium inedia[m] tolerare, vel nonnunquam prandium aut cœnam intermittere vos volo, quò tenuitate victus & abſtinentia corpora veſtra conſueſcant in bellis, in profectionibus aut venationibus, neceſſitate ita expoſcente, labores etiam ſine cibis ſuſtinere. Conducit quoque ad ſanitatē inedia præſertim ijs, qui non ſunt bilioſi aut ad choleram procliues, ſed valentibus præditi viribus, repletiq[ue] crudis humoribus, qui hoc modo per inedia[m] conſumuntur, vt corpus ali poſſit. Satietaſ enim nimix, vel longa quies, vel prolixus ſomnus, vel inedia plerunq[ue] mederi ſolet, amiſſaq[ue] ſanitas, vbi ex redundantia & copia morbus natus, ſubtractione & paucitate ciborum reſtituitur. Ideoque addam hoc loco, quod Galenus narrat Antonium Imperatorem ventriculi cruditates depellere ſolitus inedia vnus diei, & hauriendo cyathum vini, cui aliquantulum piperis inſperſit. Nam multi & magni morbi abſtinentia & quiete curantur. Sed vt breuiter ſummam totius rei complectar, inedia tempeſtiuè, & ijs quibus conuenit, adhibita, mirificè prodeſt, reliquis autem, de quibus dixi, plurimum obeſt.

CAPVT XXIIII.

DE

DE RETENTIONE.

EXPEDITO capitulo de excretionē,
ordo materiæ iam exigeret, vt de re-
tentione quoq; institueretur oratio: Verū
cum contrariorum eadem sit natura, & de
euacuatioue satis prolixè sit dictum, pau-
ca tantum de illa addam. Retenta excre-
menta grauant & molestant corpus, &
tandem morbos pariunt. Sunt etiam au-
rium, narium, palati excrementa maturè
euacuanda. Nunc ad reliqua transeamus.

CAPVT XXV.

DE PERTURBATIONIBVS
seu affectibus animi.

ABSOLVTIS igitur ijs, quibus corpo-
ris sanitatem tueri potestis, etiam ad
animi medicinam vobis progrediendum
erit. Nam vt animæ perturbationes sequū-
tur corporum passiones, sicut videre licet
in ebrijs, de quibus Horatius inquit:

Nam corpus onustum

Hesternis vicijs animum quoq; prægrauat ipsum,

Atq; affligit humi diuine particulam auræ:

Sic contra ex passionibus animæ corpus
afficitur, perduciturq; ad consensum, vt in
amoris, tristitiæque affectibus manifestum
est.

est. Cum igitur corporum & animæ passionēs, ita sint coniunctæ & naturali quodam vinculo copulatæ, vt fiant causæ plurimarum passionum ad inuicem, animum benè compositum ad sanitatem conferuandam plurimum conferre, turbidos autem concitatosq; animorum motus, à ratione auersos, sanitatem conuellere & debilitare arbitror. Quare vobis ô filij in eo potissimum laborandum esse censeo, vt tam animæ, quàm corporis perturbaciones offensionesque caueatis, nec modum vlla in re excedatis.

Mœstitia diurna parit Melancholiam, & vt Salomon inquit: Spiritus tristis exiccac ossa, cor lætum exhilarat mentem. In timore calor omnis & spiritus ad intima cordis penetralia confugiunt, quo fit, vt partes algeant, corpus palleſcat, nerui lædantur, viresq; omnes conuellantur.

Ira insanix initium, sanguine circa cor efferuescente, statum mentis immutat, ita vt ardescant oculi, os tremat, lingua titubet, dentes concrepent, vultum maculet nunc suffusus rubor, nunc calor albescens. Præterea ira plerunque effundit calorem natiuum ad exteriora, corporaq; inflammat. Ideo tunc ea fiunt rubicundiora, & ad omne patrandum facinus promptiora.

Nullis

Nullis prodest ira, nisi in quibus phlegma redundat. Præ nimio & insperato gaudio multos expirasse legimus pusillanimes, dilatato nimirum corde, forasque repente effuso, dissipatoque spiritu. Quamobrem cum tanta sit perturbationum animi vis, & affectiones sint naturales cordis motus, ab obiectis sensu perceptis orti, omni ratione eas arcete & corrigite, ne ultra modum contristemini, nimioque gaudio efferramini, nimisue timeatis, confidatis, speretis aut desperetis. Quæ nisi cauentur, subitam in deterius afferunt naturæ vestræ mutationem. Sed imprimis viris nobilibus utraq; fortuna, tam aduersa quam secunda æquo animo est ferenda, & ubi non omnia pro votis cedunt prosperè, fortuna industria & studio prompto subleuanda.

Hæc de animi affectionibus, siue symptomatibus monere volui, quæ cum ratione difficulter regi queant, diuini spiritus gratiam in subsidium vobis implorandam esse mementote.

CAPVT XXVI.

PRAECEPTA QVAEDAM DE
diata singulis diebus seruanda.

HACTENVS ordine rectum & legitimum

num vsum earum rerum, quæ si sinistrè adhibentur, corpus nostrum alterant & mutant, naturalemq; corporis statum labefactant, persecuti sumus. Nunc præcepta quædam de victus ratione singulis diebus, septimanis, mensibus, & annis seruanda trademus, à diæta singulis diebus instituenda exorsi.

Principio è lectis surrecturi, omnia vestra membra extendite. Hac enim ratione spiritus animales ad membra exteriora attrahuntur, cerebrum subtile redditur, corpusq; corroboratur. Totum verò corpus aliquantisper palmis perfricate, pectus, dorsum & ventrem leniter, fortius autem brachia & tibias vel manibus, aut linteis tepidis. Deinde, caput vnguibus, ab anteriori parte versus posteriorem exercete leniter. Postquam autem leuati fueritis, omni studio ac diligentia caput, cervicem & pedes à frigore matutino tueri vos volo. In aurora enim & sub vespertinum crepusculum frigus ob radiorum solarium imbecillitatem intensius, ac magis noxium esse, quàm circa meridiem, minime est dubium. Induite vestes nitidas & puras, Aestiuo tempore prius aqua odorifera supra descripta, Hyberno verò ad focum, non quidem ex foetidis, sed quercin

cinis aut alijs lignis constructum, exiccata & vnguentis madefactas. Nam corpora nostra nonnihil ex vestibus afficiuntur, & veluti cibi & potionis vsus vires auget, vitamq; tuetur: ita vestes corporis calorem conseruant, & frigora arcent, vsque adeò, vt victus & vestitus paria esse videantur, & in vtroque par diligentia sit præstanda.

In æstate imprimis laudo vestes ex pellibus ceruorum & hinnulorum confectas. Ceruus enim est animal longæuum, aduersaturq; venenis & serpentibus. Idcirco ego vestibus huiusmodi, per hyemem etiam vtor, ex panno tamen superindutis.

Deinde corpori non malè conuenire iudico vestes sericas vel bombycinas, vel ex purpura villosa paratas. Ex pellibus autem Martium vel lupinis, vel etiam vulpini confectas, per hyemem maximè congruere arbitror: attamen pestis tempore sericæ & pellicæ vestes damnantur, quod contagiosum aërem facilimè admittant, & diutissime retineant.

Postquam corpus indumentis probè est tectum, capillos capitis eburneo pectine diligenter & moderatè pectite, à fronte ceruicem versus, quadragies pectine ducto. Deinde omnia sensuum instrumenta,

vt ocu-

vt oculos, aures, nares, os, linguam, dentes, totamq̄ faciem frigida abluite. Oculos autem non tantum lauare, sed apertos aquæ gelidæ plane immergite, fordesq̄ palpebris inhæretes inde remouete. Nonnunquam etiam aqua rosacea vel fœniculi irrorate, ceruicem panno asperiore perfricate. Hæc enim totum corpus confirmant, animum alacriorem reddunt, & visum conseruant. Placuit hoc loco adijcere nonnulla dentifricia, quæ non solum dentes dealbant, sed etiam conseruant, nec non medicamenta quædam visum confortantia.

PVLVIS AD CONSERVANDAM albedinem dentium.

REC. Putamina trium ouorum.

Corallorum rubeorum drachmas tres.

Fili ferici albi in olla noua ad cinerem exusti, drachmas duas.

Cinamomi drachmas duas.

Cariophyl. drachmam vnam.

Pirethri drachmas duas. His ad subtilissimum puluerem contusis, dentes singulis diebus vesperi ac mane fricate.

DESCRIPTIO DENTIFRICIJ, quo vsa est Messilina Augusta ex Scribone Largo.

G

REC.

REC. Cornuum cerui vstorum in ol-
lam nouam ad cinerem redactorum,
i $\frac{1}{2}$ vnciam.

Mastichis chia $\frac{1}{2}$ vnciam.

Salis armoniaci drachmas vi.

AD DEALBANDVM DENTES,
& à dolore præseruandum Conserua,
qua vfa est Ducissa quædam
magni nominis.

REC. Aloës vnciam j. S.

Margaritarum vnciam j.

Corallij rubei & albi.

Ligni aloës, Santali rubei sing. vnciam j.

Sanguinis draconis.

Porcellinæ finæ, id est, albæ terræ, vnde
conficiuntur illa vasa, quæ ex Hispania
deferuntur Antuerpiam, vnciam j. S.

Aluminis roche, tam diu loti in aqua pu-
ra, vt fiat clarum in modum Crystalli,
vnciam j.

Mastiches, Ambraë, Myrrhæ, ana vnc. S.

Corticum vel putaminum Cancris fluuia-
lis, drach. ij.

Pulueriscentur omnia subtilissimè vnum-
quodq; sigillatim, vt sit quasi puluis impal-
pabilis: Deinde accipias mellis rosarum
optime despumati vncias xvii. & cum
præscripto puluere ebullire lento igne fa-
cias

cias, exceptis Mastiche & Myrrha, quæ postea immisceri debent. Et cum ad conseruæ peruenerit spissitudinem, amoueat ab igne. In coquendo baculo semper versetur etiam cum ab igne amotum fuerit, donec frigescat. Tunc addas myrrham & mastichen, & postea in vase vitreo ad usum seruabis. Hoc dentifricio si mane dentes fricantur cum linteolo grosso, mirum in modum dealbantur & confortantur.

ALIVS PVLVIS DENTIFRICIUS.

REC. Corallorum alborum & rubrorum ana vnciam j.

Pirethri,

Marceris,

Mastiches singul. vnciam j.

Punicis,

Boli armeni ana vnciam j.

Fiat demum puluis subtilissimus.

ALIVD AD DEALBANDOS dentes.

REC. Corallorum rubeorum.

Aluminis sing. drach. ij.

Cornu ceruini vsti.

Santali citrini.

Sanguinis draconis sing. scrupulos 4.

G 2

Marga-

Margaritarum drachmam dimidiam.

Spumæ maris drachmas tres.

Musci grana tria.

Camphoræ grana quinque.

Fiat deinde pulvis subtilissimus, quo fricentur dentes, aut in pilulas formetur cum syrupo aliquo, aut melle rosaceo.

M E D I C A M E N T U M C O N -
fortans visum.

Accipe margaritas, quas in tenuissimas particulas contusas excola per linteum cum aqua rosarum: Deinde aquæ istius aliquot guttas pluma oculis instilla. Quidam pro margaritis vtuntur saccharo optimo cum aqua rosacea. At ego margaritarum usum meliorem esse iudico.

Hæc sequentia profunt magis oculis, si tueamini eos à puluere, fumo, aëre excedente in caliditate & frigiditate, à ventis fortibus, nec visum intendatis acutius, inspiciendis rebus subtilioribus & tenuibus, sed vitetis multitudinem coitus, & repletionem cibi & potus, neq; statim à prandio vel à cœna dormiatis, atque, vt supra dictum est, oculos aquæ claræ immergatis. Quanquam sequentia medicamenta mihi etiam valde probentur.

R E C.

REC. Aquarum verbenæ.

Betonicæ.

Fœniculi ana vnciam vnam & dimidiam.

Vini albi vnciam vnam.

Tuthiæ præparatæ drachmam vnam.

Saccari cand. drachmas duas.

Aloës Epaticæ drachmam vnam.

Lactis mulieris drachmas ij.

Camphoræ scrupulum dimidium.

Puluerizanda puluerizentur, & 24. horis in infusione permaneant, deinde colentur & colatura oculi clausi abluantur.

ALIVD COLLYRIVM PRÆSTANTISSIMUM CONTRA OMNIS GENERIS PASSIONES OCVLORVM.

REC. Fœniculi, Absynthij, Apij, Rutæ, Scheinwurk / vna cum radicibus. Item: Eufrasia, Saluia, Betonica, Auripigmenti, Gnidij, Pimpinellæ, Cardobenedicti, sing. partes æquales. Hæc omnia simul in mortario contusa misce, ac vrinam pueri infunde. Deinde rec. 14. gra. piperis contusi, & cochlearia duo mellis ex apibus, Camphoræ drach. vnam. Hæc omnia simul in mortario contusa, per linteum exprime, & colaturam seu succum in vitreo vase conserua, ac inde singulis diebus vesperti & manè guttam vnam in oculum patientis

tientis instilla. Animaduertendum tamen est, quod hæc aqua per spacium nouem dierum Soli est exponenda & distillanda, antequam in vsum transferatur.

Superfluitates omnes amouete, tam per vrinã, quàm ventrẽ, quem ad minus semel singulis diebus deijcite. Ex naribus & pulmone fordes per excretionem & sputum excernite, & in facie, capite, corpore toto ac vestitu ornatum & munditiem diligite. Nam in ipsis cunis immunditiem horremus suadente iam tum natura, cum nondum ratio valet.

His peractis preces vestras clara ad Deum voce effundere mementote, vt is dies vobis felix, faustusq; illucescat, vtque Deus actiones vestras dirigat, ad nominis sui gloriam, patriæ utilitatem & corporum vestrorum conseruationem.

Deinde molliter inambulate, vt quicquid est excrementorum ad inferiora delabatur, & calore naturali excitato, melius succedat excretio.

Negotia siue publica, siue priuata cum honestate quadam tractate, & postea perfectiones venationesq; perficite.

Horas antemeridianas omnes, & ex pomeridianis tres aut quatuor, quæ cœnam proximè præcedunt studijs & negotijs se-

tijſ ſerijs attribuite. Semper in manibus verſate, vel coralloſ, vel ſuccinoſ, vel calcedonioſ, orbiculoſ odoriferoſ, aut lapideſ precioſoſ. In annulari ſiniſtræ manuſ digito, annuloſ Smaragdo, Sapphyro aut draconite ornatoſ geſtate. In lapidibuſ enim, ſicut & in herbis, magna virtuſ eſt & efficacia, ſed nobiſ non penituſ perſpecta. In ore vel Hyacinthum, vel Criſtallum aut granatum, vel aurum & argentum puriſſimum, aut Zaccarum candidiſſimum interdum tenere. Affirmat Ariſtoteleſ & Albertuſ Magnuſ, quod Smaragduſ collo adalligatuſ Epilepſiam impediatur. Magna quidē eſt herbis virtuſ, ſed maxima gemmiſ, quaſ veriſimile eſt occultis quibuſdam virtutibuſ eſſe præditaſ.

