title : De alimentorum facultatibus

creator : Galen

editor : Karl Gottlob Kühn

publisher : Sorbonne Université

idno : filenametlg0057.tlg037.verbatim-grc2.xml

issued : 2023

# [urn:cts:greekLit:tlg0057.tlg037.verbatim-grc2]

[p. 6.453]

## [book:1]

### [chapter:1] ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Α.

[1] Περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων οὐκ   
[2] ὀλίγοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν ἔγραψαν, ἐν πολλῇ σπουδῇ θέμενοι   
[3] τὴν θεωρίαν, ἐπειδὴ χρησιμωτάτη σχεδὸν ἁπασῶν   
[4] των κατὰ τὴν ἰατρικὴν ἐστιν. τοῖς μὲν γὰρ ἄλλοις βοηθήμασιν   
[5] οὐκ ἐν παντὶ καιρῷ χρώμεθα, τροφῆς δὲ χωρὶς οὐχ   
[6] .οἷόν τε ζῇν, σὔθ᾽᾽ ὑγιαίνοντας οὔτε νοσοῦντας. εἰκότως οὐν   
[7] ἐσπούδασαν οἱ πλεῖστοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν ἀκριβῶς ἐπισκέψασθαι   
[8] τὰς ἐν αὐτῇ δυνάμεις · οἱ μὲν ἐκ τῆς πείρας [p. 6.454]   
[1] μόνης ἐγνωσθαι φάσκοντες αὐτὰς, οἱ δὲ καὶ λογισμοῖς   
[2] προσχρῆσθαι βουλόμενοι, τινὲς δἔ καὶ τὸ πλεῖστον αὐτῳ΄   
[3] νέμοντες. εἰ μὲν οὑν, ὥσπερ ἐν γεωμετρίᾳ καὶ ἀριθμητικῇ,   
[4] συνεφωνεῖτο παντάπασι τοῖς γράψασι περὶ τροφῆς, οὐδὲν ἂν   
[5] ἔδει νῦν ἡμὰς ἔχειν πρᾶγμα γράφοντας αὺθις ὑπὲρ των   
[6] αὐτῶν ἐπὶ τοσούτοις καὶ τοιούτοις ἀνδρασιν. ἐπεὶ δ᾽ ὑπόπτους   
[7] ἀλλήλους εἰργάσαντο διενεχθέντες, (οὐ γὰρ ἐγχωρεῖ   
[8] πάντας ἀληθεύειν,) ἀναγκαῖόν ἐστιν βασανίσαι τὰ πρὸς αὐτῶν   
[9] γεγραμμένα, δικαστὰς ἀδεκάστους γενομένους · ἄδικον   
[10] γὰρ ἃν εἴη ἑνὶ πρὸ τῶν ἄλλων πιστεῦσαι χωρὶς ἀποδείξεως.   
[11] ἐπεὶ δὲ τῶν ἀποδείξεων ἀρχαὶ διτταὶ κατὰ γένος εἰσὶν,   
[12] [ed2page:6.301] (ἤ γὰρ ἐξ αἰσθήσεως, ἤ ἐκ νοήσεως ἐναργοῦς ἀπόδειξίς   
[13] τε καὶ πίστις ἄρχεται πάσα,) καὶ ἡμᾶς ἀναγκαῖόν   
[14] ἐστιν, ἤ θατέρῳ τούτων, ἤ ἀμφοτέροις χρήσασθαι προς   
[15] τὴν τοῦ προκειμένου σκέμματος ἄθροισιν. οὐσῶν δὲ τῶν   
[16] διὰ τοῦ λόγου κρίσεων οὐχ ἃπασιν ὁμοίως εὐπετων, ἐπειδὴ καὶ   
[17] συνετὸν εἷναι χρὴ φύσει, καὶ γεγυμνάσθαι κατὰ τὴν παιδίκῆν   
[18] ἡλικίαν τοῖς θήγουσι μαθήμασι τὸν λογισμὸν, ἄμεινον [p. 6.455]   
[1] ἀπὸ τῆς πείρας ἄρξασθαι, καὶ μόλισθ΄, ὅτι διὰ ταύτης   
[2] μόνον εὑρῆσθαι τὰς δυνάμεις τῆς τροφῆς οὐκ ὀλίγοι κῶν   
[3] ἰατρῶν ἀπεφήναντο. τῶν μὲν οὖν ἐμπειρικῶν ὅσως ἄν   
[4] τις καταφρονήσειεν, ἔργον καὶ σπούδασμα πεποιημένων φιλοτίμως   
[5] ἀντιλέγειν τοῖς εὑρισκομένοις διὰ τοῦ λόγου · Διοκλῆς   
[6] δὲ, καίτοι δογματικὸς ὢν, οὕτως κατὰ λέξιν ἔγραψεν   
[7] ἐν τῷ πρώτῳ τῶν πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν. Οἱ μὲν οὖν   
[8] ὑπολαμβάνοντες, τὰ τοὖς ὁμοίους ἔχοντα χυλούς ἢ ὀσμὰς,   
[9] ἢ θερμότητας, ἢ ἄλλο τι τῶν τοιούτων, πάντα τὰς αὐτὰς   
[10] ἔχειν δυνάμεις, οὐ καλῶς οἴονται · πολλὰ γὰρ ἀπό τῶν   
[11] τοιούτων ὁμοίων ἀνόμοια δείξειεν ἄν τις γινόμενα. οὐδὲ   
[12] δὴ τῶν διαχωρητικῶν, ἢ οὐρητικῶν, ἢ ἄλλην τινὰ δύναμιν   
[13] ἐχόντων ὑποληπτέον ἕκαστον εἶναι, διότι θερμὸν, ἢ ψυχρόν,   
[14] ἢ ἁλμυρόν ἐστιν, ἐπείπερ οὐ πάντη τὰ γλυκέα, καὶ δριμέα,   
[15] καὶ ἁλμυρὰ καὶ τὰ λοιπὰ τῶν τοιούτων τὰς αὐτὰς ἔχοντα   
[16] δυνάμεις, ἀλλὰ τὴν ὕλην φύσιν αἰτίαν εἶναι νομιστέον, [p. 6.456]   
[1] τοῦτο δή πού οὑν ἐπ᾽ αὐτῶν ἑκάστῳ συμβαίνειν εἴωθεν.   
[2] οὕτω γὰρ ἂν ἤκιστα διαμαρτάνοι τις τὰ τῆς ἀληθείας.   
[3] αἰτίαν δὲ οἱ μὲν οἰόμενοι δεῖν ὲφ᾽ ἑκάστῳ λέγειν, δἔ ἤν   
[4] τρόφιμον, ἤ διαχωρητικὸν, ἤ διουρητικὸν, ἤ ἄλλο τι τῶν   
[5] τοιούτων ἕκαστόν ἐστιν, ἀγνοεῖν ἐοίκασιν, πρῶτον μὲν, ὅτι   
[6] πρὸς τὰς χρείας οὐ πολλάκις τὸ τοιοῦτον ἀναγκαῖόν ἐστιν,   
[7] ἔπειθ᾽ ὅτι πολλὰ τῶν ὄντων τρόπον τινὰ ἀρχαῖς τισιν   
[8] ἔοικε κατὰ φύσιν, ὥστε μὴ παραδέχεσθαι τὸν ὑπὲρ αἰτίου   
[9] λόγον · πρὸς δὲ τούτοις διαμαρτάνουσιν ἐνίοτε, ὅταν   
[10] ἀγνοούμενα καὶ μὴ ὁμολογούμενα καὶ ἀπίθανα λαμβάνοντες   
[11] ἱκανῶς οἴωνται λέγειν τὴν αἰτίαν. τοῖς μὲν· οὖν οὕτως   
[12] αἰτιολογοῦσιν καἴ τοῖς πάντων οἰομένοις δεῖν λέγειν αἰτίαν   
[13] οὐ δεῖ προσέχειν, πιστεύειν δὲ μᾶλλον τοῖς ἐκ τῆς ἐμπειρίας   
[14] ἐκ πολλοῦ τοῦ χρόνου κατανενοημένοις · αἰτίαν δὲ τῶν   
[15] ἐνδεχομένων δεῖ ζητεῖν, ὅταν μέλλῃ περὶ τούτου γνωριμὡτερον   
[16] ἤ πιστότερον γίνεσθαι τὸ λεγόμενον. αὕτη μὲν ἤ   
[17] ποῦ Διοκλέους ῥῆσίς ἐστιν, ἐκ πείρας μόνης ἐγνῶσθαι τὰς [p. 6.457]   
[1] ὲν ταῖς τροφαῖς δυνάμεις ἡγουμένου, καὶ μήτε ἐκ τῆς κατὰ   
[2] κρᾶσιν ἐνδείξεως, μήτε ἐκ τῆς κατὰ χυμούς. οὔσης δὲ καὶ   
[3] ἄλλης τῆς κατὰ μόρια τῶν φυτῶν, οὐκ ἐμνημόνευσα αὐτῆς,   
[4] λέγω δῦ κατὰ μόρια φυτῶν ἔνδειξιν , ἡ πρὸς ταῖς ἄλλαις   
[5] ἐχρήσατο Μνησίθεος · ὲν ταύτῃ γοῶν ἑτέρας μὲν δυνάμεις   
[6] ἐν ταῖς ῥίζαις εἷναι τῶν φυτῶν ἐπιδεικνὺς, ἑτέρας δὲ ἐν   
[7] τοῖς καυλοῖς, ὥσπερ γε κἀν τοῖς φύλλοις, καὶ καρποῖς, καὶ   
[8] σπέρμασιν ἄλλας. ὅτι μὲν οὖν ἤ πεῖρα διδάσκαλός ἐστιν,   
[9] ὡσπερ ἄλλων πολλῶν, οὕτω καὶ τῶν εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων   
[10] σιτίων, εὐστομάχων τε καὶ κακοστομαχίαν, ὑπακτι-.   