Biſ de die tantum comedite, cum virilem eritiſ naçti ætatem, hiſ tamen qui cholera obnoxij ſunt, ſæpiuſ cibum capere licet. Prandium & cœnam ſemper à cibis liquidioribuſ, nunquam à potu incipite.

Medio tempore inter prandium & cœnam à poculiſ proriſ abſtinetiſ, niſi vel ratio neceſſitatiſ, vel conſuetudiniſ id requirat, quarum tamen poſterior conſuetudo vicioſa, & paulatim mutanda eſt.

Nolo voſ certam & ſtatutam prandij

aut cœnæ horam obseruare, quemadmodum superius abunde satis dictum est, ne consuetudo diuturna in naturæ habitum transeat, posteaquam huius consuetudinis intermissionem naturæ læsio consequatur. Imitatur enim naturam consuetudo, & quod consuetum est, id ipsum iam naturale euadit.

Tempore æstiuo in frigidis, hyberno autem locis calidis ad focum luculentum cibum sumite, cœnaculis prius suffumigationibus purgatis, quæ non ante ingrediamini, quam suffitus plane fuerint extincti, ne pro odore fumum attrahatis.

Cum non omnibus vna eademque victus ratio promiscuè congruat, ordine quo supra dictum est, cibos capite. Nonnunquam etiam per integrum diem ciborum usum intermittite, quia per inediam vitia stomachi in crapula alioque accidenti concepta depelluntur. Hac quoque ratione corpora vestra famem, & inediam in profectibus, & bellis tolerare consuescunt.

Cœnam prandio largiorem & vberio-rem ob temporis intercepti longitudinem adhibete, nisi morbis nocturnis, aut destillationibus affligimini.

A cibo sumto, neque corpore, neque animo laborate, faciem & os aqua frigida abluite.

abluite. Dentes raso ebore aut cornu ceruino, & puro argento, aut auro expurgate. Post epulas vnā atq; alteram horam iucundis confabulationibus, aut mollibus deambulationibus tribuite. Vigiliās in multam noctem non extendite, sed elapso duarum horarum spacio, cubitum discedite. Quod si verò honesta negotia vigilandi necessitatem vobis attulerint, tum vicissim eò diutius somno indulgete, vt vigilia somni diuturnitate compensetur.

Antequam vos cubitum conferatis, caput, brachia, dorsum, & totum corpus leni frictione manuumque palpitatione à pueris vestris demulceri vobis curate: nisi ista manè fieri quis malit ad distributionem promouendam, cuius tempus est matutinum.

Hyeme ad focum sedentes vestes exuite, pedes ante focum siccate, fumo tamen & calore vitato, qui pulmōni & oculis maximè obest.

Hyberno etiam tempore lectum, lintamenta & stragulam pelui ignito exiccare facite. Calore enim externo fouetur interior, concoctioq; adiuuatur, præterea & humiditas omnis absumitur. Cæterum pater meus hanc consuetudinem improbat, monens virum fortem, & ad res gerendas

rendas natum, non esse assuefaciendum ad huiusmodi mollitiem, quæ corpora nostra eneruaret.

Reliquis tegumentis corporis exutis, tunicam talarem lupinis pellibus subductâ corpori circumdate. Id enim pellium genus, præterquam quod animalcula noxia nulla recipit, vt pulices, pediculos & eius generis alia, maximè calorem conferuat & fouet. Ideoq; huius vsus maxime in bellis, itineribus & venationibus vobis conueniet, & interdum in defectum lectorum poteritis vti. Quoties igitur hac veste talari sumta cubitum contenditis, omnes cogitationes vestras grauiiores, tam de rebus publicis, quàm priuatis deponite. Nam cum membra omnibus curis vacua liberè somno resoluuntur, concoctiones, reliquæque actiones naturales melius perficiuntur.

Manè verò surrecturi vnà cum vestibus, cogitationes & curas pridianas resumite. Hoc præceptum pater meus frequenter in ore habebat, ideoq; tantò maiore dignum obseruatione vobis trado.

Antequam somnus vos opprimat, Deum ardentibus vocibus inuocate, vt vobis felicem & faustam concedat noctem, aduersus malorum spirituum insidias, ac vim

VOS

vos protegat ac defendat, largiaturque vt naturalibus actionibus perfectis integra mentis, corporisque fanitas conseruetur. Singulis noctibus ad minus semel vrinæ emittatur, quæ matula excepta foras proijciatur. Quæ autem circa exortum Solis redditur, vitro est excipienda, ex cuius inspectione de statu corporum vestrorum coniecturam facere poteritis.

De nocte hianti ore dormite, corpus pro qualitate aëris probè tegite. Caput aduersus frigus lineo munite inuolucro, in cuius summitate fit foramen, per quod vapores exhalare queant. Nimia autem coopertura caput debilitat resoluendo, vel replet attrahendo.

In dextro latere somnus auspicandus, in sinistro perficiendus. Resupinus autem decubitus semper cauendus est. Nam hominem mortuum repræsentat, & morbos periculosos generat.

Ab instituto nostro non alienum quoque esse videtur, vt his adijciatur, qualis humor in corporib. nostris, tam nocte quam die sibi dominium vendicat, vt eo modo de accidentibus causisque, morborum iudicium facile fieri queat. Nam dominatur singulis sex horis proprius humor. Sanguis à nona noctis vsque ad tertiam diei,

Flaua

Flava bilis siue cholera dominatur à tertia vsque ad nonam diei artificialis. Atra bilis siue melancholia à nona diei vsque ad tertiam noctis: A tertia noctis vsq; ad nonam noctis phlegma. Ita vt ferè nocte phlegma & atra bilis, Die autem sanguis & cholera dominantur. Crescit autem sanguis in vere, cholera rubea in æstate, Nigra in autumno, phlegma in hyeme. Hęc ideo monere volui, vt si quis vestrum in morbum incidat, cognita morbi hora & humore in principio morbi dominante, eò facilius remedia quærere possit.

Cum dies critici in ægrotis ac vulneratis magnas sæpe mutationes ac præsagia de vita ac morte ostendant, illos etiam vobis annotare libuit.

Est autem dies criticus, in quo fit vehemens in morbis, in salutem, vel ad mortem mutatio. Et fit plerunque Crisis à morbi initio die 7. 14. 21. 28. secundum tamen Lunæ celeritatem aut tarditatem, & dies 4. 11. 17. 24. à morbi initio plerunq; iudicant de sequenti crisi, an bona vel mala sit futura.

Diebus autem criticis corpora vestra medicinis purgantibus, aut acribus non grauate, nec sanguinis fluxum, sudorem aut aluum cohibete.

Non-

Nonnulli etiam obseruant dies Aegyptiacos ab Aegyptijs inuentos, opinantes quod qui in his ægrotare incipiant, vix aut nunquam euadant, quod mihi tamen non verisimile videtur. Ego nihilominus, cum Beda eorum mentionem faciat, eos subijcere volui. Sunt igitur hi: 1. & 7. Ianuarij, 3. & 4. Februarij, 1. & 4. Martij, 10. & 8. Aprilis, 3. & 7. Maij, 10. & 15. Iunij, 10. & 13. Iulij, 1. & 2. Augusti, 3. & 10. Septembris, 3. & 10. Octobris, 3. & 5. Nouembris, 7. & 10. Decembris.

CAPVT XXVII.

DE DIAETA SINGVLIS septimanis instituenda.

CVM iã ostensum sit, quid singulis diebus sit agendum, reliquum est, vt ad septimanas conuertatur sermo. Postquam igitur ad virilem progressi fueritis ætatem, non inutile fuerit singulis septimanis, semel vti Theriaca Andromachi ad nucis auellanæ magnitudinem, aut Mytridato, quæ ego ex Belgico, quæ Venetijs deferuntur, ad nos transmitti curo. Nam non sine insigni valetudinis meæ commodo à teneris annis Theriacæ vsu delectatus sum. Nonnunquã etiam proderit sumere compositio-

positionem Antidoti, quod Cn. Pompeius in sanctuarijs regis Mytridatis deuicti inuenit, cuius descriptio paulò post sequetur. Interdum adhibebitis medicamentum Leonis X. quod imprimis laudo, & cum sit præseruatiuum etiam contra Pestem, huius descriptionem reliquis etiam medicamentis contra venena inserui. Interdum verò etiam medicamentum Marsilij Ficini. Hæc omnia corpus leniter purgant, sed Theriaca & Mythridaticum constipant. In eundem quoque usum sumere poteritis vinum sublimatum, quo Caroli V. Medicus usus est, ad mensuram quantitatis auellanae, vt cum saccharo & mica panis in minutas & tenuissimas partes trita. Hoc vinum sublimatum etiam odorem iuuat. Nonnunquam etiam discessuri cubitum deglutite aliquot grana Mastice, quia hoc ingenio & memoriæ prodest.

MEDICAMENTVM MARSILII
Ficini, quod fouet præcipua membra
& purgat nonnihil.

REC. Cinamomi Electissimi drach. iij.
Chebularum Myrobalanorum,
Emblicarum ana drachmas duas.
Crocii, rosarum drachmam vnam.
Santalorum rubrorum drachmas duas.
Corallo-

Corallorum rubrorum drachmam vnam.
Saccari albissimi, quantum satis est.

Fundē faccarum, aqua rosacea atq; succo Citri vel limonum, æqualibus scilicet portionibus, coquas suauiter. Deinde adde Musci tertiam drachmæ partem, atque Ambra tantundem: Demum confice bolos solidos, quos morsulos vulgo nominamus, auroq; inuolue.

DESCRIPTIO VINI
sublimati.

REC. Cubebarum, Cinamomi, Galangæ, Caryophylorum, nucis myristicæ, & Zinziberis ana vncias tres, Saluæ libr. vnam & vncias duas: Hæc omnia macera in duabus libris & quatuor vncijs aquæ vitæ sexies destillatæ, atq; hæc leniter destilla simul. Cum nuper hanc aquam vitæ componerem, integram vini amphoram, & sex congios ad hanc sumsi, sexiesq; destillari feci, cumq; inde demerem tantum, quantum reliquorum pondus esset, vix dimidius vini sublimati sextarius superfuit. Hoc vino sublimato M. Gallus Caroli V. Imperatoris Medicus vsus, vixit annos 129. Est autem calidissimum. Simplicia peracta destillatione possunt stomacho etiam ad moueri vel imponi. Hoc vinum singulis septima

septimanis fumatur mensura ad quantita-
tem auellanæ. Agit in naturas ob tenuita-
tem, vimque illam impartitur spiritibus,
colliquat ob caliditatem vehementem, nec
tamen membra calefacit ob substantiæ ra-
ritatem. Hoc vino sublimato etiam ma-
nus & cutem poteritis imbuere.

MEDICAMENTVM, QVO
vsus est D. Hieronymus Brunsvuick, Me-
dicus & Pharmacopola Argentinensis per omnem
vitam suam, quam Deo adiuuante ad cx. an-
nos illæsa valetudine produxit.

REC. Cinamomi, Zinziberis, ana ses-
quiunciam.

Nucis myristicæ, Caryophyllorum, pipe-
ris longi,

Maceris, Galangæ, ana drachmam vnam.

Diptami, Zedoariæ, Calami aromatici,
Pimpinellæ, Angelicæ vomicæ, dra-
chmam vnam.

Rhabarbari semiunciam.

Rhapontici drachmas duas.

Croci drachmam dimidiam.

Puluerizentur subtilissime, & addatur
saccari libra vna & vnciæ pars, sed ita vt
decoquatur saccarum secundum artem, &
fiat confectio in tabulis. Cerebrum & me-
moriam confortat, vertiginem prauasque
melan-

melancholias tollit, sanguinem purificat & mundat, cor roborat, cibi potusque appetitum generat, sedes medicas, naturæque commodas prouocat, tussiculosis & pthificis mire confert: Apoftemata calida & pectoris vlcera sanat, cordis districtiōnem dissoluit, omnibus alijs membris prodest, eaque confortat.

Manè & vesperi quantitate maiusculæ nucis sumtum aduersus multos noxios & incognitos morbos præmunit vtentem, & præcipue ab acidis ructibus, quod est in multis expertum, præseruat.

Et quamuis hoc medicamentum ex optimis compositum est simplicibus: Tamen quoniam saporis est amari (à quo natura mea valde abhorret) rarius hoc vtor. Omne enim id quod à natura alicuius abhorret, id eidem inimicum atque minus conueniens esse arbitror. Quod tamen de homine sano intelligi volo.

Ex his verò, quæ vires augent & præseruant ab imminente senio, est Iulepus de vino & saccaro, vbi in tribus vini libris ponantur duæ libræ saccari, & fiat syrpus, recipiaturque cum pura aqua. Nam vicem cibi ac potus gerit, cum in eo sint amica & accepta naturæ.

H

Electua

ELECTUARIUM CORDIS
Petri Aponensis.

Hoc Electuarium conseruat totam naturam, & eam reddit hilarem, aufert lassitudinem membrorum principalium, subuenit tristibus & melancholicis, iuuat paralyticos.

REC. Corallo. rub. Macis, ofsis de corde cerui, Ambræ, Margaritarum, Crystalli, auri cocti, argenti meri, ofsis eboris, saphyri, Rubini, Hyacinthi, ana drachmas quinque. Balsami drachmas duas, Musci drachmam dimidiam, anthos, spodij, fantalorum, garyophil. galangæ, calamitæ, aromatum cubebarum, Spicæ Nardi, corticum physticorum, seminis Basiliconis, cardamomi, piperis longi, baccarum lauri, pirethri ana drachmas tres. Storacis calamitæ, Magnetis, Myrræ electæ, opij Thebaici ana drach. vnam. Se. pœoniæ collectæ in nouissima ætate Lunæ, flor. camom. florum lilifagi, Samsuchi, Balsamitæ, ameos, Aristolochiæ, anthos ana drach. tres. Croci orientalis drachmam dimid. Ligni aloës, papaueris albi ana drachmas duas, faccari quod sufficit. Dosis à ii. vsq; ad iii. cum vino calido.

RESTAVRATIVVM.

REC.

REC. Conferuæ Rosarum vnc. vnam.
Boraginis.

Violarum ana vnciam dimidiam.

Radicum cichorij conditar.

Citrinati conditi ana drachmas tres.

Spec. Diarrhod. abb. scrupulos duos.

Diamb. drachmam dimidiam.

Spodij vel spicæ Indæ,

Corallo. rub. præparat.

Margarit. præparat. ana scrupulum vnum,

cum syrupo acetoso citri condit.

Moneo autem ne prædictis medica-
mentis simul aut semper, sed per vices, hac
septimana hoc, altera alio vtamini. Varie-
tas enim præterquam quod delectat, ef-
ficat, ne frequens & crebra consuetudo in
naturam transeat.