[11] κῶν τε καὶ λαπακτικῶν καὶ σταλτικῶν γαστρὸς, ἄπαντες   
[12] ἴσασι, κάν βραχύ τι συνέσεως αὐτοῖς μέτεστι · σφάλλονται δὲ   
[13] ἐν αὐτοῖς τούτοις οὐκ ὀλίγα, χωρὶς διορισμοῦ ποιούμενοι   
[14] τὴν πεῖραν, ὡς κὰν τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως   
[15] ἐδείχθη, κὰν τῷ τρίτῳ περὶ κράσεων. καὶ παραπλἤσιά   
[16] γε τὰ σφάλματα ἐστιν ἑκατέρωθεν. [ed2page:6.302] διὸ καὶ   
[17] γράφειν ἐνταῦθα τελεῶς, ὥσπερ ἐν ἐκείνοις, τούς διορισμοὺς, [p. 6.458]   
[1] οἷς προσέχων τις ἀσφαλῶς εὑρήσει τὰς δυνάμεις, οὐ κατὰ

[2] την ἐμὴν προαίρεσιν, ἅπαξ ὑπὲρ ἑκάστου πράγματος εἰωθοτος   
[3] γραφειν, οὐκ ἐν πολλαῖς πραγματείαις διερχομένου   
[4] τα αυτα περὶ τῶν αὐτων. ὅπερ οὑν εἴωθα ποιεῖν, οὐδὲ νῦν   
[5] παραλείψω, μόνοις χρησόμενος τοῖς κεφαλαίοις τῶν διορισμων,᾽   
[6] καθ᾽ ο τι ἃν ἐγχωρῇ μάλιστα μιχθῆναι σαφηνείας   
[7] συντομίᾳ. αρξομαι δὲ ἀα΄ ου διὰ στόματος ἔχουσιν ἃπαντες,   
[8] οὐκ ὀρθῶς ὑπὸ Ἐρασιστράτου γεγραμμένου, μήτε τό   
[9] μελίκρατον υπαγειν τὴν γαστέρα πάντων, μήτε τὴν φακῆν   
[10] ἐπέχειν, ἀλλ᾽ εἶναί τινας, οἷ πρὸς τῷ μηδέτερον πάσχειν   
[11] ἔτι καὶ τοῖς ἐναντίοις περιπίπτουσιν, ὡς ἵστασθαι μὲν ἐπὶ   
[12] τῳ μελικρατῳ τὴν γαστέρα, λαπάττεσθαι δὲ ἐπὶ τῆ φακῆ,   
[13] καί τινας εὑρίσκεσθαι τὰ βόεια κρέα ῥᾳον πέττοντας, ἢ   
[14] τους πετραίους ἰχθύας. ἐγώ δ᾽ ἀεὶ τοὺς τοιούτους ἢρόμην,   
[15] (ἄρξομαι γὰρ ἀπὸ τῶν ὑστάτων,) ὁποῖον τι σύμπτωμα γινόμενον   
[16] αὐτοῖς δείκνυται τὴν ἀπεψίαν τῶν πετραίων ἰχθύων,   
[17] ἄρα γε βάρος τι κατὰ τῆν κοιλίαν, ὡς δοκεῖν ἐγκεῖσθαι [p. 6.459]   
[1] μόλυβδον, ἢ λίθον, ἤ πηλὸν, (οὑτῶς γὰρ ἐξαγγέλλουσιν   
[2] ἔνιοι τὴν ἐπὶ ταῖς τοιαύταις ἀπεψίαις αἴσθησιν,) ἢ δῆξίς   
[3] τις ἐν αὐτῇ φαίνεται γινομένη σαφής, ἤ πνευμάτωσις, ἤ   
[4] μοχθηρᾶς ἐρυγῆς αἴσθησις. εἶθ᾽ οἱ μὲν ἐρυγὴν αὑτοῖς   
[5] ἔφασαν γίνεσθαι κνισωδεστέραν,- οἱ δὲ δῆξιν, οἱ δ᾽ ἄμφω,   
[6] τούτων οὑν ἐπισκεψάμενος ἀκριβῶς τὰ κατὰ τὸ σῶμα, πολλῆν   
[7] εὗρον ἀθροιζομένην χολὴν ξανθὴν[ed1page:4.304] ἐν τῇ κοιλίᾳ   
[8] κατά τινα δυσκρασίαν, ἤ κατασκευῆς ἰδιοτητα. λέγω δύ   
[9] κατασκευῆς ἰδιότητα,. διότι τῶν ἀνθρώπων ἐνίοις ἐξ ἤπατος   
[10] εἰς ἔντερα καταρρέουσα χολὴ εἰς τὴν κοιλίαν ἐπανέρχεται,   
[11] κρᾶσιν δὲ μοχθηρὰν, ὅταν αὐτοῖς ὑπάρχῃ φύσει   
[12] τὸ θερμὸν δριμύ καὶ δακνῶδες καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις, πυρετῶδες.   
[13] εἰκότως οὑν τὰ δύσφθαρτα σιτία τῶν εὐφθάρτων   
[14] μᾶλλον οὔτοι πέττουσιν, ἐπειδὴ τὰ μὲν εὔπεπτα ῥᾳδίως   
[15] ἀλλοιοῦται μὲν καὶ διαφθείρεται, τὰ δὲ δύσπεπτα δυσαλλοίωτά   
[16] τέ ἐστιν Διαὶ δύσφθαρτα. ταῦτα γοῦν, ὅταν ὁψιιλἤση [p. 6.460]   
[1] πολλῇ θερμασίᾳ, πέττεται μ ἄλλαν, ἤ ει σύμμετρον   
[2] ἔχουσι πλησιάζοι. κατὰ τοῦτον μὲν οὑν τὸν λόγοτντ ἔνιοι   
[3] τὰ βόεια κρέα ῥὰον πέττουσι τῶν πετραίων ἰχθύων · ἢ φακῆ   
[4] δὲ ἐνίοις ἐκταράττει μᾶλλον, ἤ ἐπέχει τῆν γαστέρα. κατὰ   
[5] τοιόνδε τινὰ λόγον, ὡς ἐπιδέδεικταί μοι κατὰ τὰ περὶ τῶν   
[6] ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήματα, καθάπερ ἐν τοῖς   
[7] ὑφ᾽ ἡμῶν σκευαζομένοις ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων   
[8] ἔντα συντίθεται, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ὑπό τῆς   
[9] φύσεως οὐκ ὀλίγα τῶν ἁπλῶν εἶναι δοκουντων σύγκειται,   
[10] τοιοῦτό τι δὴ καὶ περὶ πολλῶν τῶν τροφῶν ἐστιν. οὐ γὰρ   
[11] ἡ φακῆ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἡ κράμβη, καὶ τῶν θαλασσίων   
[12] σχεδὸν ἁπάντων τὰ ὀστρακόδερμα καλούμενα σύνθετον   
[13] ἔχει τὴν φύσιν ἐξ ἐναντίας δυνάμεως. αὐτὸ μὲν γὰρ τὸ   
[14] στερεὸν ἑκάστου σῶμα βραδύπορόν τἔ ἐστι καὶ σταλτικὸν   
[15] τῆς γαστρὸς, ἢ δὲ ὑγρότης ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν. ἀκριβὴς   
[16] δὲ ἀπόδειξις ἐκ τῆς ἑψήσεως γίνεται, τοῦ μὲν ὕδατος,   
[17] ἐν ᾧπερ ἂν ἕκαστον τούτων ἑψῃθῇ, λαπάττοντος τὴν [p. 6.461]   
[1] κοιλίαν, αὐτῶν δὲ τῶν σωμάτων ἐπεχόντων. καὶ κατὰ τοῦτο   
[2] τινῶν ἀκούση λεγόντων, ἐὰν πρότερον κραάβην φαγῃς τῶν   
[3] ἄλλων σιτίων μὴ λίαν ἑφθὴν, καὶ εὶς τι σκεῦος ἔχον ελαᾶνυ   
[4] καὶ γάρου μετακομίσῃς ἀθρόως ἐκ τοῦ λέβητος, υπαχθὴσεται   
[5] τὴν κοιλίαν, αλλων δέ τινων την καλουμενην δυσεφθον   
[6] κράμβην σκευαζόντων εἰς ἐπίσχεσιν τῆς γαστρός.   
[7] [ed2page:6.303] ἢ σκευασία δὲ τῆς τοιαύτης κράμβης ἐστὶ τοιάδεέ   
[8] προεψήσαντες αὐτήν ὕδατι, τοῦτο μεν ολον ακριβῶς εξαίρουσι   
[9] τοῦ λέβητος, ἕτερον δὲ ἐπεμβάλλουσι καθαρὸν θερμὸν, ἐν   
[10] ᾦ πάλιν ἕψουσι τὸ δεύτερον, ἔνα, εἴ τι μετὰ τὴν προτέραν   
[11] ἕψησιν ἔτι λείψανον ἔσχε τῆς οἰκείας ὑγρότητος , ολον ἐκκριθείη.   
[12] πᾶσι γὰρ τοῖς ἑψομένοις ἐν υγρῷ συμβαίνει μεταλαμβάνειν   
[13] τε ἄμα τῆς ἐκείνου δυναμεως καὶ μεταδιδόναι   
[14] τῆς ἑαυτῶν. καὶ τοῦθ᾽ ὁσημέραι γιγνόμενον ἐπὶ τῶν ἐν   
[15] τοῖς ζωμοῖς ἑψομένων ἔνι σοι μαθεῖν, εἴύ᾽ ουν οσπριόν τι   
[16] τὸ ἑψόμενον, εἴτε ζώου μόριον, εἴτε λαχανον εἴη. τὸ μὲν   
[17] γὰρ ἑψηθέν ἐνδείκνυται γευομένοις τε καὶ ὀσμωμένοις τὴν   
[18] τοῦ ζωμοῦ ποιότητα καὶ δύναμιν, ὁ ζωμὸς δὲ τὴν του [p. 6.462]   
[1] κατ αὐτὸν ἑψηθέντος. ἔξεστι δέ σοι παντὸς τοῦδε τοῦ   
[2] λόγου τοῦ νῦν ῆμῖν προκειμένου τήν ἀλήθειαν οὕτω βασανὥαι,   
[3] καθεψησαντι ἤ φακῆν, ἤ κράμβην, ἤ τι τῶν θαλαττίων   
[4] ζώων ων εἰπον, εἶτα δ᾽ ηδυναντι τὸ ἀφέψημα δῶ   
[5] ἐλαίου καὶ γάρου καὶ πεπέρεως, ἔπειτα δόντι πίνειν, ἂν   
[6] βούλῃ, καθαπερ γε καὶ δὶς ἑψήσαντι τήν κράμβην · θεάση   
[7] γὰρ ἐπὶ μὲν πόματι διαχωρουσαν τὴν κοιλίαν, ἐπὶ δὲ τῷ   
[8] στερεῳ σώματι στεγνουμένην. οὐδὲν οὐν θαυμαστὸν ἐνίοτε   
[9] στρόφους τε γίνεσθαι καὶ ἐμπνευματώσεις ἐπὶ τοῖς τοιούτοίς   
[10] ἐδέσμασιν, ὅταν ἄμα τοῖς ἑαυτῶν χυμοῖς όλα τὰ σώματα   
[11] ληφθῇ. μάχη γάρ τις γίνεται πρὸς ἄλληλα, τοῦ μὲν   
[12] στερεοῦ σώματος ἰσχομένου τε καὶ βραδύνοντος, ἐπειγομένης   
[13] δὲ τῆς ὑγρότητος ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν. ὡς ἐάν γε τὸ ὀάκῖον   
[14] ἐκκριθῇ, παύεται τὸ συμπτωμα· μένοντος δὲ αὐτοῦ,   
[15] καὶ στροφοῦσθαι καὶ πνευματοῦσθαι τὴν κοιλίαν ἄναγκαῖόν   
[16] ἐστιν., καὶ πέρας γε τούτων ἐστὶν ἡ τῶν στασιαζόντων   
[17] ἔκκρισις. ἐπεὶ. τοίνυν ἐνίοις μὲν αἱ γαστέρες ἕτοιμοι   
[18] πρὸς ὑποχώρησίν εἰσιν, ἐνίοις δὲ .ξηραὶ καὶ δυσέκκριτοι, [p. 6.463]   
[1] κατὰ τὴν οἰκείαν ἑκάτεραι φύσιν ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ἐδέσμασι   
[2] τὰ συμπτώματα ἴσχουσιν, ὡς ἂν ἐνίοτε μὲν τῇ του χυλοῦ   
[3] δυνάμει συνεργούσης τῆς γαστρὸς, ἐνίοτε δὲ τῆ τοῦ στερεοῦ.   
[4] δυοῖν γὰρ αἰτίων · ἀνθισταμένων, ἑνὶ μὲν τὴν νίκην   
[5] ἀναγκαῖόν ἐστιν ἀκολουθῆσαι, τὴν δ᾽ ἥτταν τῷ λοιπῷ.   
[6] συμβαίνει δὲ τοῦτο καὶ κατὰ διαθέσεις τινὰς τῆς γαστρός,   
[7] οὐ φυσικὰς, ἀλλ᾽ ἐν καιρῷ τινι γενομένας. ἔσθ᾽ ὅτε μὲν   
[8] γὰρ ἀθροίζεται φλεγματώδης τις ἐν αὐτῇ χυμὸς, ἔσθ᾽ ὅτε   
[9] δὲ χολώδης. καὶ τοῦ φλεγματώδους αὐτοῦ τὸ μὲν ὀξὺ,   
[10] τὸ δὲ ἁλυκόν ἐστιν, τὸ δὲ γλυκὺ, τὸ δὲ οὐδεμίαν ἔχον   
[11] αἰσθητήν ποιότητα καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν, τὸ δὲ παχὺ, καὶ   
[12] τὸ μὲν γλίσχρον, τὸ δὲ εὐσκέδαστον. καὶ τῆς χολῆς ἡ μὲν   
[13] ξανθή τις, ἡ δὲ ὠχρὰ, τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἦττον ἑκατέρα   
[14] πάμπολυ κεκτημένη , ἷνα τὰς ἄλλας χολὰς παραλείπωμεν   
[15] τὰς τοῖς ἤδη νοσοῦσιν σώμασιν ἐπιφαινομένας. ἕκαστος οὑν   
[16] τῶν εἰρημένων χυμῶν ἤτοι πρὸς ἔκκρισιν γαστρὸς, ἢ πρὸς   
[17] ἐπίσχεσιν ἑτοίμως διακείμενος, ὅταν ὅλα τὰ σώματα τῶν [p. 6.464]   
[1] εἰρημένων ἐδεσμάτων ἄμα τοῖς ἰδίοις χυμοῖς εἰς τὴν κοιλίαν   
[2] ἀφίκηται, συμμαχεῖ μὲν τοῖς τὴν αὐτὴν δύναμιν ἔχουσιν,   
[3] ἀντιπράττει δὲ τοῖς ἐναντίαν. ἔμπροσθεν μὲν οὖν αἰτίαι   
[4] διτταὶ κατὰ γένος .εἴρηνται τοῦ διαφόρως ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς   
[5] σιτίοις τὰ κατὰ τὴν γαστέρα φαίνεσθαι διοικούμενα · νυνὶ   
[6] δὲ καὶ τρίτη τις εὕρηται πρός τε τῆ φυσική διαθέσει καὶ   
[7] τοῖς ὑγροῖς τε καὶ στερεοῖς μέρεσιν τῶν ἐσθιομένων · ἐσθιόμενα   
[8] γὰρ ἤ ἐδεστὰ καλεῖν ἤ τροφὰς οὐ διοίσει. καὶ   
[9] γὰρ οὕτως καὶ τούτων οὐδὲν ἦττον ὀνομάζουσιν αὐτὰ, καὶ   
[10] σιτία, καὶ βρώματα, καθότι καὶ Ἱπποκράτης ἐν ἐπιδημίαις   
[11] ἔγραψεν ὧδε · [ed2page:6.304] τὰ βρώματα καὶ πόματα πείρης   
[12] δεῖταί, εἰ ἐπὶ τὸ ἴσον μένη. καὶ πάλιν ἑτέρωθι · πόνοι,   
[13] σιτία, ποτὰ, ὕπνοι, ἀφροδίσια, πάντα μέτρια. τῶν μὲν   
[14] οὖν ὀνομάτων, ὡς ἀεὶ λέγομεν, ἀμελεῖν χρὴ φροντίζοντας,   
[15] ὅπως τις ἂν αὐτοῖς χρῆται, συνήθων γε ὄντων ἁπάντων   
[16] τοῖς Ἕλλησι, τῆς δὲ τῶν πραγμάτων ἐπιστήμης ἀντιποιεῖσθαι   
[17] προσήκει. φαίνεται δὲ ταῦτα ταχεῖαν ἤ βραδεῖαν [p. 6.465]   
[1] ἴσχοντα τὴν διέξοδον , ἤτοι διὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἡμῶν φύσιν,   
[2] ἤ διὰ τὴν ἐπίκτητον διάθεσιν τῆς γαστρὸς, ἤ διὰ τὴν οἰκείαν   
[3] οὐσίαν. λέγω δὲ τῶν ἐσθιομένων καὶ πινομένων,   
[4] ἐπειδὴ τινὰ μὲν αὐτῶν εἰσὶν ὑγρὰ, τινὰ δὲ ξηρὰ, καὶ τινὰ   
[5] μὲν γλίσχρᾳ, τινὰ δὲ εὔθρυπτα τε καὶ εὐδιαίρετα, καὶ   
[6] τινὰ μὲν δριμύτητας ἐν αὑτοῖς ἔχοντα, τινὰ δὲ ὀξύτητας,   
[7] ἤ πικρότητας, ἢ γλυκύτητας, ἢ ἁλυκότητας, ἤ αὐστηρότητας,   
[8] ἤ στρυφνότητας, ἤ τινας εξωθεν τούτων φαρμακώδεις   
[9] δυνάμεις ὁμογενεῖς ταῖς τῶν καθαιρόντων φαρμάκων. ἀνδρἀφαξυς   
[10] μὲν γὰρ καὶ βλίτον καὶ μαλάχη καὶ κολόκυνθα   
[11] διὰ τὸ γλίσχρα τε εἷναι καὶ δίυγρα θαττον τῶν μὴ τοιουτων   
[12] ὑπέρχεται, καὶ μάλιστα τοῖς περιπατουσιν ἡσύχως μετὰ   
[13] τὴν προσφορὰν αὐτῶν ἐπ᾽ ἐδάφους εἴκοντος μετρίως · ὸλισθαίνει   
[14] γὰρ ἐν τῷ κατασείεσθαι μᾶλλον, ἢ εἴ τις ἀτρεμήσει   
[15] κατακείμενος. ἐν τούτῳ δὲ τῷ γένει καὶ τὰ μόρα καὶ τὰ   
[16] γλυκέα κεράσια θείη τις ἂν, ὥσπερ καὶ τῶν οἴνων τοὺς   
[17] γλυκεῖς καὶ παχεῖς. οἱ δὲ πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες ὀνομαζόμενοι   
[18] δῶ ὑγρότητά τε καὶ γλισχρότητα πρὸς ὑποχὡρησίν [p. 6.466]   
[1] εἰσιν ἐπιτήδειοί τε καὶ δυναμίν γε ὲχουσι μετρίως   
[2] ῥυπτικήν · καὶ μαλλόν γε αὐτῶν οἱ πέπονες, ἤν ἔνεστί σοι   
[3] μαθεῖν ἀνατρίψαντι μορίον ῥυπαρὸν, [ed1page:4.305] ἀποῥῥύψουσι   
[4] γὰρ αὐτοῦ τὸν ῥύπον αὐτίκα. ταυτα δὴ καὶ τῶν οὔρησιν   
[5] κινούντων εἰσίν. ἐκ δὲ τῶν ὑγρῶν καὶ ὺδατωδων σωμάτων   
[6] ἐστὶ καὶ τὰ βρεκύκκια καλούμενα καὶ τὰ Περσικὰ, καὶ   
[7] ὅλως ὅσα μηδεμίαν ἰσχυρὰν ἔχειν φαίνεται ποιότητα τοῖς   
[8] γευομένοις ἤ ὀσμωμένοις αὐτῶν · α΄τερ, ἂν μὲν ἐπιτηδείως   
[9] ἢ γαστὴρ ἔχῃ πρὸς τὴν κάτω διαχώρησιν, ὑπέρχεται ῥᾳδίως,   
[10] εἰ δὲ μὴ , μένει καὶ αὐτὰ μετέωρα , μηδὲν εἰς ἔκκρισιν αὐτὴν   
[11] ὡφελουντα. μέση γὰρ πως ἡ τοιαύτη τῶν ἐδεσμάτων   
[12] ὕλη τῆς τε τῶν ἐπεχόντων τὴν γαστέρα καὶ τῆς τῶν προτρεπόντων   
[13] οὔσα βραχύ τι ῥέπει πρὸς τὸ ἕτερον, ὅταν γε   
[14] μὴ πάνυ τύχη νωθρᾶς γαστρὸς εἰς ἀπόκρισιν, ἤ ἰσχυρᾶς   
[15] εἰς ἀνάδοσιν, ἐνίοτε γὰρ ἐπέχει γαστέρα καὶ ταῦτα. καὶ τὸ   
[16] μελίκρατον, οἷς ἀναδίδοσθαι φθάνει ταχέως, οὐ προτρέπει   
[17] τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς μιχθεῖσιν ἑαυτῷ [p. 6.467]   
[1] σιτίοις εἰς ἀνάδοσιν ὑφηγεῖται. εῖ δὲ μῆ φθάσειεν ἀναδοθῆναι   
[2] ταχέως, ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν, ὥσπερ ἡ ξανθὴ   
[3] χολή διὰ τὴν δριμύτητα καὶ τὸ δακνῶδες ἔχειν ἐν ἑαυτῆ.   