Sed cum patri meo & mihi nonnun-
quam saliu nocturno tempore ex ore flue-
re soleat, & vos etiam huic morbo obno-
xios fore metuum, nonnulla remedia con-
tra hanc passionem annotare libuit.

Si saliu fluat propter calorem dissol-
uentem, curetur phlebotomia, abstinentia
& vsu ciborū stipticorum: Sin fluat ppter
multitudinem phlegmatis, quod ego ar-
bitror, curetur abstinentia, & digeratur
materia cum Hyssopo bullito in Oximell.
& purgetur cum hiera picra, friceturque

lingua & os cum Salvia & aurea Alexandrina, & reliqua, quæ deficcant corpus, applicentur.

Singulis septimanis præcidantur ungues, tã à digitis pedum quàm manuum, pedes etiam semel lauentur pro qualitate aëris, in calida vel frigida aqua, in quam iniiciantur Chamomelum, Hyssopus, Lauendula, &c. Et post lotionem aceto & sale fricentur. In hyeme verò ad ignem exiccantur. Intelligatur autem hoc de illis, quibus lotio conuenit. Nam multis utpote catharrhosis, in quibus pituita excedit, plus detrimenti quàm commodi affert.

CAPVT XXVIII.

DE DIAETA SINGVLIS
mensibus seruanda.

ABSOLVTIS iam diebus & septimanis, ut de mensibus quoq; pauca tractemus, ordinis ratio postulare videtur. Singulis mensibus secundum præscriptum Hippocratis & Auicennæ, bis est vomitus adhibendus, idque duobus continuis diebus, quod tamen ego non obseruo. Superfluitates enim, quæ ex nimia cibi & potus ingestione generantur, & alioqui propter immoderatum victum, in his frigidis regionibus

gionibus sunt frequentes & copiosæ, per vomitum rursus educuntur. Propterea cum vos crapula onerati fueritis, vomitus remedio nimiam repletionem subleuandam esse memētote. Quod ad me attinet, quoties modum in cibo & potu excessi, bis singulis mensibus vomere consueui, interiecto tamen inter singulas vices aliquo dierum spacio seu interuallo, ita, vt quod prima vice relictum est, altera eijciatur. A vomitu oculi, dentesq; aceto & vino, vel vino austero siue aqua rosacea, siue ea, quæ supra descripta est, eluantur. Aestiuis mensibus aqua frigida corpus lauetur.

CAPVT XXIX.

DE QUATVOR ANNI
temporibus.

ANNVS à veteribus in quatuor est digestus tempora, hanc (vt opinor) ob causam, quod à sole cæterisque stellis ea in alias atq; alias qualitates pedetentim permulentur, quemadmodum Ver in principio in humidam, in medio in temperatam, in fine verò in calidam. Aestas in calidam & siccam: Autumnus in siccam & frigidam: Hyems verò in frigidam & humidam

H 3 qualita-

qualitatem conuertitur. Singulis enim ferè diebus ac noctibus sentimus quatuor anni qualitates, manè frigiditatem & humiditatem, ante meridiem temperaturam aliquam, post meridiem caliditatem & siccitatem: Vespero verò siccitatem & frigiditatem, idque minus & magis secundum anni tempora. Primùm igitur singularum anni partium mutationes enumerabo. Deinde, quæ victus ratio in singulis sit instituenda, breuiter docebo.

CAPVT XXX.

DE VERE.

VER incipit, quando sol ingreditur signum Arietis, quod ferè fit decima die Martij. Et eo tempore dies æquantur, frigora hyberna minuuntur, terræ pori iãdudum clausi & frigore constricti aperiuntur, dissoluuntur calore niues, humiditates ad arborum summitates extolluntur, radices & herbæ latentes in terra producuntur, virent prata, & varijs colorum picturis ad certamen vsque luxuriant, induuntur nouis floribus arbores, lasciuunt pecudes, generantur animalia, suauiter modulantur volucres, resonant philomelæ, deniq; omnis terræ superficies amissum frigore

frigore decus & ornamentum, cunctaque animantia vires pristinas recuperant.

Ineunte igitur vere minus comedere, plus verò bibere, paulatim ab assis ad elixa progredi, oleribusq; paucis vti, inprimis autem carnibus vitulinis & hœdorum velci, atq; à crebris & longis ieiunijs abstinere expedit. Et quia Ver est temperatum & saluberrimum, moderatissima quoque victus ratio tunc est suscipienda, vt in temperato sanitatis studio corpus retineatur.

Tempore verno sanguinè mittere, qui humor tunc dominatur, purgationesque adhibere conuenit, ea tamen lege & conditione, vt supra scriptum est. Cum autem Ver in principio & fine nonnihil in humiditate & caliditate excedat, hæc quoq; obseruatio, vt circa victus vitæque rationem non inutilis, haud est negligenda.

CAPVT XXXI.

DE AESTATE.

ASTAS incipit quando Sol ingreditur primum gradum Cancræ, quod fit ferè 12. Iunij. Et hoc tempore dies longiores noctibus efficiuntur, calores intenduntur, venti leniter agitantur. maria conquiescunt, fructus & flores ad maturitatem

H 4 perdu-

108 DE CONSERVANO.

perducuntur, aues canore maximo resonant, apes mellificantes floribus varijs reficiuntur, nascuntur serpentes, & funduntur venena.

In æstate cibus magis demendum, portioni adijciendum, cibus non vtendum nisi elixis ac frigidis, vt à calore & siccitate corpus vindicetur, vnicè enitendum. Tunc potus vester sit cereuisia actu & qualitate frigida, nec tamen frigus adeo sit intensum, vt corpus inde alteretur.

Æstiuo tempore dominatur flaua bilis. Itaque tunc omnis purgatio sanguinisque missio cauenda est, in diebus præsertim canicularibus, vulnerum etiam curatio tum est difficilis & periculosa.

Æstate induere oportet vestes oleo imbutas: Item lente ambulare, nisi per æstus iter sit faciendum. Cum autem æstas sit calida & sicca, ad humida & frigida tunc est declinandum.

CAPVT XXXII.

DE AVTVMNO.

AVTVMNVS incipit, quando Sol ingreditur primum gradum libræ, quod fit ferè 13. die Septembris. In hoc tempore dies & noctes æqua vice labuntur, noctes etiam

etiam crescunt, dies decrescunt, mutantur tempora, aër frigescit, venti commouentur Septentrionales, flumina crescunt, fontes diminuuntur, folia arborum marcescunt, destituuntur arbores fructibus, demetuntur & percipiuntur ex agris fruges, facies terræ pulcritudinem suam amittit, volatilia in calidas regiones se recipiunt, animalia suas appetunt cauernas, serpentes foueas faciunt. Per Autumnum cibo paulò pleniore ac sicciore vtendum, min⁹ quidem sed meracius bibendum, fugiendumq; frigus matutinum & vespertinum, cum illud tempus propter cœli varietatem & intemperiem prorsus in frigore & calore sit inæquale. Veneris inprimis vsus tunc fugiendus. Nam corpora eo tempore modò frigore, modò calore intemperato afficiuntur, ideoque meritò perhibent autumnum mortalibus esse lethiferum.

Fructus omnes sunt cauendi, ne malus succus ad aëris intemperiem accedens, totū corpus corrumpat. Dominatur enim tunc atra bilis & cholera nigra. Estq; Autumnus frigidus & siccus, quare ad calida & humida tunc est declinandum.

C A P V T X X X I I I .

D E H Y E M E .

H 5

Hyems

HYEMS incipit quando Sol ingreditur primum gradum signi Capricorni, quod plerunque fit 12. Decembris. Tempore brumali noctes producuntur, dies abrumpuntur, inualefcunt frigora, exasperantur venti, niues & aquarum inundationes subito oriuntur, terra glaciali frigore constringitur, cadunt arborum folia, maior pars animalium in ventre terre & cauernis montium præ nimio frigore & humiditate later, obscuratur aer, tremescunt pecora & iumenta, debilitantur virtutes corporum.

Hyeme quidem quam plurima comedere, quam paucissima bibere, & fortiter se exercere conducit. Virtus enim ventriculi tunc fortiter & ad coquendum aptior est. Utendum vino quam meracissimo, cibis calefacientibus & exiccantibus, carnibus & piscibus assatis, oleribus autem quam paucissimis. Potus vester hyberno tempore sit tepidus.

Frigus matutinum ac vespertinum summa diligentia caute, ac imprimis à capite, ceruice ac pedibus arcete. Hyeme ecleriter ambulare prodest, tum currere, tum iuctari. Exercitium quoque corporis tunc vtile est, quemadmodum & moderatus licitusque Veneris vsus nullam corporibus noxiam infert.

Hyems

Hyems quoniam frigida & humida est, ad contraria quoque declinandum nobis esse monet. Pituita enim hyeme augetur.

CAPVT XXXIII.

DE ANNO IN GENERE.

EX PEDITIS iam quatuor anni temporibus, pauca in genere de anno dicemus.

Quoties singulis annis dies vester natalitius recurrit, moneo vt illum cum amicis & propinquis iucundè & hilariter celebretis, Deoque trino & vni gratias agatis, quòd mentis corporisque vestri sanitatem per decursum hactenus vitæ spacium benignè seruauerit. Deinde intimis animi viribus id connti vos volo, ne nobile vestrũ corpus ad deteriora delabatur. Singulis quoque annis directiones, profectioes, themata & figuras reuolutionum diligenter inspicite. De multis enim rebus inde coniectura fieri potest.

Cum ad naturam & grandæuam prouecti fueritis ætatem, labores tam animi quàm corporis immoderatos fugite: Lacte humano ac caprino, nec non sanguine suum, vestrum senium fouete.

Versamini cum fortunatis ac iuuenibus.

Ex bo-

Ex bonis enim naturis, tanquam ex bono vicino aliquid boni deriuatur.

Mementote familiaritates inire eorum, quibus gratiæ cœlestes affluunt: Quod ex bonis animi, corporis & fortunæ cognoscetis. Sicut enim odor ex musco, sic ex bono vicino, boni nonnihil exhalat in proximum ac perseuerat infusum. Denique effrenatos, impudentes, infelices ac malignos procul fugite, contraria verò ratione consuetudinē frequentem, continuumque commercium, felicitum excellentiumque hominum amate.

Singulis annis lauandum est corpus in aqua frigida, ut supra dictum est, præcipuè tamen æstiuo tempore, cauendumque ne id fiat ab exercitatione magna, & ne aqua auditus meatus ingrediatur. Nam ijs solis aquæ frigidæ lotio noxia est. Prodest etiam singulis annis caput ter, aut ad summum quater frigida lauare, & propterea hoc loco rationem lauandi caput frigida annectemus.

Et primum quidem lauetur lixiuio tepido, vel leuiter calido: Inde aqua frigida fontana vel putealis ex alto magis quam propè capiti instilletur, paulò post verò copiosior superfundatur ad quantitatem trium aut quatuor sextariorum, prout quisque

que perferre poterit. Deinde caput lin-
teolis frigidioribus siccetur. Quamuis au-
tem hæc lotio repentina horrorem incu-
tiat non leuem, videaturque homo totus
corrigescere, multa tamen & magna com-
moda adfert. Coacto enim intus calore
concoquantur cruda, excrementa dige-
runtur, spiritus temperantur. Et hæc lotio
caluitium nondum præsens & canos retar-
dat, caput & sensus iuuat, & ad omnes
motus promptiores reddit. Similia enim
iuuantur conseruanturque à similibus. Præ-
terea inspersio frigida, in caput & balneum
ex tepida pedibus adhibitum, mirificè
prodest, lotioque manuum cum frigida à
cibo. Omnia hæc oculis conducunt, &
sunt salutaria, vt sæpe iam dictum est.

Hanc consuetudinem lauandi caput fri-
gida, maximè hi, qui ex catharro laborant
obseruent. Ego sane hanc lotionem sæpe
adhibui, neque vllam læsionem, sed maxi-
mas vtilitates inde percepi: cum enim an-
tea calida lauarem caput, nulla adhibita
frigida, meatus permanebant aperti, effi-
ciebaturque caput cuilibet iniuriæ noxium,
vnde grauedines & distillationes fermè
sequebantur. Quæ res me prorsus à lauand-
o deterruit, sicut & patrem, donec tan-
dem in Hieronymi Cardani de aqua opu-
sculum

sculum inciderem, & Celsi consilium de hac frigida lotionem penitus cognoscerem.

CAPUT XXXV.

DE ANNIS CLIMACTERICIS.

NE annos Climactericos siue decretorios omnino silentio prætereamus, sciendum est horum annorum obseruationem non esse superstitiosam, sed ex usu & experientia natam. Certis enim quibusdã annis insignes mutationes accidere videmus: sic septenarius annus vitæ est Climactericus, omnibus periculosus. Hic enim magnam & euidentem in corpore mutationem adfert. Nam singulis septenis annis ordo planetarum reuertitur à Θ , qui plerunq; nobis est peregrinus, & Θ intersector mortalium peruenit ad quadratum loci contrarium naturæ signi, vnde est egressus. Vnde fit, quod septimo anno elabuntur & renascuntur pueris dentes: decimo quarto accedit pubertas. Et quando completa fuerit septem annorum hebdomada, id est, septies septem anni, hoc est, anno quadragesimo nono, iam maturescit in homine prudentia, & fit ætas perfecta. Cum verò ad decadas septenas, id est, ad LXX . annum fuerit peruentum, tunc metavi-

ta viuendi est peracta. Et videmus plures
præstantes viros annis climactericis esse
extinctos, vt Orphea, Aristotelem, Cice-
ronem, Demosthenem, Scipionem Afri-
canum, nostraque memoria Fridericum I.
& Christianum II. Reges Daniæ.

Fuit quoque septimus annus diuina insti-
tutione Sabbatarius, quo nec agros aut
vineas colere, nec culturam terræ exerce-
re licebat, institutus ad memoriam quie-
tis diuinæ. Quemadmodum & quinquage-
simus quisque annus dicebatur Iubilæus,
post septem annorum hebdomadas cir-
cumactus, id est, post quadragesimum non-
num, qui est Climactericus Hebdomati-
cus, & continet septem hebdomadas.

Faciunt quoque mentionem annorum Cli-
mactericorum Philo Iudæus, & D. Augu-
stinus: Item Censorius & Gellius. Cicero-
nem etiam annos Climactericos obseruaf-
se, inde constat, quod in Somnio Scipionis
ait: Cum ætas tua septenos octies Solis an-
fractus, reditusque conuerterit: duoque hi
numeri, quorum vterque plenus, alter alte-
ra de causa habetur, circuitu naturali sum-
mam tibi fatalem confecerint, &c. Hic
fuit annus climactericus Scipionis quin-
quagesimus sextus. Et paulò post eodem
loco Cicero ait: Septimum numerum re-
rum

rum omnium ferè nodum esse. Sic & Hippocrates ætatem hominis septenario dierum numero constare ait.