[4] τὰ μὲν οὐν τοιαῦτα τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, δύκνοντα   
[5] μόνον, ἐπὶ τήν ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὰ κατὰ τὴν κοιλίαν   
[6] μόρια. πρόδηλον δὲ, ὅτι καὶ ἡ τῶν ἐντέρων οὐσία   
[7] παραλαμβάνεται κατὰ λόγον. οὕτως γέ τοι καὶ τοὺς προγάστορας   
[8] καὶ μεγαλοφίλους ὀνομάζουσιν οἱ ἄνθρωποι. τινὰ   
[9] δὲ ὑπάγει τὴν γαστέρα, μεμιγμένας ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντα φαρμακὡδεις   
[10] δυνάμεις, ὁμοίας τῇ κατὰ τὴν σκαμμωνίαν τε καὶ   
[11] κολοκυνθίδα, καὶ τὸν ἑλλέβορον, ὅσα τ᾽ ἄλλα τοιαῦτα ·   
[12] μικτὴ γὰρ τοιούτων ἐστὶν ἢ φύσις ἐξ ἐδέσματός τε καὶ   
[13] φαρμάκου, καθάπερ εἰ καὐτὸς ἐμβάλοις τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης   
[14] ὀλίγον τι τοῦ τῆς σκαμμωνίας ὁπου. λανθάνων γὰρ   
[15] οὕτω τὴν αἴσθησιν οὐ λήσεται κατὰ τῆν ἐνέργειαν, ἀλλ᾽   
[16] ὑπάξει σαφῶς τὴν γαστέρα. καὶ τουθ εἰναι δοκεῖ τισι τὁ   
[17] ὑα΄ Ἱπποκράτους εἰρημένον · ὲν τροφῆ[ed2page:6.305] φαρμακίδ.   
[18] τοῖς δ᾽ οὐχ οὕτω μόνον ἔδοξεν ἀκούειν, ἀλλὰ κάπ ἐκείνων [p. 6.468]   
[1] ὁ λόγος εἰρῆσθαι δύναται τῶν οὔτε θρεπτικήν τινα τοῦ   
[2] ζώου δύναμιν ἐχόντων ἐδεσμάτων, οὔτε καθαρτικήν. καὶ   
[3] γὰρ καὶ ταῦτά φασιν οὐχ ὡς τροφάς μόνον ἐνεργεῖν πολλάκις,   
[4] ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακα, θερμαίνοντα, καὶ ὑγραίνοντα,   
[5] καὶ ψύχοντα, καὶ ξηραίνοντα σαφῶς ἡμάς, ὡς, ὅταν μηδέν   
[6] τι τούτων ἐνεργῇ περὶ τὸ σῶμα του ἀνθρώπου, τρύφη δὲ   
[7] μόνον αὐτὸ , τηνικαῦτα τὸν του φαρμάκου λόγον οὐχ ἔξει.   
[8] ὀλίγιστα μὲν οὐν ἐδέσματα τοιαῦτά ἐστιν · ἄττα δ᾽ ἂν ῇ   
[9] ταῦτα, μόνον τὸν τῆς τροφῆς ἔχει λόγον ἀκριβῶς χωρὶς   
[10] τοῦ μεταβάλλειν τὸ σῶμα του προσενεγκαμένου κατὰ ποιάτητα·   
[11] τὸ μὲν γὰρ θερμανθὲν, ἤ ψυχθὲν, ἤ ξηρανθὲν, ἢ   
[12] ὑγρανθὲν · ὑπήλλακται κατὰ ποιότητα, τὸ δ᾽ ἐκ τῶν σιτίων   
[13] εἰς ὄγκον οὐσίας τῆς διαφορηθείσης προσλαβὸν, ὡς   
[14] ὑπὸ τροφῶν μόνον. αὐτῶν ὠφελεῖται. τὰ τοίνυν μέσα ταῖς   
[15] κράσεσιν, οὐδεμίαν ἐπικρατοῦσαν ἔχοντα ποιότητα, τροφαὶ   
[16] μόνον εἰσὶν, οὐ φάρμακα, μήθ' ὑπάγοντα γαστέρα, μήτε   
[17] ἐπέχοντα, μήτε ῥωννύοντα, μήτ᾽ ἐκλύοντα στόμαχον, ὥσπερ [p. 6.469]   
[1] γε μήθ᾽ ἱδρῶτας ἢ οὐρα κινοῦντα, ἤ καὶ κωλύοντα, μήθ   
[2] ἄλλην τινὰ διάθεσιν ἐν τῷ σώματι ποιοῦντα κατὰ ψυχρότητα,   
[3] καὶ θερμότητα, καὶ ξηρότητα, καὶ ὑγρότητα, διαφυλάττοντα   
[4] δὲ πάντη τὸ τοῦ τρεφομένου ζώου σῶμα τοιοῦτον,   
[5] ὁποῖον παρέλαβεν. ἀλλὰ κἀνταῦθα διορισμός ἐστί τις   
[6] χρησιμώτατος, οὐδ᾽ αὐτὸς ὑπὸ τοῦ Διοκλέους εἰρημένος,   
[7] ὥσπερ οὐδὲ διὰ τῶν ἄλλων τινὸς, ὅσους ἄχρι τοῦδε διῆλθον.   
[8] εἰ μὲν γὰρ ἀκριβῶς μέσον εἴη τῇ κράσει τὸ σῶμα   
[9] τοῦ ἀνθρώπου, . φυλάττοιτ᾽ ἂν ὑπὸ τῆς μέσης τῇ κράσει   
[10] τροφῆς ἐν τῆ παρούσῃ καταστάσει · .εἰ δ᾽ ἤτοι ψυχρότερον,   
[11] ἢ θερμότερον, ἤ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον εἴη τοῦτο, τὰ   
[12] μέσα τη κράσει σιτία τε καὶ ποτὰ ἂν τις κακῶς διδοίη.   
[13] μεταβάλλεσθαι γὰρ χρὴ τὸ τοιοῦτον σῶμα ἐπὶ τοὐναντίον,   
[14] εἰς ὅσον ἀπεχώρησε τῆς ἀκριβῶς μέσης καταστάσεως · έσται   
[15] δὲ τοῦτο διὰ τῶν ἐναντίων τῇ παρούσῃ δυσκρασίᾳ. τὰ δὲ   
[16] ἐναντία τὴν ἴσην ἀφέστηκεν τοῦ μέσου διάστασιν ἐφ᾽ ἑκάτερα   
[17] καθ᾽ ἑκατέραν ἀντίθεσιν. ὥστ, ἐὰν μὲν ἀριθμοῖς,   
[18] εἰ τύχοι, τρισὶν ἀπὸ τῆς εὐκράτου μὲν καὶ μέσης καταστάν [p. 6.470]   
[1] σεως ἀποχωρήσῃ τὸ σῶμα πρός τὴν θερμοτέραν, τοσούτοις   
[2] χρῆναι καὶ τὸ σιτίον ἀφεστάναι τοῦ μέσου. τῆ κράσει πρὸς   
[3] τὸ ψυχρότερον, ἐὰν δὲ ἐφ᾽ ὑγρότητα τέτταρσιν ἀριθμοῖς   
[4] ἀποστῇ, τοῖς ἴσοις δεῖν εἷναι ξηρότερον τοῦ συμμέτρου.   
[5] κατὰ τοῦτό γέ τοι πάλιν εὑρεῖν ἔστι πολλοὺς τῶν ἀνθρώπων   
[6] ἐναντιωτατα περὶ τῶν αὐτῶν τροφῶν ἀποφαινομένους. ἔναγχος   
[7] γοῦν ἐφιλονείκουν ἀλλήλοις δύο τινὲς, ὁ μὲν ὑγιεινὸν   
[8] ἀποφαινόμενος, ὁ δὲ νοσερὸν εἶναι τὸ μέλι, τεκμαιρόμενος   
[9] ἑκάτερος ἐξ ὧν αὐτὸς ὑπ᾽ αὐτοῦ διετίθετο, μηκέτι ἐννοοῦντες,   
[10] ὡς οὔτε μίαν ἄπαντες ἄνθρωποι τὴν ἐξ ἀρχῆς ἔχουσι   
[11] κρᾶσιν, οὔτ᾽, εἰ καὶ μίαν ἔσχον, ἀμετάβλητον αὐτὴν ἐν ταῖς   
[12] ἡλικίαις φυλάττουσιν, ὥσπερ οὐδ᾽ ἐν ταῖς κατὰ τὰς ὥρας   
[13] τε καὶ χώρας ὑπαλλαγαῖς, ἵνα παραλείπω γε κατὰ τὸ παρὸν,   
[14] ὡς καὶ τοῖς ἐπιτηδεύμασιν καὶ ταῖς διαίταις ὑπαλλάττουσιν   
[15] τὰς φυσικὰς τῶν σωμάτων διαθέσεις. εὐθὺς γοῦν αὐτῶν   
[16] τῶν διαφερομένων ἀλλήλοις περὶ τοῦ μέλιτος ὁ μὲν πρεσβότης   
[17] τε κατὰ τὴν ἡλικίαν ἦν καὶ φύσει φλεγματωδέστερος,   
[18] ἀργός τε τῷ βίῳ καὶ πρὸς τἀς ἄλλας μὲν ἁπάσας πράξεις, [p. 6.471]   
[1] οὐχ ἤκιστα δὲ καὶ πρὸς τὰ του βαλανείου γυμνάσια, καὶ   
[2] διὰ τοῦτ αὐτῷ μέλι χρήσιμον ἤν· ὁ δὲ ἕτερος χολώδης τε   
[3] φύσει καὶ τριακονταετὴς κατὰ τήν ἡλικίαν ἐτύγχανεν ὥν,   
[4] ἐπὶ δὲ ταῖς ὁσημέραι πράξεσι πολλὰ ταλαιπωρούμενος ·   
[5] [ed2page:6.306] εἰκότως οὐν αὐτῷ τὸ μέλι ἐξεχολοῦτο ταχέως, καὶ   
[6] ταύτῃ βλαβερώτερον ήν. οἰδα δὲ κὰγώ τινα τὰ κατὰ τὸ   
[7] στόμα τῆς κοιλίας μεμφομενον , λογισαμενός τε ἐξ ῶν διηγεῖτο,   
[8] φλέγμα κατ᾽ αὐτήν ἡθροῖσθαι, συμβουλεύσας προσένέγκασθαι   
[9] μετα σινηπιος πράσα τε καὶ τεῦτλα, τμηθέντος   
[10] θ᾽ ὑπ᾽ αὐτῶν τοῦ φλέγματος, ἐκκρίνασάν τε πλείω τὴν γαστέρα   
[11] καὶ τῶν συμπτωμάτων πάντων ἐλευθέραν ἐκτήσατο.   