Annus quartus est etiam consideratione dignus, quoniam medium in septenario tenet: Item Nouenarius. Et habent hi anni rationes, quemadmodum apud Medicos dies decretorij & indicatiui. Dicunt enim Medici quartum à principio morbi indicem esse septimi. Hæc obseruatio non est aspernanda. Scribit enim Augustus Imperator ad filium: Lætare mecum fili, transgressus enim sum omnibus senibus periculosum annum sexagesimum tertium. In hoc enim septenarius & nouenarius concurrunt, & propterea senibus plerumque est fatalis. Estq; annus Climactericus aut etiam Enneaticus, quemadmodum & annus quinquagesimus sextus est Climactericus, quamuis hic non ita vt superior senibus extimescendus. In hunc enim septenarius & quaternarius tantum coincidunt.

Ego arbitror, vti septimo aut nono mense nati iustam vitæ perfectionem obtinent: ita contingere quoque vt vita plurimorum hominum (diuinæ tamen maiestatis salua prouidentia, & rerum omnium ad libitum gubernatione) ad Climactericos vsq; annos, in quibus septenarius nouenariusq;

uenariusque numerus in sese quasi in cyclo recurrit, producat, ibique absoluitur & finiatur. Cui non absimile & illud est, quod egomet multorum hominum obitum compertum habeo, quod graui & periculoso morbo decumbentes, ut plurimum animam reddere soleant: Luna in gradu ascendente, vel media cœli domo existente, rarò in quarta vel septima domo, nunquam ferè in reliquis, quod & à me & ab alijs multoties est obseruatum.

Annus quinquagesimus sextus in nocturnis genituris propter frigiditatem ♄ duplicatam, & sexagesimus tertius in diurnis ob siccitatem ♁ & ♂ utroque subscribente, iam ætate frigida & sicca maxime periculosi sunt secundum Cardanum. Quotiescunque igitur huiusmodi anni Climacterici vel Enneatici instant, vel nonnulla signa futuri morbi apparent, ut sunt lassitudines spontaneæ membrorum, tormina genuum, lumborum dolor, tenebrositas oculorum, grauitas superciliorum, tinnitus aurium, cibi fastidium, sudor multus in somno, sine aliqua manifesta causa, oscitationes & pandiculationes insolentes, Item consuetarum excretionum suppressio, vel immodica euacuatio, tunc Deum immortalem precibus ardentibus inuocate,

I

Astro-

Astrologos & Medicos peritos consulite, prudentiam in omnibus actionibus adhibete, temperantiam in cibo & potu, & rebus ad vitam necessarijs exercete. Oratione enim ad Deum, syderalis doctrinae cognitione ac euentuum quorundam praevisione, medicamentorum conuenientium vsu, ac in rebus gerendis prudentia & circumspectione, multi graues casus evitantur, ac saepe determinatus nostrae vitae finis prorogatur. Sunt autem anni Climacterici, 7. 14. 21. 28. 35. 42. 49. 56. 63. 70. 77. 84. 91. 98. Enneaci hi, 9. 18. 27. 36. 45. 54. 63. 72. 81. 90. 99.

CAPVT XXXVI.

DE RATIONE VICTVS IN itineribus ac profectionibus probe instituenda.

POST QVAM nunc de victus ratione singulis anni temporibus instituenda, pauca egerimus, reliquum est, vt de itinerantium diata verba faciamus. Si igitur, o filij, exteræ & lōginquæ regiones vobis ad eundæ fuerint, mementote primò lente ingrediendum esse, deinde festinantius properandum: In fine autem moderatius. Id & nostris corporibus & iumentis prodest.

Aluus

Aluus vester sit laxus, quod effici potest, si syrupus acetosus, aut oximel simplex, aut ouum molle manè sumatur. Pauxillum Rabarbari cum Saccaro rosaceo etiam vim laxandi habet: Idem præstat ferum lactis, trium aut quatuor heminarum mensura cum sale & melle sumta. Quemadmodum & puluis Enulæ Campanæ & Cinamomi. Non improbo quoque suppositorium ex lardo fumo indurato. Aut quatuor ficus, vel etiam suppositoria ex melle & sale composita, quæ ubi ventriculus non sustinet, medicamenta per os sumta aluum deijciunt.

Si quis forte in itinere equo præcipitatus interiores corporis partes læserit, utatur Ambra, id est, Balradi/ in iusculo cereuisiario calefacto manè surrecturus, vel vesperi discessurus cubitum, ad quantitatem nucis auellanæ. Sequens etiã unguentum contra læsionem internarum partium est valde vtile.

VNGVENTVM CONTRA LÆSIONEM siue contusionem partium internarum.

REC. Pimpinellæ, Lauendulæ, Spicæ Nardi, Rutæ, Hyssopi, Saluiæ, Pyrethri, Pulegij, fœniculi, filiginis agrestis, mille-

I 2

folij,

120 DE CONSERVATIONE.

folij, prunellæ, ibisci, consolidæ maioris, aurn, amaraci, verbenæ, abrotani, epaticæ, melissæ albæ ac fuscæ, angelicæ fatiua, veronicæ, fœnigræci, fragariæ, clematidis, cordialis, pedis leonis, roris marini, foliorum linguæ ceruinæ, tormentillæ, betonicæ, ana manipulum vnum. Hæc omnia cultello in tenuissimas particulas comminuta, iniice in lebetem, & affunde butyri optimi in Maio confecti, & per cocturam à sale purgati libras 28. & hæc simul ad ignem ex carbonibus confectum probè decoque, tantisper donec virtus egrediatur, deinde cum hæc per mundum linteolum expresseris, affunde olei laurini libras duas, & habebis præstans vnguentum. Hoc valet contra internam læsionem, ex casu aliquo ortam, quantitate nucis auelanæ in calido iusculo cereuisiario sumtum. Si primò non medetur, vsus eius bis aut ter est iterandus, quin etiam externæ corporis partes affectæ apud ignem lentum sunt inungendæ.

CAPVT XXXVII.

PRAECEPTA CONTRA INIURIAM FRIGORIS, & REMEDIUM AD CURANDAM AMBUSSIONEM.

Quoniam

QVONIAM verò in his septentrioni subiectis regionibus frig⁹ magis dominatur quàm calor, & hyberno tempore sæpe nobis in venationibus aut castris cubandi necessitas adfertur, quemadmodum etiam proximè præteritis annis in inferiori Germania brumali tempore castrastatiua sub dio constituta sunt, de frigoris & algoris iniuria propulsanda pauca adiungam. Inprimis autem ad frigus amouendum vestes sunt comparandæ, quæ non citò corrumpuntur, quia non semper in expeditionib. has mutare possumus. Statim à tenera ætate frigori assuefacere sese expedit. Id enim ad sanitatem & ad res bellicas gerendas, plurimum momenti adfert.

In magnis algoribus capitis, manuum ac pedum vigor conseruetur, quo illaso vniuerso corpori sua constat integritas.

Frigus facilè quidem à quibuslibet corporis membris vestium, aut ex panno aut ex hirsutis pellibus præsertim ceruinis concinnatarū obiectu arcere licet. Capiti verò nullorum animalium pelles salubres sunt, sed pannei potius, aut bombycini galeri & pilei sunt inducendi.

Citius tamè frigiditas à calcaneo, quàm à cerebro ad cor penetrat.

Cursus, motus, manuum pedumque concussio in summo frigore prodest.

Si quis vultum manusque aqua frigida manè lauat, & deinde chirothecis probè tegit, primò quidem aliquantulum perfrigeratur, mox verò amplius corpore calefcet.

Frigus enim meatus cutis constringit, & sic nos ab externo frigore tutos reddit, prohibetque ne calida substantia, quæ intus retenta, suapte natura calorem auget, diffluat ac dissipetur. Sordes item, quæ frigus quoque augent, à pedibus abluere, chirothecas & lineos foccos vino sublimato aliquantulum imbuere confert. Quemadmodum hoc vini genus vim calefaciendi totum corpus obtinet, si admixtis calidis aromatibus bibatur. Ad idem valet, comedere nuces muscatas, Zinziber, calammum aromaticum: oleis, vnguentisque corpus fouere non est inconueniens: allium & nuces etiam ad arcendum frigus mirabilem habent proprietatem, præsertim, si quis hæc duo in iure carniū contusa comedat.

Ex vrtica & oleo factum linimentū cum pauco sale tuetur partes corporis ab atrocissimo frigore: valet etiam ad vlcera à gelu contracta: si quis nolit pedes vel manus
à fri-

à frigore offendi, pinguedine vulpis inungat.

Quibus verò rationibus medicina facienda sit, si aliqua extrema pars corporis pene sit emortua, mox addam.

Probatum itaq; confirmatumq; est experientia, si quispiam membra gelu & frigore stupentia habuerit, nō igne aut aqua calida, siue tepida calorem remoueri, sed inde magis putrescere & excidere. Frigida autem si lauentur, paulatim ijs pristinū restitui vigorem. Galenus ad algores intensos, & ex his contractos dolores vsus est Euphorbio, quod cum oleo triuit, ceramq; immiscuit liquatam.

Nonnulli contra frigoris adustionem præcipiunt loca affecta ad spacium dimidiæ horæ detinere in aqua, in qua stercorea equorum, auena pastorum sint decocta. Alij membris ex frigore adustis combustæ pellis leporinæ cineres inspergunt, nonnulli rapam, aut pomum tostum calidum applicant. Quidam felle suillo loca affecta inungunt.

Quod si cui digiti manuum pedumq; nimia frigoris adustione etiam denigrati fuerint, ita vt planè stupefiant, animum propterea tamen non abijciat, sed sanis consilijs & remedijs occurrat.

Magnam enim natura & ars vim habet. Memini proximè præterita hyeme Caium Alefeldium, cui ambo pedes frigore aduſti erant, ſumta quadam potione vulneraria, cuius descriptio mox ſequitur, effeciſſe, ne damnum latius ſerperet, cum omnes Chirurghi de eo desperarent, quòd articulos pedum frigore penè emortuos eſſe, & putredine quadam decidere viderent. Et quamuis per integrum anni ſpaciũ pedes ipſi nõ fuerint conſolidati, tamen nunc incedere vtcunq; poteſt.

REMEDIVM AD CVRANDAM
ambuſtionem.

Accipe duo linteola munda, quorum hoc lacteo cremore, qui dicitur Germanicè *Rom*/ illud verò ſero butyrino imbue, & parti læſæ ſingulis diebus ter applica, donec feruor interior refrigeretur. Deinde lardo porcino maſculino, aucenam nec non vnã aut alterã aſſulam inſige. Hæc incende, & ſic porcinã pinguedinem ignitã in vas aquæ puræ ex alto cadere facito. Deinde ſume ſex ouorum vitellos abiecto albumine, quibus adde parum prædicti lactei cremoris, & deinde pinguedinem lardi liquatã ac ſupernatantem adijce, & hæc vnã probè decoque. Inde fiet
empla

emplastrum, quo ter de die partem affectam inunges, ac breui eam sanam reddes. Quod si linteola cuti tenaciter adhæserint, imbuas hæc butyro non salito, & faciliè inde resoluentur.

Ad refrigerationem prodest etiam cortex tiliæ rasus in aquam, donec inspissetur, parti vstæ sic applicatus.

CAPVT XXXVIII.

DESCRIPTIONES MEDICAMENTORUM quorundam ad vulnera externa curanda vtilium.

SEQUITVR nunc eius potionis vulnerariæ descriptio, cui vna eademq; opera alia quædam emplastra, linimenta & olea, ad curanda vulnera egregiè vtilia subijcere placuit, vt his, si opus fuerit, cõmode vti possitis in bellis aut alijs profectiõib.

POTIO VVULNERARIA, QVA vulnera mirum in modum curantur.

Accipe duas mensuras cereuisiæ vetustissimæ, iniice manipulum Clematis siue Peruinçæ, cauliculum artemisiæ rubeæ, paulum herbæ, quæ dicitur Rodicheil/vel in defectum huius sume meram peruinçam, decoque ad medietatem in vase fi-

I 5 stili,

Et tili, operculo probè tecto. Deinde excola in ollam lapideam siue lagenam, sic vt orificium eius probè obstrui possit, ne aër ingrediatur, postea vsui serua. Ex hac portione dabis homini vulnerato siue læso manè ieiuno ventriculo, in meridie post sumtum cibum, à vesperi cum discessurus est cubitum. Singulis vicibus ad quantitatem trium cochlearium, iubebisq; vt læsus postea duabus aut tribus horis abstineat à cibis, & quoties inde biberit, paululum instillet in vasculum, & hoc vulnus abluat. Folium etiam brassicæ rubrum aut maxime fuscum liquore huius potionis imbutum vulnere imponat, ita tamen vt asperius folij latus versus vulnus sit cooptatum, quod linteolo firmiter inuoluatur. Quod si vulnus poterit cōstringi acu, fiat id quoq; ne magna cicatrix inde remaneat, alioqui nihilominus tamen vulnera consolidat hæc potio.

ALIUD CATAPLASMA præstantissimum, quod cum in comitatu Tyrolensi apud Carolum V. Oenoponti commoraremur, Iohannis Friderici, quondam Saxonie Electoris Chirurgus, Illustrissimum Holsatiæ Ducem Adolphum docuit, & contra quemuis ictum, & ad vulnera à tormentorum globulis illata, mirabilem curandi vim habet.

REC.

REC. Galbanum,
 Armoniacum,
 Opopanacem,
 Bdellium,
 Ceram,
 Oliui, Baumöhlß libras duas.
 Argyritis siue argenti spumæ præparatæ,
 Silberglet/ lib. j.
 Olei laurini vnciam dimidiam.
 Myrrhæ,
 Thuris,
 Mastichis,
 Aristolochiæ,
 Terræ cadmiæ, siue lapidis calaminaris
 præpar. Galmeiß vnciam j.
 Camphoræ vnciam dimidiam.
 Terebinthinæ vnam drachmam.

Redige ad puluerem, quem fac igni ex-
 candescere, & quicquid dissoluendum est,
 dissolue, & in morem cataplasmatidis forma
 modo sequenti.

Quatuor gummi macera nocturno tē-
 pore in aceto acerrimo ex vino confecto,
 in vase ex orichalco fabrefacto, aut olla in-
 crustata, ita vt acetum quantitatem gūmi
 excedat, postea decoque gummi tantisper
 donec sordes, excrementa aut ligna ab ijs
 separentur. Deinde exprime, siue excola
 per mundum linteum in cacabum aut le-
 betem,

betem, & gummi iterum coque vsque ad
consumtionem aceti, & donec gummi à
lebetes segregentur.