[12] αὐθις οὐν ποτ᾽ ἀπεπτησας ἐπὶ δριμέσιν ἐδέσμασιν καὶ δακτάμενος   
[13] τὴν γαστέρα, σίνηπι μετὰ τεύτλου προσενεγκαμενος,   
[14] οὐ μόνον οὐδὲν ὥνατο τὴν δῆξιν, ἀλλὰ καὶ χείρων   
[15] ἀπεδείχθη συχνῶς. καὶ δὴ θαυμάζων, ὅπως ἐβλάβη. συχνῶς   
[16] ὑφ᾽ ὡν ἔμπροσθεν ὠφελεῖτο μέγιστα, πρός με παρεγένετο,   
[17] τὴν αἰτίαν πυνθανομενος. ἰδιώτας μὲν οὐν ἰατρικῆς τέχνης   
[18] ἀνθρώπους οὐκ ἀπεικος ἐστι ταῦτα σφάλλεσθαι · τοῖς δὲ [p. 6.472]   
[1] ἰατροῖς οὐκ ἄν τις συγγνοίη παραλιποῦσιν ἀδιόριστα πολλὰ   
[2] των χρησιμωτάτων θεωρημάτων. οὐ γὰρ ἁπλῶς προσήκει   
[3] λέγειν αυτοὺς, εὐπέπτους μὲν είναι τοῖς πλείστοις τοὺς πετραίους   
[4] ἰχθύας, εὑρίσκεσθαι δέ τινας, οἴ τὰ βόεια κρέα   
[5] ῥᾳον πέπτουσιν, ἀλλ᾽ ἑκατέρους διορίσαι, καθάπερ γε καὶ   
[6] περὶ μέλιτος οὐχ ἀπλῶς εἰπεῖν, ἀλλὰ μετὰ τοῦ προσθεῖναι,   
[7] τίσιν ἡλικίαις τε καὶ φύσεσιν, ὥραις, καὶ χώραις, καὶ βίοις   
[8] ὠφέλιμόν ἐστιν, ἤ βλαβερόν · οῖον ὅτι τοῖς μὲν θερμοῖς   
[9] καὶ ξηροῖς ἐναντιώτατον, ὠφελιμώτατον δὲ τοῖς ὑγροῖς   
[10] τε καὶ ψυχροῖς, εἴτε δέ ἡλικίαν, ἤ διὰ φύσιν, ἤ χώραν,   
[11] η ωραν, ἤ ἐπιτήδευμά τι τοιοῦτοι τὴν κρᾶσιν εἰεν. ὥσθ   
[12] ἀναγκαιότατόν εἰναι ἔοικεν τὴν παροῦσαν θεωρίαν ἐπισκέψασθαι   
[13] τάς τε τῶν ἀνθρώπων καὶ τῶν ἐδεσμάτων κράσεις.   
[14] αἱ μὲν οὐν τῶν ἀνθρώπων ὁποῖαί τέ εἰσιν καὶ   
[15] οπως χρὴ διαγιγνώσκειν αὐτὰς, ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι   
[16] λέλεκται, καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν φαρμάκων ὲν [p. 6.473]   
[1] τοῖς περὶ τῶν [ed1page:4.306] δυνάμεων αὐτῶν. ἐν δὲ τοῖς νῦν   
[2] ἐνεστῶσι καιρὸς ἂν εἴη τὰς τῶν σιτίων εἰπεῖν κρασεις·   
[3] ὡς ἐν τῷ διαίτης ἐγράφθη βιβλίῳ, κατα ι τινας μεν Ιπποκράτους   
[4] ὄντι συγγράμματι, κατὰ τινὰς δὲ Φιλιστίωνος, ἤ   
[5] Ἀρίστωνος, ἤ Εὑρυφωντος, ἤ Φιλήτου, παλαιῶν ἁπάντων   
[6] ἀνδρῶν. ἀρχή δέ ἐστιν αὐτοῦ κατὰ μὲν ἔνια τῶν ἀντιγραφων   
[7] ἤδε· Σιτίων τε καὶ πομάτων δύναμιν ἑκάστου, καὶ τῆν   
[8] κατὰ φύσιν, καὶ τῆν διὰ τῆς τέχνης, ῷδε χρὴ διαγινώσκειν.   
[9] ὲν ἄλλοις δὲ ἤδε · Χωρίων δὲ θύσιν καὶ φύσιν ἑκάστου   
[10] ῷδε χρὴ διαγινώσκειν. ὅταν μὲν οὐν αὐτὸ καθ᾽ ἑαυτὸ φέ..   
[11] ρηται τὸ βιβλίον τοῦτο, περὶ διαίτης ἐπιγράφεται, μέρος   
[12] ὃν δεύτερον εἰς τρία διηρημένου τοῦ παντός · ὅταν δὲ τὸ   
[13] συγκείμενον ἐκ τῶν τριῶν ὅλον έν ἀδιαίρετον εὑρεθῇ, περὶ   
[14] φύσεως ἀνθρωπου καὶ διαίτης ἐπιγράφεται. τὸ μὲν οὐν   
[15] δεύτερον, ἐν ᾦ περὶ τῶν σιτίων διέρχεται, τάχ᾽ ἄν τις εὐλόγως   
[16] Ἱπποκράτους ἄξιον ἡγήσαιτο · τὸ δὲ πρῶτον ἀφέστηκε   
[17] πάμπολλα τῆς Ἱπποκράτους γνώμης. ἀλλὰ τοῦτο μὲν [p. 6.474]   
[1] οἷον ὁδοῦ τι πάρεργον εἰρήσθω. ὅτου δ᾽ ἂν ἦ τῶν εἰρημένων   
[2] ἀνδρῶν, εἴς τινα καθόλου μέθοδον ἀναφέρειν φαίνεται   
[3] τήν ἐπὶ τοῖς σιτίοις δίαιταν. ὁ γὰρ γνούς, ὅτι   
[4] κριθὴ φύσει ψυχρά ἐστι καὶ ὑγρὰ ἑψηθεῖσα, ἐπιστάμενος   
[5] καὶ τὰς τῶν σωμάτων γνωρίζειν κράσεις, ὅσαι τε φύσει   
[6] ὑπάρχουσι, καὶ όσαι κατὰ διάθεσιν ἐπίκτητον γίγνονται,   
[7] χρήσεται προσηκόντως κριθαῖς εἷς ἐδωδὴν, οὐ μόνον ἐπὶ   
[8] τῶν ὑγιαινόντων, ἀλλὰ καὶ τῶν νοσούντων σωμάτων, καὶ   
[9] καπαπλασματι δέ τις δύ ἀλευρου κριθίνου χρήσεται καλῶς   
[10] ὁ τὴν κρᾶσιν ἐπισταμεὶος αὐτῶν. [ed2page:6.307] δεῖ δὲ μὴ   
[11] μόνον ἐγνῶσθαι τὴν κυριωτάτην τε καὶ πρώτην ἑκάστου σιτίου   
[12] κρᾶσιν, ἀλλ᾽, ὡς ἐν τοῖς περὶ φαρμάκων ἐδείχθη, καὶ   
[13] τὰς ἐξ ἐκείνων γιγνομένας · ὡν οὐχ ἤκιστα τυγχάνουσι χρήσιμοι   
[14] οὐσαι πολλαὶ μὲν τῶν κατὰ τοὺς χυμούς, εἰ μὴ ἄρα   
[15] καὶ πάσαι, τινὲς δὲ καὶ τῶν κατὰ τὰς ὀδμάς. ἐκ γὰρ τοῦ   
[16] κεκρασθαί πως ἕκαστον ἐκ τοσοῦδε θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ,   
[17] καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ, καί τό μὲν αὐτῶν . γλυκύ, τὸ σε [p. 6.475]   
[1] πικρὸν, ἤ ἁλμυρὸν, ἤ στρυφνῶν, ἤ αὐστηρὸν, ἢ δριμύ   
[2] φαίνεται. τὸ δὲ ἁλυκὸν οὐκ ἄλλο τι σημαίνει παρὰ τό   
[3] ἁλμυρὸν, ἀλλ᾽ ὑπ᾽ ἀμφοῖν ἔν τι δηλοῦται, στρυφνοῦ δὲ καὶ   
[4] αὐστηροῦ τὸ κοινὸν γένος ὀνομάζεται στῦφον. ἐπὶ πλεῖστον   
[5] δὲ περὶ τῶν χυμῶν ἀπάντων ὲν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν   
[6] ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως εἴρηται · καὶ χρὴ πάντως ἐκεῖνο   
[7] γοῦν ἀνεγνωκέναι τὸν μέλλοντα τοῖς νῦν λεγομένοις ἀκολουθήσειν,   
[8] ὅπως μὴ πάλιν ἀναγκαζώμεθα λέγειν ἐν τοῖσδε   
[9] περὶ τῶν αὐτῶν τὰ αὐτα. τῶν γὰρ σιτίων, ὡς ὀλίγον ἐμπροσθεν   
[10] ἔφην, ἔνια μὲν οὐδεμίαν ἐπίσημον ἐμφαίνει ποιάτητα   
[11] καθ ὀσμὴν ἤ γεῦσιν, ὃ δὴ καὶ ἄποια καὶ ὺδατὡδη   
[12] προσαγορεύουσιν, μ ἔνια δὲ στύψιν ἔχει σαφεστάτην,   
[13] ἤ γλυκύτητα σύμφυτον, η δριμύτητα, καθάπερ γε καὶ ἁλτ   
[14] μυρὡτερὰ τε τινα φαίνεται, καὶ πικρότητος ἔνια σαφῶς μετεχονπα.   
[15] πρόδηλον ουν, οτι τὰ τοιαυτα τὴν αὐτὴν ἔχει   
[16] δύναμιν ἐκείνοις τῶν φαρμάκων, οίς ὡμοίωται κατὰ τον [p. 6.476]   
[1] χυμόν. εἴρηται δὲ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων ἢ αἰτία, δέ   
[2] ἤν ἔντα τῶν στυφόντων οὐ ταὐτὸ τοῖς; ἄλλοις στύφουσιν   
[3] ἐργάζεται, καθαπερ ἀλόη τε καὶ χαλκὸς κεκαυμένος, καὶ   
[4] χάλκανθος, καὶ ἄνθος χαλκοῦ, καὶ λεπὶς, καὶ χαλκῖτις. ἐκ   
[5] τοῦ μεμίχθαι γὰρ καθ᾽ ἕκαστον αὐτῶν τῆ στυφούση δυνἀμει   
[6] τε καὶ οὐσίᾳ τῶν ἄλλων τινὰ τοῖς κατὰ μέρος ἔργοις   
[7] ἐξαλλάττεται ταῦτα, καθάπερ εἰ καὐτὸς ἀναμίξεις κυδωνίῳ   
[8] μήλῳ σκαμμωνίαν, ὥσπερ ἀμέλει ποιουμεν ἐνίοτε, τοῦ μήλου   
[9] μὲν γλύφοντες τὰ περὶ τὸ σπέρμα, τὸ δὲ κοιλανθέν   
[10] ἀναπληροῦντες τῇ σκαμμωνίᾳ, κἄπειτα περιπλάττοντές τε   
[11] καὶ ὀπτῶντες, εἰτα διδόντες φαγεῖν τὸ μηλον. ἄνευ γὰρ   
[12] τοῦ τὸν στόμαχον ἀνατρέπειν ὑπάγει γαστέρα τὸ οὕτως   
[13] σκευασθὲν, ἐπικρατούσης ἐν αὐτῷ τῆς καθαρτικῆς δυνάμεως,   
[14] ἤν ἐκ της σκαμμωνίας τὸ μῆλον ἐπεκτήσατο, διαμενούσης   
[15] δὲ τῆς κατὰ τὸ μῆλον οἰκείας, οὐ γὰρ ἂν ἡδύ τε καὶ στύφον   
[16] ἐφαίνετο καὶ τῷ στομάχῳ πρόσφορον. οὕτως οὐν ἔντα   
[17] τῶν ἐσθιομένων ἔχει τινὰ μεμιγμένην ἐν ἑαυτοῖς δύναμιν, [p. 6.477]   
[1] ἤτοι καθαρτικὴν, ἤ τι ποιεῖν ἄλλο πεφυκυῖαν. ἐφ᾽ ὡν οὐ   
[2] χρὴ ταῖς τῶν χυμῶν δυνάμεσιν ἀπιστεῖν, ὡς κατεργαζομέναις   
[3] ὃ φύσιν ἔχουσιν ἐνεργεῖν. ὲν ὅτῳ γὰρ ἂν ῇ στύφουσα ποιοί.   
[4] της, ὅσον ἐα΄ ἑαυτῇ, συνάγει τε καὶ σφίγγει, καὶ ψύχει τὰ   
[5] πλησιάζοντα σώματα. δυναται δὲ ἐνίοτε ταὐτὸ σῶμα τινὰ   
[6] μὲν θερμαίνοντα τῶν ἑαυτοῦ μορίων ὲχειν, τινὰ δὲ ψύχοντα,   
[7] καθάπερ ἐδείξαμεν ἐν τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμακων δυνὥ..   
[8] μεων, τῆς φύσεως οὕτως αὐτὰ μιξάσης, ὡς καὶ τῶν ἰατρῶν   
[9] ἔνιοι μιγνύουσιν ἐνίοτε τῶν ψυχόντων τινὶ πύρεθρον ἢ   
[10] πέπερι. ταῦτ᾽ οὑν, ὡς ἔφην ἐν τοῖς περὶ φαρμακων ὑπομνήμασιν,   
[11] ἐπιπλεῖστον ἐξειργασμένα, χρησιμώτατα τοῖς νῦν   
[12] διδασκομένοις ἐστίν. καὶ γὰρ αἱ κατὰ μέρος ἑκαστου τῶν   
[13] ἐσθιομένων σκευασίαι τοῖς ταῦτα προεγνωκοσιν εὑρίσκεται.   
[14] τευτλο[ed2page:6.306]φακῆν οὐν ημεῖς τε δίδομεν ἐνίοτε, καὶ πρὸ   
[15] ἡμῶν ὁ Ταραντῖνος Ἡρακλείδης ἐδίδου πολλάκις οὐ μόνον   
[16] ὑγιαίνουσιν ἀμέμπτως,- ἀλλὰ καὶ πάσχουσί τι. πρῶτον   
[17] μὲν οὐν ἐμβάλλομεν αὐτῇ πολλὰ τεῦτλα, δεύτερον δὲ [p. 6.478]   
[1] κατὰ τήν ἄρτυσιν ἤ ἁλων βραχὺ πλειόνων, ἢ γάρου   
[2] γλυκέος, ὑπακτικώτερον γὰρ οὕτως. εὶ δὲ μὴ, πτίσας τήν   
[3] φακῆν, ἑψήσας τε δὶς , ὡς ἀποχεῖν τὸ πρότερον ὕδωρ,   
[4] εἰῶ ὀλίγον μὲν ἁλῶν, ἤ γάρου μίξας, ἐπεμβαλεῖς τι βραχὺ   
[5] τῶν ἐφεκτικων γαστρὸς, ἤτοι ὄξος , ἄχρι του μηδὲ λυπῇσαι   
[6] τήν γεῦσιν , ἤδιστόν τε καὶ ὠφελιμώτατον ἂν ἐργάσαιο   
[7] φάρμακόν τε ἄμα καὶ σιτίον οὐκ ὀλίγοις τῶν διαῥῥοία   
[8] χρονίᾳ ἐνοχλουμένων. οὐκ ὀλίγοις δὲ εἰπον, ἃπασι φυλαξάμενος.   
[9] εἰπεῖν, ὅτι κᾷνταυθα διορισμῶν ἐστιν χρεία,   
[10] καθ᾽ οὑς αἱ διαθέσεις εὑρεθήσονται τῶν διαῥῥοῖζομένων   
[11] χρονίως. ὅλως γὰρ οὐδὲν οἱόν τέ ἐστιν τῆ πείρᾳ βασανίσαι   
[12] προσηκόντως ἄνευ τοῦ τῳ λόγῳ πρότερον εὑρεῖν   
[13] ἀκριβῶς τήν διάθεσιν, ῇ προσφέρεται τὸ βασανιζόμενον,   
[14] ἤτοι σιτίον, ἤ ποτὸν, ἤ φάρμακον. ὕλη γὰρ ἐστι βοηθημάτων   
[15] ἤ τῶν τοιούτων διαθέσεων γνῶσις, οὐκ αὐτῶν.   
[16] τῶν βοηθημάτων. ἐπεὶ δ᾽ ἀδύνατον ἄνευ τοῦ γιγνώσκειν   
[17] ἀκριβῶς τὰς δυνάμεις τῶν ὑλῶν, αίς χρωμεθα, βοηθεῖν [p. 6.479]   
[1] τοῖς δεομένοις αὐτῶν, ἀναγκαῖόν ἐστιν, ὡσπερ ἑτέρωθι περὶ   
[2] τῶν ὲν τοῖς φαρμάκοις δυνάμεων, ουτως ἐνταῦθα περὶ τῶν   
[3] ἐν τῆ τροφῆ διελθεῖν. ἢ γνῶσις δὲ αὐτῶν ἐν χρόνῳ   
[4] πολλῷ κατορθοῦται μόγις ἔκ τε τῆς διωρισμένης πείρας   
[5] και της τῶν ατμων τε και χυμων φυσεως, ους εχειν φαι-,   
[6] νεται τὰ δοκιμαζόμενα, καὶ προσέτι τῆς συστασεως, ἤν κέκτηται   
[7] κατά τε γλισχρότητα καὶ χαυνότητα, πίλησίν τε   
[8] καὶ κουφότητα καὶ βαρύτητα · ταύτα γὰρ απαντα συντελεῖ   
[9] πρὸς τὴν εὕρεσιν αὐτῶν, ὥστε κἂν εἰς ξένην χώραν   
[10] ἀφικόμενος ἴδης τι τῶν μή πρόσθεν ἑωραμένων σοι βρωμάτων,   
[11] ἔχειν ἀφορμὰς οὐκ ὀλίγας εἰς τήν τῆς δυνάμεως   
[12] αὐτῶν γνῶσιν. ἃ δὲ Μνησίθεος ἔγραψε περί τε ῥιζῶν   
[13] καὶ καυλῶν, καὶ φύλλων, καὶ καρπῶν, καὶ σπερμάτων, οὐ   
[14] πάνυ τι βεβαίαν ἔχει τήν διάγνωσιν, ἐὰν τη διωρισμένη   
[15] πείρᾳ κρίνης αὐτὰ , καθότι καὶ διὰ τῶν ἐφεξῆς ἔσται   
[16] δῆλον · ἔγνωκα γὰρ ὑπὲρ ἑκαστου (3Ο7) τῶν ἐδεσμάτων   
[17] ἰδίᾳ διελθεῖν. εἰ δὲ μακρότερος ὁ λόγος ἐστὶν ἢ ἔσεσθαι [p. 6.480]   
[1] μέλλει, δυνησόμεθα γοῦν αυθις αὐτὸν ἐν βραχεῖ περιλαβεῖν   
[2] ἑτέρῳ βιβλίῳ τινὶ μικροτέρῳ, χρησίμῳ τοῖς τεχνωθεῖσιν   
[3] ἐσομένῳ · μόνη γὰρ ἡ κατὰ διέξοδόν τε ἄσκησις καὶ   
[4] διδασκαλία τεχνίτας ἀπεργάζεται. καὶ διὰ τοῦτό μοι δοκοῦσι   
[5] καλῶς οἱ πολλοὶ λέγειν, ἀρίστην εἰναι διδασκαλίαν   
[6] τὴν παρὰ τῆς ζώσης φωνῆς γιγνομένην, ἐκ βιβλίου δὲ μήτε   
[7] κυβερνήτην τινὰ γιγνομενον ἰδέσθαι, μητε ἄλλης τέχνης   
[8] ἐργάτην · ὑπομνήματα γαρ ἐστι ταῦτα τῶν προμεμαθηκότων,   
[9] οὐ διδασκαλία τελεία τῶν ἀγνοουντων. εἴ γε μὴν   
[10] ἐθέλοιέν τινες καὶ τούτων, ὅσοι , διδασκάλων ἀποροῦσιν,   
[11] ἐντυγχάνειν ἐπᾳιελως τοῖς σαφῶς τε καὶ κατὰ διέξοδον,   
[12] ὁποίαν ἡμεῖς ποιουμεθα, γεγραμμένοις, ὀνήσονται μεγάλως,   
[13] καὶ μάλιστα ἐὰν πολλάκις ἀναγινώσκειν αὐτὰ μὴ   
[14] ὀκνῶσιν.

### [chapter:2]

[15] [ed2page:6.309] Εἰκότως μοι δοκοῦσιν οἱ πλεῖστοι τῶν   
[16] ἰατρῶν ἀπὸ πυρῶν ἄρξασθαι τῆς προκειμένης διδασκαλίας,   
[17] ἐπειδή πολυχρησιμώτατον καὶ πολυχρηστότατόν ἐστι τοῦτο   
[18] τὸ σπέρμα τοῖς τε Ἕλλησιν ἅπασι καὶ τῶν βαρβάρων [p. 6.481]   
[1] τοῖς πλείστοις. εἰσὶ δὲ αὐτῶν τροφιμώτατοι μὲν οἱ πυκνοὶ:   
[2] καὶ πεπιλημένην ἔχοντες ὅλην τὴν οὐσίαν, ὡς μόγις ὑπὸ   
[3] τῶν ὀδόντων διαιρεῖσθαι · πλείστην γὰρ οὔτοι τροφήν δι-.   