Fac colliquescere oliuum & ceram in
pelui ex orichalco, immitte argyritim siue
spumam argenti & versa rudicula, vt ar-
gyritis in fundum subsidat, & cum calo-
rem fuscum induere cæperit, fac pericu-
lum cultro lato aut spatula. Quod si non
adhæserit cultro tenaciter, sed inde resol-
uitur, perfectæ decoctionis est signum.
Ab igne igitur remoue statim, & paululum
infrigidari finito, non tamen nimis citò.
Postea de quatuor gummi maceratis in
aceto, singulis vicibus ad quantitatem fa-
bæ vel nucis auellanæ, immitte in decoctum
cataplasma pedetentim, donec gummi
prorsus ingressa fuerint. Nam si simul in-
ijcerentur, cataplasma nimis ebulliendo
ascenderet, fortassis etiam effunderetur.
Verum ad maiorem cautelam peluim cum
aqua in promptu habeto, vt si nimis bul-
liat, supra aquam teneri & infrigidari pos-
sit, illudq; rursus emplastro adijce, quod
in aquam effusum est. Et cum gummi pla-
nè in emplastrum ingressa fuerint, coctu-
ram eius de integro repete, parumperque
decoque. Deinde adijce Myrrham, Ma-
stichen, Thus, Terram Cadmiam, id est,
Galmei

Galmeifen/Aristolochiam. Redige iterum in puluerem tenuissimum paulatim supra ignem, non nimis calidè tamen, ne pulueres ardore conflagrent vel consumantur. Extremò iniice Terebinthinam & oleum laurinum, & cum plane ab igne remotum & infrigidatum fueri, radiice Camphoram. Deinde effunde in aquam calidam donec aptum efficiatur, vt manibus tractari & subigi possit. Postea macera oleo artemisiæ, vt nitidum & purum reddatur. Immitte in pellem hinnuli bene præparatam. Tunc ad 40. aut 50. annos vsui conseruari potest. Conducit hoc cataplasma aduersus omnia vulnera sclopetaria, contra ictus & vulnerum inflammationem.

INSIGNE CATAPLASMA vulnerarium, contra quemuis ictum, quo vsus est Christiernus II. Rex Daniæ vnà cum sequenti Balsamo & puluere. Nam hæc omnia in libris eius medicinalibus post mortem sunt inuenta.

REC. Ceræ vncias tres cum semisse.

Colophonix seu picis

Græcæ,

Aschenschmalz/

Mumix,

Myrrhæ vnciam vnam.

Minij vnciam dimidiam.

} ana sesquiunciam.

Corallo-

Corallorum alborum drachmas tres.
Magnetis vnciam vnam.

Ceram vnâ cum colophonia primum dissolui facito, deinde mumiam adijce, postea das Aschschmalz. Hæc ad lentum ignem collocato & probè versato: Deinde reliquis quoq; prædictis speciebus immis- sis ad lentum ignem paulisper stare finito, probè frequenterq; moueto, sæpe etiam periculum facito, num satis sit decoctum, & in fundo subsidere incipiat. Stilla ex alto guttulas aliquas ex calida spatula in frigi- dam. Quod si illud infrigidari & spatulæ adhærescere senseris, ab igne remoueto, tam diuq; versato, donec sua sponte sit fri- gefactum, & in solidam coëat massam, ne sequentia tria gummi in eo adurantur. Adde insuper Thuris & Mastiches ana vn- ciam vnam: Camphoræ sesquiunciam, & in olla tam diu moueto, vt infrigidatum duritiem contrahat, & manibus tractari prædictoq; adipe subigi possit. Et hoc modo cataplasma rite paratū habes: quod si igitur vulnus inflictum est recens, panno lineo crassiori illinito & parti affectæ ap- plicato. Quibuslibet etiam vulneribus, siue cæsim gladio secante, siue punctim mucrone sint inflicta, hoc cataplasma rectè adhiberi potest.

Alia

ALIA POTIO VVLNERARIA.

REC. Limonij syluestris, id est, Wintergrün / & Betonicæ ana drachm. vnam. Saniculæ, Sanctel / & pedis leonis, id est, Sinnua, ana drachmam dimidiam, cum duabus mensuris vini in noua olla vitreata firmiter occlusa, quæ farina subacta probè obturetur. In medio autem operculi foramen relinquitur, per quod vapor egredia- tur. Coctura huius potionis ad spacium duarum horarum continuetur. Ex hac po- tione homini fauciato singulis diebus ma- nè & vesperi ad quantitatem vnus coch- learis exhibe bibendum, & loco affecto brassicæ folia vel præcedens cataplasma impone.

PRECIOSVM OLEVMBAL-
faminum, quod instillari potest vulneri-
bus, quæ non capiti, sed alioqui corporis
partibus sunt inflicta.

Accipe olei rosati vncias nouem.

Rebaræ minutim contusæ vnc. sex. Hæc firmiter contecta in ampulla siue lagena stannea per tres dies stare facito. Deinde lagenam vnâ cum prædictis in balneum Mariæ immittito, & ad horæ medietatem probè bullire finito. Postea in lagenam in- ijce Mastiches subtiliter contusi drach. vi.

Item

Item Thuris, bdellij, Opopanacis, Camphoræ, ana siue partes æquales vnciam dimidiam, postea illud oleum per mundum pāniculum laneum excolato, ita vt omnis virtus prædictarum specierum inde exprimatur, habebisque in hunc vsum paratum oleum præstantissimum.

RATIO CONFICIENDI PUL-
ueris utilis contra dissectionem nerui
alicuius, qui à Chirurgo est
conglutinandus.

REC. Oculos Cancris, in subtilissimum puluerem comminutos in paruo linteolo. Hunc puluerem neruis insperge, & siccis fascijs ex linteolo confectis, locum oblige, ne humiditas aliqua ad neruos penetrare possit. Hanc ligaturam per spacium 24. horarum intactam relinquito. Elapso prædicto temporis spacio, Chirurgus neruum inspiciat, ipsiusque conglutinationem exploret, & deinceps vulnus illud calidis vinculis deliget instar alterius vulneris recentis, & post diem vnum aut alterum ligaturam dissoluat.

RATIO CERTA, QVA FLU-
xus sanguinis ex quouis vulnere erum-
pentis cohiberi potest.

Ineunte

Ineunte vere, cum ranæ femina prima
 siue oua proijciunt, tunc accipe crassioris
 linei panni vlnas tres vel quatuor, plus
 minusue quantum satis est. Hunc pannum
 cum huiusmodi ouis ranarum probè ab-
 luito, soliçq; siccandum exponito. Deinde
 secundo tertioçq; lotum, similiçq; modo in
 sole siccatum vsui diligenter seruato. Cum
 autem hoc vti volueris, partem vulnere
 duplo maiorem, inde præcisam instar ca-
 taplasmatis vulneri imponito, sanguinis ef-
 fusio statim supprimetur, quod certo ex-
 perimento in plurimis est comprobatum.

CAPVT XXXIX.

PRAECEPTA CONTRA
 calorem & sitim.

QUAE MODOVM frigus profici-
 scentibus obest, sic etiam calor, & ex
 hoc profecta sitis peregrinantibus mole-
 stias exhibet. Nam sitis ab humido defici-
 ente aut calido superante fit. Cum enim
 nimij æstus noxa peregrinantes infestat,
 calor nimius semper excoquens corpori-
 bus firmitatem eripit, & humido naturali
 exigendo vires dissoluit.

Primum autem moneo, ne cum iter fa-
 ciatis multum loquamini. Inde enim sitis

K

fauci-

faucibus aridioribus contrahi solet. Ad caloris vim pellendam balneum aquæ frigidaë, etiamsi quis febrim aut capitis dolorē intemperie contraxerit, prodest. Quā rationem etiam cerui sequuntur. Nam cum æstu immoderato vexantur, in frigidam sese immergunt. Alij coronas ex rosis, violis, nymphææ floribus, polygони ramulis, Adianti, vitis, myrti folijs, salicum virgulis, alijsq; refrigerantibus plantis capiti contra æstus iniurias imponunt.

Contra sitim ex calore prouenientem detineantur in ore Crystalli, coralli, argentum, saccharum candidum, aut filex, qui aliquandiu in frigida aqua fontana iacuit. Iulepus etiam rosarum & violarum cum aqua. Item radix glycyrrizæ recens è terra euulsa & manducata, siue ex aqua pota sitim sedat. Quemadmodum & vigilæ extinguunt sitim à calore ortam, sic somnus ortam à siccitate. Frigida siue aqua mea odorifera, quam superius descripsi, etiam os colluere prodest. Fici recentes sitim leuant, caloremq; refrigerant. Nuclei nucis pineæ, portulacæ folium linguæ subditum, fraga, pyra, pruna, cerasa, malorum cydoniorum grana, lactucæ & cucumeris semina ad minuendam sitim sunt præstantissima. Perfusus aqua frigida panis &c

nis, & cum vino sumtus contra sitim prodest. Vinum refrigeratur, si in aquam frigidam vnà cum cantharo collocetur, panisq; tostus in aquam fontanam frigidissimam immittatur, cui postea inde exempto vinum infundatur, illudque hoc modo bibatur, aqua interim sapius permutata. Hac consuetudine refrigerandi ego vti consueui. Nam salubris est, nihilq; nocu- menti adfert, veluti ea, quæ nitro aut niue perficitur. Hæc enim est violenta & pro- pterea naturæ contraria & inimica, vt sunt ea, ex quibus refrigeratio petitur.

CAPVT XL.

P R A E C E P T A C O N T R A
fame.

Peregrinationes & bella sæpe hominem in inopiam rerum omnium conijciunt, ita vt ingenti vehementiq; fame laboran- dum sit. Quare non abs re fuerit pauca contra hanc subiungere. Fame igitur do- minante omnium animalium iecur assatū in penuria panis satiat magis. Item panis coctus ex amygdalis dulcibus & saccaro plurimum nutrit.

Panis quoq; nauticus, siue biscoctus, eò quod propter siccitatem situm minimè

contrahat, & diutius reliquo incorruptus feruetur, in hunc usum circumferendus est. Legimus quoque quendam ruinis ædificiorum obrutum, cum nullam vitæ spem reliquam haberet, septem dies noctesque, sola vrina epota famem ac sitim tolerasse. Aui-cenna globulos contra famem composuit, qui sunt conseruandi, ne solis calore colliquescant. REC. Amygdal. dulcium excor. libram vnã. Adipis vaccini liquefacti libram dimidiam. Olei violarum vncias duas. Mucaginis rad. althææ vnciam vnã. Terantur omnia simul in mortario, & fiant pilæ sicut globuli nucis instar Italicæ.

CAPVT XLII.

DE NAVSEA MARINA.

QUOD si versamini in mari, nolite prohibere vel impedire vomitum, verum si sit nimius & superfluous, in potu paululum aquæ marinæ miscete, vt ita ventriculus vester paulatim mari assuescere discat.

Tostus etiam panis ex aceto comestus contra vomitum valet, quemadmodum & multarum gallinarum ventriculi per vstionem in cinerem redacti, cum vino sumti in tali affectione stomacho non parum profunt.

Quidam

Quidam volunt ad hanc rem conduce-
re, si quis aquam marinam siue salum ex
navi intueatur, siue ex alto in mare despi-
ciat.

CAPVT XLII.

DE HAUSTV AQVAVM.

SED quoniam in expeditionibus & pe-
regrinationibus multos aquarum tur-
bidarum & limosarum vsu extinctos esse
compertum est, omnino interdico vobis,
ne aquam ex puteis vel stagnis haustā bi-
batis. Possunt enim hæ multifariam ab ho-
stibus infici, vt plerunq; ab hostibus fit,
cum alioqui etiam sordibus scateant.

Fontanam quidem aquam non omnino
improbo, hac tamen conditione, vt cum
exhausta est ex fonte, linteum nitidum in
eam iniiciatur, quod si id post duarum ho-
rarum spacium nullas concipiet maculas,
sine omni veneni suspicione bibi potest.
Purgantur autem aquæ excolatione, cum
ex vno vase in aliud transcolantur per are-
nam dulcis insipidiue soli, in colum siue
sacculum iniectam, aquæ prauitate in are-
na sic remanente.

Mala aqua etiam cum allio sumta, vel in-
iecta theriaca minus nocet, cuius poste-
rioris

rioris vsus inprimis in expeditionibus est salutaris, vbi varia loca mutanda sunt.

Aqua limosa salis inspersione emendatur, turbida alumine clarificatur.

Lauri folia, pulegium, acetum permixtum olei vitrioli gutta vna aut altera, folia acetosa, cornu Monocerotis, Corallium contusum & iniectum in aquam: Hæc omnia prauitatem eius emendant. Sed vt institutum de aquis sermonem absoluaui, in casu suspicionis aquæ venenosæ, mihi fatius esse videretur, de integro puteum effodere. Indicium autem vel signum aquarum subterranearum est nebulosa exhalatio ante exortum solis, vel creber & spaciosus iunci, vel arundinis prouentus.

CAPVT XLIII.

DE ERUPTIONE SANGUINIS EX NARIBUS.

CVM Sol quoque peregrinantibus sanguinem nimis subtilem & tenuem reddat, eumque ex naribus effluere faciat, rem non inutilem video mihi facturum, si paucis de huius nimio fluxu reprimendo agam.

Primum autem sciatis, quod si cui vestrum sanguis sine læsione sæpe ex naribus profluit, in propinqua sanitatis parte hoc esse

esse numerandum. Si autem hæc eruptio est nimia & crebra, tunc poterit vitare cibos aromatibus conditos. Item allium, cœpas, porrum, raphanum & cætera. Mirifice autem sanguinem ex naribus promanantem reprimit stercus porcinum, si tepidum infarctum linteolo naribus admoveatur, cumq̃ frigescit stercus, rursus illud excalescere oportet. Sequens etiam cataplasma cum linteo canabino impostum sanguinem sistit.

REC. bolum armenum & farinam volatilem molendinariam, & ex his cum albumine oui & aceto rosaceo confice cataplasma, illudq̃ fronti & arterijs capitis applicato. Et si sanguis nondum reprimitur, linteolum aceto imbutum collo circumvoluito. Quinimo ad eundem etiam modum pudēda humectare poteris. Et quod si sanguis stillauerit ex nare dextro, cucurbitulam adhibebis iecinori, tanquam parti affectæ. Sin ex sinistro, in latere eam sinistro ex aduerso splenis applicabis.

Si verò neque hoc sanguinem retinebit, non inutile fuerit secta vena iecinoris sanguinem infrigidare, & naribus inspirari curabis puluerem compositum ex herba quæ dicitur gratia Dei, qui puluis mirificam sistendi sanguinis vim obtinet, etiam

ex vulneribus confluentem. Cauebis tamen ne nares purges vel mundifices antequam sanguini fluxus planè sit superfluus. Aliqui etiam vtuntur croco vel puluere fuliginoso molendinario, vnà cum tela araneæ. Quinetiam ex astringentibus lignis, vt quercu, ilice, fago, cinis non parū astringit, ideoq; si forsan nullum aliud remedium esset ad manus, sanguinis eruptio hoc modo cohiberi posset.

CAPVT XLIIII.