[4] δόασι τοῖς σώμασιν ἐξ ὅγκου βραχέος. οἱ ἐναντίοι τούτοις,   
[5] ῥᾳδίως μὲν ὑπὸ τῶν ὀδόντων θραυόμενοι, μετὰ δὲ τὴν   
[6] θραῦσιν ἀραιοὶ καὶ χαῦνοι φαινόμενοι, βραχεῖαν διδόασι   
[7] τροφὴν ἐξ ὄγκου πολλοῦ. εἰ δὲ καὶ στῆσαι βουληθείης   
[8] ἑκατέρων ἴσον ὄγκον, εὑρήσεις βαρυτέρους πολλῷ τοὺς πυκνούς.   
[9] οὔτοι δ᾽ εἰσὶν τῇ χρόᾳ τῶν χαύνων ξανθότεροι.   
[10] βασανίζειν δὲ χρὴ τήν φύσιν αὐτῶν, οὐχ ἁπλῶς ἐπιὰκοποῦνἹας   
[11] τὴν ἒξωθεν ἐπιφάνειαν, ἀλλὰ καὶ διαιροῦντας καὶ   
[12] θραύοντας, καθάπερ εἴρηται · πολλοὶ γὰρ έξωθεν ὑπόξανθοί   
[13] τε καὶ πυκνοὶ φαινόμενοι τὰ ἔνδον ἑαυτῶν ὡφθησαν ἀραιοί   
[14] τε καὶ χαῦνοι καὶ λευκοί. πλεῖστον οὑν οὔτοι πίτυρον   
[15] ἔχουσιν, καὶ εἴ τις αὐτῶν ἀλεσθέντων ὑποσείσας τὸ λεπτά-,   
[16] τατον ἄλευρον ἄρτους ἐκ τοῦ λοιποῦ ποιήσαιτο τοὺς πιτυρίας   
[17] ὀνομαζομένους, ὀλιγοτρόφων μὲν αὐτῶν πειράσεται,   
[18] περίττωμα δ᾽ ἐργαζομένων ἐν τῇ γαστρὶ πολύ, καὶ διά [p. 6.482]   
[1] τοῦθ' ὑπερχομένων ῥᾳδίως. ἄμα δὲ καὶ διὰ τὸ ῥυπτικῆς   
[2] μετέχειν οὐσίας τό πίτυρον εἰκότως ἢ διαχώρησις αὐτῶν   
[3] γίγνεται ταχεῖα, πρὸς τὴν ἔκκρισιν ἐρεθιζομένων τῶν ἐντέρων.   
[4] οἱ δὲ ἐναντίοι τούτοις εἰσὶ μὲν ἀκριβῶς καθαροὶ,   
[5] πλεῖστον ἄγοντες σταθμὸν ἐπ΄. ὄγκῳ βραχεῖ, διαχωροῦσι δὲ   
[6] πάντων τῶν ἄρτων βραδύτερον. θεάση γε μήν καὶ τὸ σταῖς   
[7] αὐτῶν γλίσχρον ἱκανῶς, ὡς ὲπιπλεῖστον ἕλκεσθαι μὴ διασπώμενον,   
[8] ὅπερ ἴδιόν ἐστι γλίσχρου σώματος. εἰκότως τοί-.   
[9] νυν οὔτοι μὲν καὶ ζύμης πλείονος χρήζουσι, καὶ μαλαχθῆναι   
[10] δέονται πάντων μᾶλλον , καὶ οὐκ εὐθὺς μετὰ τὴν ζύμην καὶ   
[11] τὴν μάλαξιν ὀπτᾶσθαι· τοῖς πιτυρίαις δὲ ἀρκεῖ καὶ ζύμη   
[12] βραχεῖα, καὶ μάλαξις ἀσθενής, καὶ χρόνος ὀλίγος. οὔτως   
[13] δὲ καὶ τῆς ὀπτήσεως μακροτέρας μὲν οἱ καθαροὶ, βραχυτέρας   
[14] δὲ οἱ πιτυρίαι δέονται. τὸ μεταξὺ δὲ τῶν   
[15] καθαρωτάτων τε καὶ ῥυπαρωτάτων οὐκ ὀλίγον ἐστὶ πλάτος   
[16] ἐν τῷ μαλλόν τε καὶ ἦττον, ἐνίων μὲν καθαρῶν,   
[17] ἐνίων δὲ ῥυπαρῶν ὀνομαζομένων καὶ κατὰ ἀλήθειαν   
[18] ὄντων. ἔστι δέ τι καὶ μέσον ἀκριβῶς αὐτῶν εἰδος ἄρτων, [p. 6.483]   
[1] οἱ αὐτόπυροι προσαγορευόμενοι συγκομιστοὶ δὲ αὐτοὺς   
[2] ἐκάλουν οἱ παλαιοὶ τῶν ἰατρῶν. ὅτι μὲν οὖν ἐξ ἀδιακρίτων   
[3] ἀλεύρων οὔτοι γίνονται, μὴ διαχωριζομένου τοῦ πιτυρὡδους   
[4] ἀπὸ τοῦ καθαροῦ, πρόδηλον. ἐντεῦθεν γοῦν αὐτοῖς   
[5] ἔθεντο καὶ τὰς προσηγορίας · αὐτοπυρους μὲν, ἐπείπερ   
[6] ὅλος αὐτὸς ὁ πυρὸς ἀδιακρίτως ἀρτοποιεῖται, συγκομὥτους   
[7] δὲ, ὅτι συγκομίζεται, σκευαζομένων αὐτῶν, ἂπαν ἀδιάκριτον   
[8] τὸ ἄλευρον. ἀλλὰ καὶ αὐτῶν τουτων, ἐν τῷ μέσῳ δοκούντων   
[9] ἀκριβῶς τετάχθαι τῶν τ᾽ ἐκ τοῦ πιτύρου καὶ τῶν   
[10] ἄκρως καθαρῶν ἄρτων, οὐ σμικρὰ διαφορὰ παρὰ τὴν τοῦ   
[11] πυροῦ φύσιν ἐστίν. ἐκ μὲν γὰρ θῶν πυκνῶν πυρῶν καὶ   
[12] βαρέων ἀμείνους , ἐκ δὲ τῶν χαυνων τε καὶ κούφων   
[13] ἄρτοι φαυλότεροι γίνονται. καὶ παρά γε τοῖς Ῥωμαίοις,   
[14] [ed2page:6.310] ὥσπερ οὐν καὶ παρὰ τοῖς ἄλλοις σχεδὸν ἃπασιν, ὧν   
[15] ἄρχουσιν, ὁ μὲν καθαρώτατος /ἄρτος ὀνομάζεται σιλιγνίτης,   
[16] ὁ δὲ ἐφεξῆς αὐτῶν σεμιδαλίτης. ἀλλ᾽ ἡ μὲν   
[17] σεμίδαλις Ἑλληνικόν [τε καὶ παλαιὸν ὄνομά ἐστιν, σιλίγνις   
[18] δὲ οὐχ Ἑλληνικόν μὲν, ἑτέρως δὲ αὐτήν ὁνομάζέιν [p. 6.484]   
[1] οὐκ ἐχω. τροφιμώτατος μὲν οὗν ὁ σιλιγνίτης αὐτῶν,   
[2] ἐφεξῆς δὲ ὁ σεμιδαλίτης, καὶ τρίτος ὁ μέσος τε καὶ συγκόμιστος,   
[3] ὁ καὶ αὐτοπυρίτης · ἐα΄ ᾦ τέταρτόν ἐστιν τὸ τῶν   
[4] ῥυπαρων εἰδος, ῶν ἔσχατος ὁ πιτυρίας, ὅς δὴ καὶ ἀτροφὡτατός   
[5] ἐστιν, καὶ μάλιστα τῶν ἄλλων ὑπέρχεται κατὰ γα᾽   
[6] στέραι πεφθῆναι δὲ ἄριστοι τῶν ἄρτων εἰσὶν οἱ μάλιστα   
[7] ἐζυμωμένοι καὶ κάλλιστα τετριμμένοι, ἀπὸ συμμέτρου πυρὸς   
[8] ἐν κλιβάνῳ τὴν ὄπτησιν ἐσχηκότες. τὸ μὲν γὰρ πλεῖον πυρ   
[9] εὐθύς ἐν τῆ πρώτη προσβολῇ τὴν ἐκτὸς ἐπιφάνειαν περικαῖον   
[10] ἀποστρακίζω, καὶ συμβαίνει κατ᾽ ἄμφω μοχθηρὸν   
[11] γίνεσθαι τὸν ἄρτον, ὠμὸν μὲν καὶ ἀκατέργαστον ἔχοντα   
[12] τὸ ἔνδον, ὑπερωπτημένον δὲ καὶ ξηρὸν καὶ ὀστρακῶδες   
[13] εχοντα το εξω το οε ελαττον του συμμετρου πυρ   
[14] οὐ κατεργάζεται καλῶς τὸν ἄρτον, ἀλλ᾽ ὠμότερον ἀπολεῖπει   
[15] καὶ μάλιστα τὸ ἔνδον ἃπανι ὅσοι δ᾽ ἂν ἐν συμμέτρῳ   
[16] πυρὶ πλείονι χρόνῳ δί ὅλων ἑαυτῶν ;ὁμαλῶς ὀπτηθῶσιν,   
[17] οὔτοι καὶ πέττονται κατὰ τὴν γαστέρα κάλλιστα, καὶ πρὸς [p. 6.485]   
[1] τὰς ἑξῆς ἐνεργείας, ὅσαι μετὰ τὴν πέψιν εἰσὶν, ἐπιτηδειότατοι   
[2] γίνονται. χείριστοι δὲ τῶν ἄρτων εἰσὶ δηλονότι, ὅσοις οὐδὲν   
[3] τῶν προειρημένων ὑπάρχει. τῶν δ᾽ ἄκρων ἐν αὐτοῖς ἀρετῇ   
[4] καὶ κακίᾳ διωρισμένων, οὐδέν ἐστι χαλεπόν αὐτῷ τινι καὶ   
[5] χωρίς ἡμῶν ἐπινοεῖν, ἐνίους μὲν τῶν ἄρτων εγγυς ειναι   
[6] τῶν ἀρίστων ἤ χειρίστων, ἐνίους δὲ ἀποκεχωρηκέναι πορῥωτέρω,   
[7] καί τινας ἄλλους, ὡς εἴρηται, κατὰ το μέσον   
[8] ἀμφοῖν τετάχθαι. καθάπερ οὖν ἐπὶ τοῦ μέλιτος ἔμπροσθεν   
[9] εἰρήκαμεν, ουχ απλως ἀποφαίνεσθαι δεῖν, ἀγαθὸν ἤ   
[10] φαῦλον εἷναι προς υγείαν, αλλὰ φλεγματικὰ μὲν φύσει,   
[11] τουτεστιν ὑγροτέρᾳ τε καὶ ψυχροτέρᾳ τοῦ εὐκράτου, χρήσιμον   