PRAECEPTA ADVERSUS
alui fluxum.

NONNUNQUAM in profectiõibus & bellis sæpe ex copioso alui profluvio laboratur, ideo remedia hunc morbum curantia vobis quoq; minimè negligenda esse censeo.

In principio autem istius morbi nolite statim medicamentis comprimendi facultate præditis, aluiq; fluxum sistentibus vti. Etenim obluētari & excretionis cohibitionem moliri, maiorem morbum facit. Sed potius candens siue ignitum aurum, vel chalybis laminas, in potu, quem hauri estis, iterum atq; iterum extinguite.

Genitale etiam cerui siccatum & com-
minutum

minutum in puluerem, in dysenteria efficacissimum est remedium, quemadmodum & argillæ rudera ex clibano desunt & decocta cum aqua, qua postea in potu vtamini, facultatem sistendi & astringendi aluum præstant. In hunc usum conuenit etiam saccarum rosarum cum rubris corallis, vsto ebore, electuarioq; ex cydonijs.

CAPVT XLV.

CONTRA ARDOREM
stomachi.

NON rarò quoq; ardor siue æstuatio stomachi perficiscentes infestare solet. Operæ precium igitur visum est remedia huic morbo succurrentia breuiter obseruare.

Nonnulli contra hunc vtuntur Glyciriza, carpionum alij lapides in ore detinent, vel olibani grana deglutunt. Nonnulli contra hanc affectionem aquam calidam bibunt, aut lac tepidum vel cerasorum nucleos, aut panem ex aceto comedunt. Ego autem maxima ex parte hæc sequentia duo medicamenta adhibere soleo, quorû hoc à Daniele Rantzouio, serenissimi Daniæ regis Friderici II. in bello contra Suecos primario Duce, cognato meo didici, illud verò alioqui usu compertum habeo.

142 DE CONSERVATIONE.

MEDICAMENTVM DANIELIS RANTZOVII contra ardorem stomachi.

REC. Vetus saccharum rosarum & lapides cancrorum, quos contusos & in pulverem redactos saccharo rosarum insperge, adde paululum de bolo armeno. Misce hæc omnia simul. Obseruetur tamen vt lapides cancrorum dimidiam sacchari partem, quantitate sua adæquent.

ALIVD CONTRA ARDOR-
rem stomachi.

REC. Sesquiunciam cretæ.
Tres nuces muscatas siue myristicas.
Sesquiunciam sacchari electissimi, quod ex insulis Canarijs aduehitur. Fiat puluis.
Nunc aduersus arefactionem linguæ, qui morbus etiam plerumq; castra sequitur, remedia quædam ascribam.

CAPVT XLVI.

ADVERSVS AREFACTION-
nem linguæ, quæ dicitur vulgari-
ter Brunella.

REC. Nucleos Cydonei 2. aut corticem medianum tiliæ in aquam colloca, cui si addes cochlearium aceti rosacei, efficitur
inde

inde limus vel succus : quo oris humiditas retinetur.

A L I V D.

REC. Syrupum acetosum simplicem cum aqua ex cremore ptisanæ præparata. Hac gargarizetur os, quod valet contra linguæ ariditatem.

S Y R V P V S A C I D V S simplex.

Rec. Aquæ fontanæ siue rosacæ lib. iiii. Saccari lib. v. Coquatur in vase lapideo, aut potius terreo vitreato carbonibus accensis aut flamma exigua citra fumum, semper despumando ad dimidias. Deinde adijciantur aceti albi clari lib. duæ. Si autem valentissimum vis, libræ quatuor. Si viribus mediocri libræ tres, & percoque in syrups consistentiam : Reconde in vase vitreo. Hic syrups affectibus ac febribus maximè biliosis auxiliatur, quia bilem tenuitate & caliditate furiosam frangit, retundit, & extinguit, adeoque sitim sedat. Humores quoque crassos tenuat, incidit, obstructions tollit, urinas mouet ac sudores. Putredini resistit, ob id pestilentibus febribus est saluberrimus. Ego hoc syrups valde delector, & vobis eius vsum maximè commendo, quia non est ex venenatis compositus. Laudatur etiam ab Aristotele
in libro

in libro de regimine Principum Alexandro inscripto.

ALIVD.

Lardum purum porci castrati ad longitudinem dimidij digiti, & latitudinē duorum digitorum transuerforum linguæ ægroti impositum probè inferre, ita vt linguam & fauces interiores penitus contingat. Hoc lardum inde non remoue, sed colliquefcere sine. Aegrotus autem illud per suctionem attrahat, donec planè in liquorem resoluatur. Postea copiosum vomitum edet, tum caue ne suffocetur. Postmodo videbis adusti sanguinis copiam, & cutem tenacem per vomitum eijci. Vtatur igitur ægrotus huiusmodi lardo secunda vice, & tandem conualescet.

ALIVD contra idem.

Veloci & celeri cursu vsq; ad defatigationem agitetur equus, donec præ nimio calore liquidus humor ex ore ipsi emanet. Hæc spuma spongiæ in bacillum fixæ imponatur, eaq; lingua & faucium partes remotiores, quousq; fieri potest, iungantur per aliquot vices. Caueatur tamè ne spongia delapsa in collum descendat. Aegroto, cum comedere aut bibere voluerit, eluatur os aqua prunellæ. Deinde aliquoties hæc

hæc unctio cum spuma prædicta repetatur. Illud extra dubium morbo medebitur, quod experientia constat.

Cum etiam peregrinantibus ocreæ soleant nonnunquam indurare digitos pedis, ita vt in callum intumescant, & durtiem quandam contrahant (quod genus Germanicè *Sicfdorn* appellatur) sequens remedium eum in vsum subijcere volui.

REC. Cineres foliorum iuglandis combustorum, allium & seuum, misce simul & decrefcente luna callum linteis probè conuolue. Et hoc vnguentum bis aut ter impone. Aliqui imponunt sterco gallinaceum. Alij testudinem sale necant, & spumam inde prouenientem huiusmodi tuberculis illinunt. Contra verrucas manuū aliqui liquorem ex lignis quercinis ardentibus promanantem imponunt, alij spumam maris.

CAPVT XLVII.

DE EBRIETATE.

CVM in expeditionibus & comūni vitæ inter homines conuersatione necessario interdum conuiujs amicorum interesse cogamini, pauca vobis de præseruanda & curanda ebrietate adijcere operæ precium

precium esse duxi, à definitionibus incipiens. Est ebrietas nihil aliud, quàm perturbatio mentis & omnium actionum eius, ex immodico potu profecta, & voluntaria infania.

1. Ad hoc autem vitandum malum prima ac præcipua ratio est, parcè bibere, & non plus quàm necessitas postulat.
2. Deinde à fortibus potibus abstinere, tenuiores cereuisias intermiscere & pedetentim bibere, non vno haustu omnia euacuare.
3. Inter pocula parum comedere. Nam cibus potum in ventriculo remoratur.
4. Sumere ante cibum pauxillum vini absynthitis, aut 8. aut 9. amygdalas amaras, aut paululum lactis. Nonnulli deuorant lauri folia. Alij alia.

Affricanus in suis commentariolis vult, quod qui caprinum pulmonem tostū ederit, ebrietatem non sentiet.

Ego semper in pectore gestare soleo magnum Amethistum, eò quod aliqui scribunt, eum valere contra ebrietatem, quia humores ad cerebrum ascendere non patitur, mihiq; videtur, eum nonnihil præstare, vnicuiq; tamen suum permitto iudiciū.

Omnia dulcia & ex saccharo confecta inter potandum sumpta prohibent ebrietatem,

tem, quia non sinunt ascendere vapores,
& frangunt vim vini eiusq; saporem. Præ-
sentissima curatio est vomitus aut alui p-
fluuium, secundum Hippocratem: Ex ple-
nitudine enim quæcunq; ægri- tudes ac-
cidunt, euacuatio sanat.

Vltimò somnus curat perfectè ebrieta-
tem, qui protrahi debet tam diu, donec
ructus aut oscitatio adest. Nam (teste Ga-
leno) somnus concoquit, vigiliæ digerunt.
Non tamen vos ilico post pocula cubitum
conferte, sed vnam ad minus horam in cu-
biculo ambulate & vigilate.

Auicenna sequentem syrupum præscri-
bit contra ebrietatem, verùm ego eius vi-
res non sum expertus. Nam potius me
amygdalis amaris, amethisto, dulcibus re-
bus, odoribus frigidis, vt rosis, violis, cam-
phora præseruare soleo, si propter valetu-
dinem vomitû ciere nolo, vt suprâ monui.

REC. Succi alborum caulium,
Succi granatorum,

Aceti vini optimi ana vnciam vnam.

Ferueant ebullitionibus aliquot, & fiat
syrupus. Vos vti potestis ex prædictis,
quæ naturæ vestræ maximè cōuenire animi
aduertitis. Hoc certò scio, inebriari con-
tra naturam & nulli hominum ex vsu esse.
Propterea spero vos admonitionis meæ
memores

memores fore, & quantum communis vitæ ratio patitur, hanc præsentissimam pestem fugituros, Deoque optimo maximo id prohibenti magis obtemperaturos, quam mortem sodalium & amicorum causa voluntate vestra acceleraturos.

CAPVT XLVIII.

DESCRIPTIONES NON-
nullorum medicamentorum & Anti-
dotorum contra venena.

HA CTENVS breuia quædam præcepta, ad conseruationem sanitatis & diuturnitatem vitæ vtilia, qua potuimus breuitate enumerauimus: iam in fine medicamentorum quorundam cōtra venena vim habentium descriptiones subijciemus.

Primò igitur omni cura iudicium ciborum appositorum habete, odoremque eorum, antequam in os immittatis, explore, diuque lingua & dentibus tractate. Si enim cibus est venenosus, statim lædit guttur. Deinde caute, ne cibus sit peregrini diuersique saporis, neque eum citò deglutite. Nulli enim citius atque gulosi veneno inficiuntur. Eam ob causam volo, ne quis vestrum maximè famelicus aut sitibundus ad mensam accedat, ne auiditate
cibi de-

cibi deceptus venenosam nesciat dignoscere materiam.

Assumpti autem veneni cura est, vt statim percepto nocumento prouocetur vomitus cum butyro & aqua calida, aut oleo tepido, siue etiam aqua tepida cum aceto. Postea bibatur lac aut butyrum, vel sumatur album stercus gallinaceum, assatum cum vino, quod etiam in huiusmodi casu vomitum ciet. Vomitus autem tam diu & quidem copiosè continuandus est, donec nec sapor, nec odor, neque morsus, nausea aut vlla anxietas percipiatur. Hoc enim vbi fit, indicium est adhuc venenum esse reliquum.

Post vomitionem sumenda est theriaca bona cum aqua plantaginis, scabiosæ, aut acetosæ, vel Mythridatum aut diamoschū. Aliquot grana etiam Iuniperi trita, & in potu data miro modo venenum expellūt. Allium & Raphanus hebetant vim venenorum, quemadmodum & Smaragdus, Achates, succinum & Corallium, & quæcunque appensa collo, manibusue mutantur, siue colorem naturalem amittunt.

Quidam ferunt Ambram, muscum vel lapidem bufonis gestantes à venenis tutos præstare. Alij contra eadem ieiuno stomacho vrinam propriam, vel pueri non

L polluti

polluti recens emissam hauriunt. Nonnulli mirabilem contra venena efficaciam habere scribunt, si quis infectus veneno mulo aut equo exenterato, statim, dum adhuc feruet, inferatur, & capite prominente tam diu in eo iaceat, donec à vi veneni liberetur. Si vnus non sufficiat, alter idem exenteretur. Hoc remedio Valentinus Gorgias Alexandri Sexti Pontificis filius aduersus venenum vsus euasit.

CAPVT XLIX.

DE PESTE.

DE Peste, quæ præsentissimum quoque est aëris venenum seu corruptio, pauca adderem, nisi plurimorum doctorum virorum multi de hac Medicæ facultatis particula varijs temporibus æditi libri extarent, quos consulere potestis, saltem monebo Peste grassante, præsidium omnium Medicorum testimonio laudatissimum esse fugam arripere, solum cælumque mutare, loca vitiosa & pestifera, huic contagiosæ lui obnoxia primo quoque tempore relinquere, & in hæc tardè redire, iuxta verficulum communem:

Mox, longè, tardè, cede, recede, redi.

Appendi collo etiam pro amuleto sequens

quens facculus potest, qui mirificè Pesti resistit gestatus, cordisque regioni appositus secundum Paracellum: Fiat autem hoc modo.

IACOBI CARPENSIS
remedium.

REC. Arsenici albi crystallini partes
siue vncias duas.

Rubei partem siue vnciam vnam.

Fiat placenta rotunda crassitudine digiti cum albo oui vel mucilage Traganthi. Insuatur linteolo lineo, superadito serico, & admoueatur cordi.

Nec opus est indusium interijci (nam etsi arsenicū intrò sumtum sit lethiferum, nec etiam occulta vi, sed sola rosione, vt proinde venenum non sit dicendum) tamen admotum extrà venenis resistit certa experientia.

POTERIT ETIAM SACCVL-
lus pro corde conseruans & curans
huiusmodi componi.

REC. Saphyri, Smaragdi, Hyacinthi,
Rubini, Corallorum rubeorum & albo-
rum sing. drach. Croci scrupulum.

L 2

Marga-

Margaritarum drachmam semis.

Arsenici albi drachmas duas.

Ambari grana sex.

Radicis Iridis siccae & odorae vnciam S.

Cornu ceruini vsti drachmam.

Auripigmenti vnciam S.

Terantur omnia, & fiat sacculus cum findone purpurea, cordisque regioni apponatur. Nonnulli ad praeseruandum propria vrina vtuntur.

Alij odore radicis Enulae Campanae, aceto maceratae, aut Angelicae, aut granis Iuniperi vel Lauri. Multi non prodeunt in publicum nisi cibati.

Si quis tamen hac lue infectus fuerit expurgato, quam primum fieri possit, ventriculo, communibusque vijs, puluere sudatorio, non prius tamen quam naturae propensionem ad sudorem cognouerit, & clystere vtatur. Deinde, Theriacam, Mythridatum, caeteraque remedia morbis pestiferis aduersantia adhibeat, ita tamen ne haec remedia semel, vt fit, vel continue sumat, sed ter quaterue eodem die semper interuallo sex horarum interiecto. Si bubo sese ostendat, aut Carbunculus, sanguifugas non procul a loco affecto, si sit in membro ignobili, applicet, praestabit tamen prius cucurbitulas amplas, & magnas

magnas cum multa flamma, vel gallum aut
 catulum, vel pulmones animalium sub-
 inde admoovere: Cæterum inter initia pe-
 stiferi morbi antequam pharmaca sum-
 ferit, somnum fugiat, eique nullo modo
 indulgeat, ne veneni vis aut pestilentia
 virus, vnà cum sanguine membra princi-
 palia inuadens protinus interficiat, cor
 cæteraque membra confortantia adhi-
 beat, & quantum fieri potest, cibus ven-
 triculo suo maximè congruentibus se re-
 ficiat, Deoque vitam suam & omnia re-
 liqua ardentibus precibus commendet,
 nec non Medici periti consilio reliqua
 committat, vt diuina sua clementia gra-
 tiaque ille, hic verò arte sua ipsi succurre-
 re velit.

Præmissis his in genere de Venenis &
 Peste, sequuntur ordine nonnulla Anti-
 dota.

M E D I C A M E N T V M R E G I S
 Mythridatis aduersus omne Venenum
 & præcipuè Pestiferum.

Plinius lib. 23. cap. 8. scribit, Cn. Pom-
 peium in sanctuarijs Mythridatis maximi
 Regis deuicti inuenisse in peculiari com-
 mentario ipsius manu conscripto compo-
 sitionem

um
 ap-
 um
 na,
 nis
 t in
 ex-
 en-
 fu-
 uræ
 rit,
 am,
 or-
 ta-
 on-
 die
 to.
 us,
 si
 ta-
 &
 as



154 DE CONSERVATIONE.

sitionem Antidoti è duabus nucibus sic-
cis. Item ficibus totidem & rutæ folijs vi-
ginti simul tritis, addito salis grano, & ei,
qui hoc ieiunus sumat, nullum venenum
nociturum illo die.

IDE M ANTIDOTVM ETI-
am hoc modo conficitur.

REC. Nucum iuglandium siccarum
vncias sex.

Ficum siccarum vncias 4.

Foliorum rutæ siccæ semiunciam.

Salis drachmas duas.

Omnia hæc in minutas partes conscisa
aqua rosarum imbuantur, neque, vt qui-
dam volunt, terantur. Aliqui hæc miscent
succo acetosæ aut aceto rosaceo. Nonnul-
li addunt etiam semiunciam granorum
Iuniperi. Hoc antidotum ieiuno stomacho
sumatur ad quantitatem nucis castaneæ,
estque aduersus venenum præseruatium.

EXPERIMENTVM MEDICI
antiquioris Regis Angliæ, estque pul-
uis mirabilis contra toxicum
& omne venenum.

REC. Pimpinellæ,

Radicis

Radicis tormentillæ,
 Cinamomi ana vnciam dimidiam.
 Ligni aloës, granorum Iuniperi,
 Zinziberis ana drachmam vnam.
 Interdum additur Cardui benedicti, radi-
 cis Angelicæ, ana drach. dimidia.
 Fiat ex his omnibus puluis subtilis, &
 occlusus in pixide vsui bene seruetur.

A L I V D E L E C T V A R I V M
 præseruatium contra Pestem & alios
 morbos D. Prisciani de Corduba,
 Medici Leonis Pontificis
 decimi.

Rec. Cinamomi electi drach. dimid.
 Zedoariæ drachmam vnam.
 Boli armeni præparati drachmas tres.
 Camphoræ grana septem.
 Seminis Citri excoriati,
 Acetosæ,
 Corticis Citri ana drachmam vnam & di-
 midiam.
 Radicis Diptami, tormentillæ,
 Pimpinellæ drachmam dimidiam.
 Rasuræ eboris,
 Ossis de corde cerui drachmam vnam.
 Auri & argenti præparati ana scrupulum
 dimidium.

L 4

Frag-

Fragmentorum Saphyri,

Rubini, Smaragdi,

Granati ana scrupulum vnum.

Misce, fiat puluis, cui adde conferuæ
rosarum, acetosæ, buglossæ, ana drachmas
duas. Saccari albi libram vnam, dissoluti
in aqua Buglossæ & Endiuia, & fiat Ele-
ctuarium.

M O D U S V T E N D I H O C
præseruatiuo contra Pestem
talis est.

Pars magnitudinis duarum fabarum
cultello accepta comedatur: Incenso verò
iam Peste semiuncia cum vino acetosæ de-
tur omni die. Contra pleurisin semiuncia
cum accōmodato iusculo, succo, vel aqua
bene diluta detur laboranti. Ego autem
huic electuario nonnunquam addere so-
leo vngulæ Alcina, cornu bestia vnicor-
nis siue monocerotis & succini ana drach-
mam vnam.

C A P V T L.

D E S C R I P T I O S T I B I J P R A E -
parati & de eius vsu.

N O N N V L L I vtuntur Stibij præpa-
rati

rati secundum Matthioli traditionem granis tribus tritis & puluerizatis cum saccharo albo aut saccharo rosarum contra Pestem & Venenum. Stibij etiam vsus contra varia & diuersa morborum genera esse perhibetur. Educit per vomitum, deinde per secessum, sed tamen leniter, quod ipse expertus sum, alijsque exhibui. Scribunt nonnulli stibiũ vix alium humorem quàm eum, qui noxius est, aggredi, & partem ferè corporis affectam, siue propinquam, siue remotam petere, aduersus epotum venenum, aduersus ipsam Pestem nihil esse præsentius, curare capitis dolores antiquos, catharros, ventriculi dolorem & eiusdem imbecillitatem ab humorum copia & malignitate ortam, hydropem, Asthma, Paralyfin, Epilepsiam, quartanam denique tollere, cumque morbus nullus, ne Pestis quidem ipsa quempiam inuadat, nisi qui ob vicium aliquod interius, exteriusue impactum noxæ suscipiendæ fuerit oportunus, esse hoc medicamentum, non modo ad præsentis morbos propulsandos, sed etiam ad imminentes arcendos idoneum, & stibio corpus humanum non aliter quàm aurum ipsum Antimonio purgari. Ego stibium præparatum vbiq; locorum in promptu habeo.

EXHIBENDI MODVS NO-
uus & magis tutus.

Sume stibij ad puluerem tenuissimum triti tot grana, quot alicui vis exhibere, affunde eis medio crem vini haustum, vasis orificio probè cooperto, in quo per noctem remanebit. Sequenti verò die vinum leniter, rursus ex vase effunde, illudque ieiuno ventriculo bibe. Hoc non adeò periculosum est, neque tantos dolores excitat, quàm si ipsa substantia stibij sumatur.

ALIVD REMEDIUM CON-
tra periculosos & pestiferos mor-
bos puerorum.

Nostræ matronæ pueris, si malè habere cœperint, solent exhibere paululum ossis de corde cerui.

Ossis bestiaë vnicornis.

Corallorum rubeorum.

Succini albi.

Margaritarum.

Ramentorum auri.

Vngulæ alcinaë æquali portione. Hæc omnia in mortario contrita miscent simul in morbis calidis cum aqua rosacea, in frigidis verò cum aqua Lauendulæ. Exhibetur autem ad mensuram cochlearij.

CAP.

CAPVT LI.

ANTIDOTVS SAXONICA
contra Venenum.

ET SI præmissa medicamenta venenis aduersentur maximè: tamen contra vim omnium venenorum ferme, maximū præstat vsum Antidotus Saxonica, quæ apud Illustrissimum Electorem Augustum Saxonix Ducem, non ita pridem inclauit, ostentationibus prodigiosis ferè cuiusdam rustici, qui deuoratis serpentibus varijs, quotiescunque specimen de antidoti viribus edere voluit, huius beneficio ab omni læsione vindicatus semper euasit: donatus tandem ab Electore honesto & liberali præmio, ea conditione, vt porro, præter Electorem compositionis rationem doceret neminem. Solis enim Principibus Elector dignam rebatur auxiliij tam præsentis cognitionem, præsertim cum ipsa vtendi necessitas in ipsos facilius Principes ac illustres viros, quàm vulgares homines & plebeios incidat.

Huius antidoti vires, vt serenissimus Daniæ Rex Christianus piæ memoriæ exploraret, quondam Hassniæ homicidæ cuidam, supplicio capitis necando vene-
num

num iussit exhiberi lethiferum, nempe Mercurium sublimatum, eumque copiosum, hac conditione, ut si beneficio huius pulveris minimè moreretur, Rex donaret eum vita. Quod factum est, ita ut putem, cum hic pulvis huiusmodi venenum vicerit, facilè eum quoque omne veneni genus superare posse. Ego non ita pridem ab illustrissimi Electoris coniuge per literas obnixè petieram, ut rationem componendi hunc pulverem ad me perscriberet, verùm responsum non accepi, pulveris tamen satis magnam transmisit copiam, cuius partem aliquam in myropolio meo inveniendam vobis relinquo. Aliqui scribunt, ut Gesnerus Moybanum secutus, Electorem Saxoniae Duci Vvirtebergensi, rationem huius pulveris conficiendi transmisisse, eumque pulverem his radicibus constare.

NOMINA SIMPLICIUM,
ex quibus hic pulvis conficitur.

1. Radicum Valerianae semiunciam, Germanicè Baldrianwurzel oder Theriacs' frau/ Latinè etiam theriacaria, Græcè φού.

2. Vrti-

2. Vrticæ minoris, Heiternessel/ } ana vnciam
3. Vincetoxici, id est, } vnam.
hyrundinariæ,
quæ Germanicè dicitur vberwindung
des giftts/ oder Schwalbenkraut wurzel/
Gallicè domte venin.
4. Polypodij quercini, Eng- }
gelsüßwurzel.
5. Althææ, Ibischwurzel/ } ana vnc. ij.
aliàs Ibisus dicitur,
Olus Iudaicum vel Bis-
malua,
6. Angelicæ syluestris,
7. Angelicæ fatiux recentis vnc. quatuor.
8. Corticum radicum Laureolæ, German.
Kellershals / vnciam vnam S.
9. Fructus seu baccæ herbæ, quæ paris di-
citur, id est, vierfingrig nachtschatten/ vel
nachtschatten mit vier blettern.
10. Acetum acerrimum.

Radices omnes effodiendæ sunt eo tem-
pore, quod inter 15. Augusti & 8. Septem-
bris intercedit, quamuis aliqui tardius ef-
foderint, & efficacem tamen experti sint
antidotum. Deinde incisæ reponantur in
ollam vitreatam affuso aceto acerrimo,
quod duob. digitis radices excedat. Tum
olla operculo clausa, rimæ omnes albo
oui

oui cum farina subacto diligenter oblinantur, & sic in illa ad lentum ignem leuiter omnia bulliant, postea olla aperta, abiecto quod redundat aceto, (nisi ex illo forte syrupum adiecto meile ad alios vsus commodum parare libeat) radices exiccantur, quoad fieri potest. Deinde contritis omnibus addantur acini herbæ paris dictæ (nos Solanum tetraphyllum vocamus) numero viginti sex, & fiat puluis, cuius drachma vna è vino albo propinetur. Dosis huius pulueris est scrupuli duo, vel drachmæ dimidium adultis & senibus. Alijs enim minor dosis sufficiet videlicet scrupulorum duorum.

Videtur hæc antidotus non aduersus omnia venena solum, sed alios quoque affectus utilis futura, Icterus præsertim, cachexiam, dispepsiam vel Asthma, Splenis obstructionem, retentionem mensium & calculos renum, quartanam, aliaque huiusmodi, vbi frigidos, crassos & viscosos humores causantur: præsentissimum quoque remedium est contra Pestem & contra eandem præsertiatium.

Sunt & aliæ huius pulueris descriptiones, quas lubens prætereo, tantum vnã subijcio, quam à Berlepsio Illustrissimi Principis Electoris consiliario didici, quæ mox sequitur. Anti-

ANTIDOTVS SAXONICA,
 contra omnis generis venena
 efficacissima.

REC. Valerianæ vnciam vnam cum
 duabus drachmis, id est, Baldrian-
 wurzel.

Hyrundinariæ, id est, Schwalbenwurzel/
 vnciam vnam.

Polypodij quercini, id est, Steinturzel/
 sesquiunciam.

Angelicæ satiuæ,
 Smyrnij, Meister- } ana vncias duas.
 wurzel/

Altheæ, Eibischwurzel/ vnciam vnam.

Corticum radicum Laureolæ sesquiunc.

Radices effodiantur tempore, quo supra
 dictum est: Deinde incisæ in nouam ollam
 testaceam vitream immittantur acerrimo
 infuso aceto, ita vt ad latitudinem duo-
 rum digitorum radices excedat. Deinde
 olla operculo probè contecta farina sub-
 acta oblinetur, ne vapor exhalare aut alio-
 qui aura ingredi possit. Hæc ita ad spa-
 cium dimidiæ horæ bulliant, posteaque
 ab igne sublata infrigidentur. At vbi iam
 probè infrigidata fuerint, abiecto aceto
 radicibus adijce xii. acinos herbæ, quæ
 dicitur Paris, & singulis acinis tria folia ex
 cauliculo

cauliculo herbæ prædictæ adde. Hæc ita supra fornacem vel aëri exposita probè siccato in loco aliquo radijs solaribus minimè peruiio. Deinde omnia in puluerem tenuissimum comminuta, per cribrum setaceum transmittito, cumq̃ opus fuerit ad pondus vnius drachmæ exhibeto. Hic puluis vim habet insignem contra Pestem & Venena, aliaque morborum genera, quorum superius mentio facta est.

ANTIDOTVS NICOMEDIS
regis contra Venena.

Rec. Baccarum Iuniperi drachmas ij, Terræ Lemniæ drachmas duas, & obulos totidem. Hæc vbi in puluerem redegeris, oleo aut melle commiscebis, reponesque, atq̃ cum opus fuerit, ex aquæ mulsæ Cyathis duobus in magnitudinem auellanæ dabis.

CAPVT LIII.

HOC LOCO PLACVIT
etiam adijcere medicamentum Regis Daniæ, Christiani III. contra morbum caducum, & syrupum S. Ambrosij in febre tertiana vtilem.

REC.

RECIPE Cranium siue Caluariam hominis præsertim furis suspensi, nulliusq; morbi interuentu mortui (nam huic plus efficaciam, quam reliquis tribuunt) hanc caluariam in craticula tostam ad puluerem redigito. Deinde accipito tria grana Pœoniæ, atque hæc cum vna drachma prædicti pulueris, & aqua Lauendulæ ad quantitatem vnus cochlearis ægroto tempore matutino exhibeto. Postero & tertio die fac idem. Sumet autem ægrotus hunc puluerem ieiuno stomacho, ac tres continuos dies se domi continebit, paucis potu & cibis leuis ac facilis digestionis vtetur, vt sunt oua. Non abs re etiam fuerit, vt ægrotus postea singulis diebus manè per aliquod tempus cochlear aquæ Lauendulæ exhauriat. Os bestię vnicornis etiam contra hoc morbi genus conducit.

CAPVT LIIII.

SYRVPVS S. AMBROSII
prouocans sudorem & sitim extinguens,
quo Mediolanenses adhuc vtuntur,
utilis in febribus tertian.

RECIPE Milij excorticati quantitatem couenientem, decoquatur donec crepet: Deinde recipe vncias quinque vel
M circa-

circa eius iusculi ebullientis : & infunde vini albi odoriferi vncias duas , & sic calidum da patienti , ac bene eum cooperias , tunc mirum in modum sudabit.

Perstrinxi iam ferè breuiter singula , quæ ad retinendam sanitatem & cauendos morbos vobis significanda esse iudicaui : Cum autem Cornelius Celsus Medicorum Romanorum Princeps , eadem ferè mira breuitate tractet , non possum non vos ad lectionem eius authoris vehementer adhortari. Quapropter etiam integrum ferè capitulum primum libri primi huc ascribere , & tanquam epilogum addere placuit.

CAPVT LV.

QVEM AD MODVM SANOS agere conueniat, capitulum I. Cornelij Celsi.

SANVS homo, qui & bene valet & suæ spontis est, nullis obligare se legibus debet. Hunc oportet varium habere vitæ genus, modò ruri esse, modò in vrbe, sapiusque in agro, nauigari, venari, quiescere interdum, sed frequentius se exercere, siquidem ignauia corpus hebetat, labor firmat, illa maturam senectutem,
hic

hic longam adolescentiam reddit. Prodest etiam interdum balneo, interdum aquis frigidis uti, modò vngi, modò id ipsum negligere, nullum cibi genus fugere, quo populus utatur, interdum in conuiuio esse, interdum ab eo se retrahere, modò plus iusto, modò non amplius assumere, bis die potius quam semel cibum capere, & semper quàm plurimum dummodo hunc concoquat, intermissus propter ciuiles aliquas necessitates ordo exercitationis corpus affligit. Concubitus verò neque nimis concupiscendus, neque nimis pertimescendus est, rarus corpus excitat, frequens soluit. Cum autem frequens sit non numero, sed natura, ratione ætatis & corporis, scire licet, eum non inutilem esse, quem corporis neque languor, neque dolor sequitur. Idem interdum peior est, noctu tutior: Ita tamen si neque illum cibus, neque hunc cum vigilia labor statim sequitur. Hæc firmis seruanda sunt, cauendumque, ne in secunda valetudine aduersa præsidia consumantur. Hæc ille.

CAPVT LVII.

CONCLUSIO.

M 2 Postquam

POST QUAM nunc o filij carissimi
 recensui, quæ profutura vobis ex alijs
 partim collegi, partim ipse experientia
 edoctus animaduerti (præscribere verò
 facienda vniuersa nō magis possum, quam
 præscire omnia euentura) vestri erit offi-
 cij hæc præcepta, tanquam per manus à
 maioribus tradita, studiose amplexari,
 memoriq̃ue mente seruare. Inter cætera
 autem hoc non extremum præceptum
 esse arbitror, summo studio eniti, vt quæ
 quis ex quotidiano rerum vsu expedire si-
 bi cognouerit, eorum successum summo-
 pere promoueat, eaq̃ue ad felicem exi-
 tum perducatur. Quod si verò o filij abne-
 gata omni impietate, sobriè, iusteque &
 piè viuentes, Deum reuerenter colueritis,
 magistratus, parentes, præceptoresque
 vestros obseruaueritis, & in omni vita, in
 aëre & motu reliquisque affectibus mo-
 derationem & temperantiam, iuxta ra-
 tionem præfinitam & præscriptam adhi-
 bueritis, periculososq̃ casus (citra tamen
 famæ vestræ iacturam) fugeritis, nequa-
 quam dubito, quin ad grandæuam sene-
 ctutem vitam commodè producturi sitis
 ac filios filiorum visuri. Denique hic la-
 bor, hæc vnica vobis cura sit, primùm
 DEI optimi maximi, deinde hominum
 gratiam

gratiam & fauorem, honores diuitiasque
 lucrari & sanitatem conseruare. Quod vt
 mihi vobisque DEVS æternus, qui cun-
 cta superna & inferna liberè, pro iusto di-
 uinæ suæ maiestatis arbitrio moderatur,
 & regit, benignè clementerque largiatur,
 hæcenus assiduis seriisque precibus ab
 eo contendere, & etiamnum con-
 tendo, totoque ex ani-
 mo precor.

F I N I S.

L I P S I A E,

IMPRIMEBAT IOHANNES
 STEINMAN.

Anno

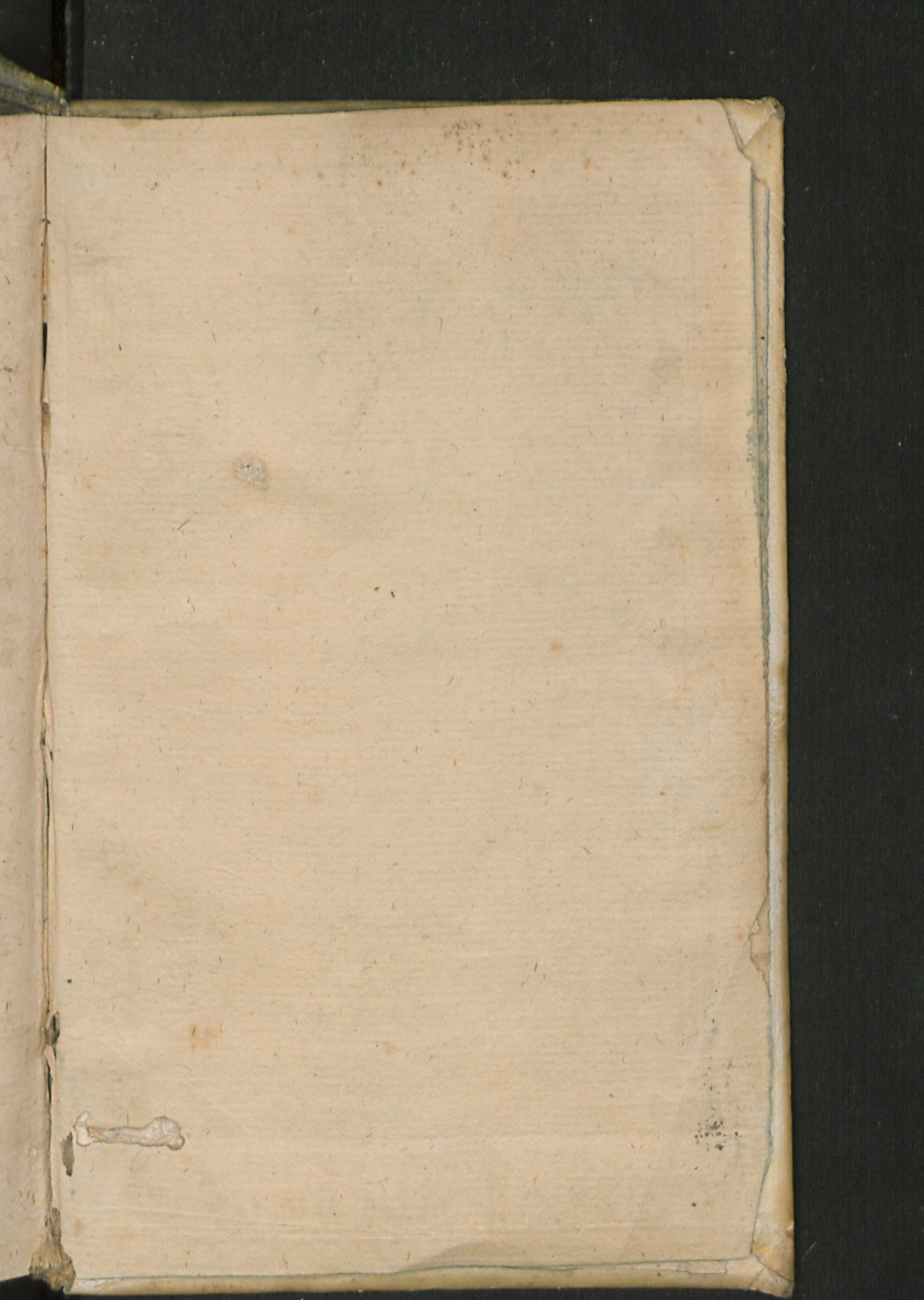
 M. D. LXXVII.

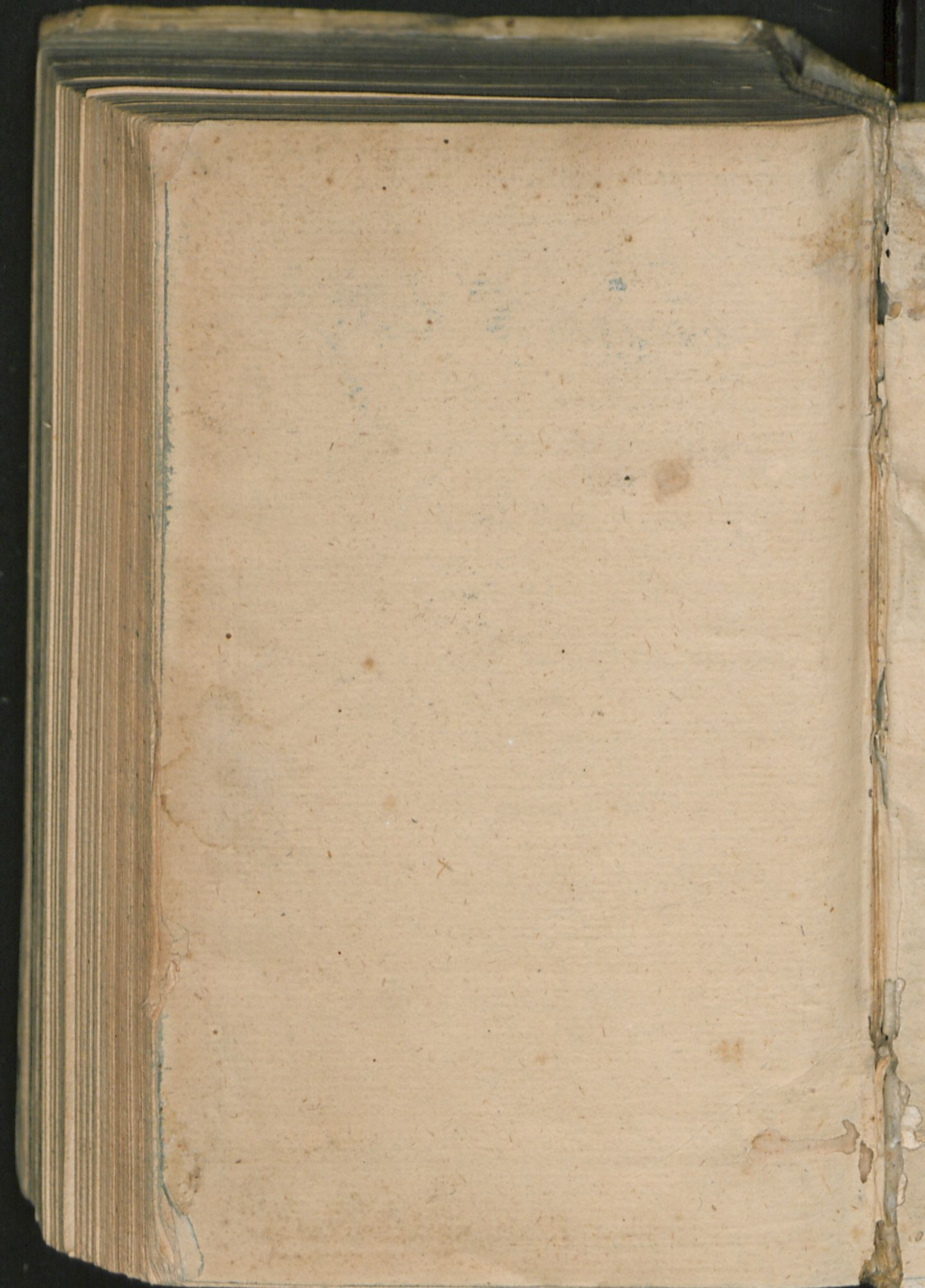
Faint, illegible text, likely bleed-through from the reverse side of the page.

Faint, illegible text, likely bleed-through from the reverse side of the page.

Faint, illegible text, likely bleed-through from the reverse side of the page.







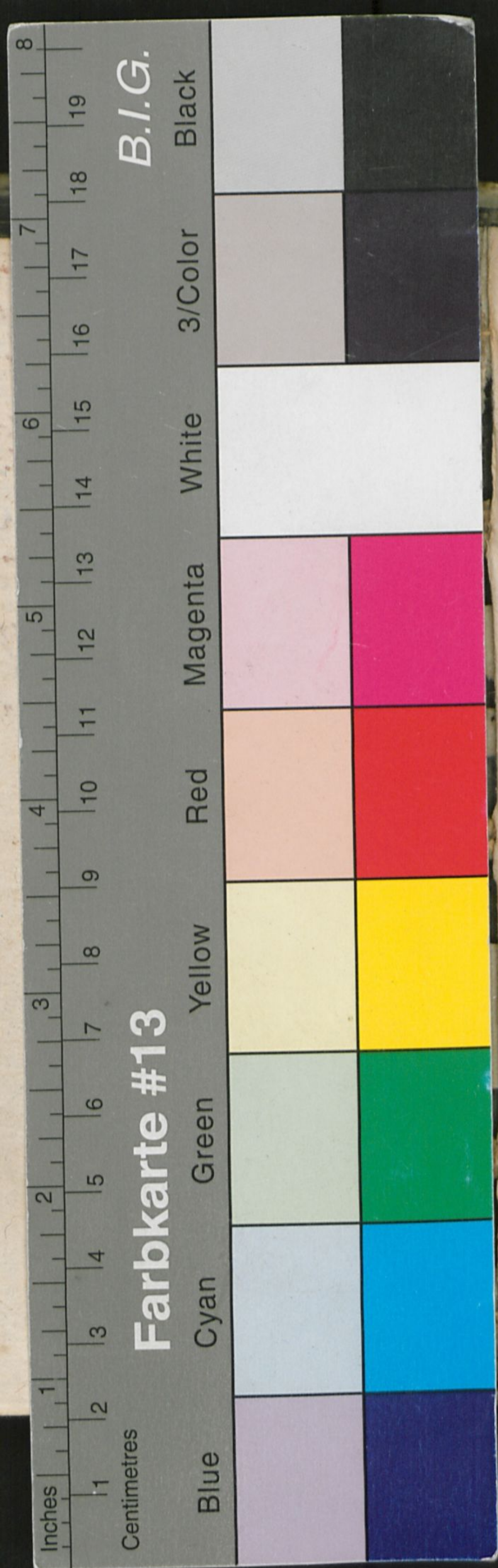
Sb 5819

(x 220 3137)

TA-706

mc





HENRICI RANTZOVII
E QVITIS HOLSATI

DE CONSERVANDA
VALETVDINE LIBER, IN
priuatum liberorum suorum vsum
ab ipso conscriptus, ac
editus à

Dethleuo Syluio Holfato.

IN QVO DE DIAETA, ITI-
NERE, ANNIS CLIMACTERICIS
& antidotis præstantissimis, breuiâ &
vtilia præcepta continentur.



L I P S I A E.
C V M P R I V I L E G I O.