[12] ὑπάρχειν αὐτο, κᾳν εἰ ψυχροτέρα δὲ μόνον ειη τις ανευ   
[13] πολλῆς ὑγρότητος, ἤ ὑγροτέρα ανευ πολλῆς ψύξεως, ου μην   
[14] ταῖς γε θερμαῖς κράσεσιν, οὐδὲ τούτων ἔτι μᾶλλον ταῖς   
[15] θερμαῖς τε και ξηραῖς ἁρμόττειν αὐτο , οὕτω καὶ τῶν ἂρτων   
[16] αθλητη μὲν ἐπιτήδειος ὁ μήτε πάνυ καλῶς ῶπτημένος,   
[17] μήτε ζύμην εχων πολλὴν, ἰδιώτῃ δὲ καὶ πρεσβύτῃ [p. 6.486]   
[1] ὁ κάλλιστα μὲν ἐν κλιβάνῳ, ζύμης δὲ μετέχων πολλῆς,   
[2] ὅ γε μὴν τελέως ἄζυμος οὐδενὶ χρήσιμος, εἰ δὺ καὶ τυροῦ   
[3] προσλάβοι, καθαπερ ἐν τοῖς ἀγροῖς παρ ἡμῖν εἰώθασι   
[4] σκευάζειν ἑορτάζοντες, οὕς αὐτοὶ προσαγορεύουσιν ἀζύμους,   
[5] ἑτοίμη. βλάβη πᾶσι, κἂν ἰσχυρότατοί τινες [ed1page:4.308] ὧσιν τήν   
[6] ἕξιν τοῦ σώματος, οίόν περ οἱ γενναιότατοι τῶν θεριστῶν   
[7] καὶ τῶν σκαπανέων εἰσίν · οὔτοι γὰρ ὁρῶνται καὶ τῶν βαρέων   
[8] ἀθλητῶν μᾶλλον πέττοντες τοὺς ἀζύμους ἄρτους,   
[9] ὥσπερ γε καὶ κρέα βόεια καὶ τράγεια. τί γὰρ ἔτι δεῖ   
[10] μεμνησθαι προβατείων ἢ αἰγείων ἐπὶ τούτοις; ἐν Ἀλεξανἀρείᾳ   
[11] δὲ καὶ τὰ τῶν όνων κρέα ἐσθίουσιν · εἰσὶ δὲ οἵ καὶ   
[12] τά τῶν καμήλων · εἰς γὰρ τὴν πέψιν αὐτων συντελεῖ μέν   
[13] τι καὶ τὸ ἔθος, οὐχ ἤκιστα δὲ καὶ ἡ βραχύτης τῶν προσφερομένων,   
[14] καὶ ἡ τοῦ σώματος ὄλου κένωσις ἐξ ἀνάγκης   
[15] ἑπομένη τοῖς δῶ ὅλης ἡμέρας ταλαιπωροῦσι κατὰ τὰς οἰκείας   
[16] ἐνεργείας. ἀναρπαζουσι γὰρ αἱ κεναὶ σαρκες ἐκ τῆς γαστρὸς   
[17] [ed2page:6.311] οὐ μόνον ἡμίπεπτον, ἀλλὰ παὶ παντάπασιν ἄπεπτον [p. 6.487]   
[1] ἐνίοτε χυμὸν, ὅταν ἐπὶ σιτίοις πονῶσι· καὶ διὰ τοῦτο   
[2] νόσους χαλεπωτάτας ὕστερον οὗτοι νοσοῦσιν καὶ πρό γήρως   
[3] ἀποθνήσκουσιν. καὶ ταῦτα ἀγνοοῦντες οἱ πολλοὶ μακαρίζουσιν   
[4] αὐτῶν τὴν ἰσχύν τοῦ σώματος, ὁρῶντες ἐσθίοντάς το   
[5] καὶ πέττοντας, ἃ μηδεὶς ἡμῶν δύναται προσενέγκασθαι καὶ   
[6] πέψαι. ἐπεὶ δὲ καὶ τοῖς πολλοῖς ταλαιπωρηθεῖσιν ὕπνοι   
[7] βαρύτεροι γίγνονται, καὶ τοῦτ αὐτοῖς μειζόνως πρὸς τὰς   
[8] πέψεις συντελεῖ, διὰ τοῦθ᾽ ἦττον ὑπὸ τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων   
[9] βλάπτονται · εἰ δ᾽ ἀναγκασεις αὐτοὺς ἀγρυπνῆσαι   
[10] πλείοσιν ἐφεξῆς νυξὶν, αὐτίκα νοσοῦσιν. ἐκεῖνοι μὲν οὑν ἐν   
[11] τοῦτο μόνον ἀγαθὸν ἔχουσιν εἰς πέψιν τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων   
[12] · οἱ δὲ ἀθληταὶ τροφὰς μὲν εὐχυμοτάτας λαμβάνουσιν,   
[13] ἀλλὰ παχεῖς καὶ γλίσχρας οἷ γε βαρεῖς αὐτῶν · ὀνομύζουσιν   
[14] δ᾽ οὕτω μάλιστα μὲν τούς παλαιστὰς, ἤδη δὲ καὶ   
[15] τοὺς παγκρατιαστάς τε καὶ πύκτας. ἐπεὶ γὰρ ἤ παρασκευὴ   
[16] πάσα πρὸς τούς ἀγῶνας αὐτοῖς ἐστιν, ἐν οἷς ἐνίοτε δέ ὅλης   
[17] ἡμέρας παλαίειν ἤ παγκρατιάζειν ἀναγκάζονται, διὰ τοῦτο [p. 6.488]   
[1] δέονται τροφῆς δυσφθάρτου τε καὶ δυσδιαφορήτου. τοιαύτη   
[2] δέ ἐστιν ἢ τῶν παχέων καὶ γλίσχρων χυμῶν · ὁποία μάλιστά   
[3] ἐστιν ἤ τε ἐκ τῶν χοιρείων κρεῶν καἴ τῶν, ὡς   
[4] εἴρηται, σκευαστῶν ἄρτων, οὕσπερ οἱ νομίμως ἀθλοῦντες   
[5] ἐσθίουσιν μόνοι. καὶ εἴπερ ἰδιώτης ἀγύμναστος ἐν τῇ   
[6] αὐτῇ τροφῇ διατρίψειεν, νοσήσει τάχιστα νόσημα πληθωρικὸν,   
[7] ὡσπερ γε καὶ εἰ γυμναζόμενος ἄνθρωπος ἐπὶ λαχάνοις.   
[8] καὶ χυλῷ πτισάνης διαιτῷτο, καταφθείρειεν ἂν ἐν τάχει   
[9] καὶ τρυχώσειεν τὸ πὰν σῶμα. χυμὸς δὲ [πλεονάζει ἐκ   
[10] τῶν τοιούτων ἄρτων, οἷς ἔφην χρῆσθαι τούς ἀθλητὰς, εἴ   
[11] τις ἡμῶν τῶν πολλῶν ἐσθίει, γίνεται παχύς καὶ ψυχρὸς,   
[12] ὁποῖον ἰδίως ὀνομάζειν εἰθίσμεθα τὸν ὠμὸν χυμόν. ἔστι   
[13] μὲν οὗν καὶ τοῦ φλέγματος χυμὸς ὠμός τε καὶ ψυχρὸς, ἀλλ᾽   
[14] οὐ παχύς, ὡς ἂν ὑγρότητά τε πολλὴν ἔχων καὶ πνεῦμα φυσῶδες·   
[15] ὁ δὲ ὠμὸς χυμὸς ἰδίως ὀνομαζόμενος τοιοῦτός   
[16] ἐστιν, ὁποῖον φαίνεται τὸ τοῖς οὔροις ὑφιστάμενον ἐνίοτε   
[17] πύῳ παραπλήσιον. ἀλλὰ δυσῶδες μέν ἐστι καὶ γλίσχρον   
[18] τὸ πύον, ὁ δ᾽ ὠμός ἔοικεν αὐτῷ κατά τε τὸ πάχος καὶ [p. 6.489]   
[1] τὴν χρόαν μόνον, οὔτε δυσώδης ὧν, οὔτε γλίσχρος. οὐ μὴν   
[2] τοῖς γε πυρέττουσιν ἐξ ὠμῶν πλήθους μονίας υφίσταται   
[3] τοῖς οὔροις, ὁποῖον εἰπον, ἀλλὰ τοῖς ὑγιαίνουσιν, οσοι ταλαιπωρούμενοι   
[4] σιτία σκληρὰ καὶ δυσκατέργαστα προσφέρονται.   
[5] περὶ μὲν οὐν τῶν ἄλλων αὐθις εἰρησεται, περὶ δὲ   
[6] τῶν ἄρτων, ἐπειδὴ περὶ τούτων προυκειτο πρῶτον ημἀς διελθεῖν,   
[7] εἴπωμεν ἤδη πρὸς τοῖς παρ᾽ ἡμῶν εἰρημένοις καὶ   
[8] ταῦτα. κάλλιστοι μὲν αὐτῶν εἰσιν οἱ κλιβανῖται, καθ᾽ ὅν   
[9] εἴρηται τρόπον ὠπτημένοι τε καὶ προπαρεσκευασμένοι πρὸς   
[10] τὴν ὄπτησιν · ἐφεξῆς δὲ αὐτῶν οἱ ἰπνῖται, τὴν αὐτὴν ἐσχηκότες   
[11] δηλονότι παρασκευήν · ἐπεὶ δ᾽ οὐχ ὁμοίως ὀπτῶνται   
[12] τὰ διὰ βάθους τοῖς κλιβανίταις, διὰ τοῦτο αὐτῶν ἀπολείπονται.   
[13] οἱ δ᾽ ἐπὶ τῆς ἐσχάρας ὀπτηθέντες, ἢ κατὰ θερμὴν   
[14] τέφραν, ἤ τῳ τῆς ἑστίας ὀστράκῳ καθάπερ κλιβάνῳ   
[15] κεχρημένοι μοχθηροὶ πάντως εἰσὶν, ἀνωμάλως διακείμενοι ·   
[16] τὰ μὲν γὰρ ἐκτὸς αὐτῶν ὑπεροπτᾶται, τὰ δὲ διὰ βάθους   
[17] ἐστὶν ὠμά. τοῖς δὲ ἐγκρυφίαις ὀνομαζομένοις ἀπὸ; τοῦ   
[18] κατὰ τήν τέφραν ἐγκρυβέντας ὀπτᾶσθαι προσδίδωσί τι καὶ [p. 6.490]   
[1] ἡ τέφρα μοχθηρόν · ὥστε κινδυνεύουσιν οὗτοι ἁπάντων ἄρτων   
[2] εἶναι χείριστοι κατά γε τὴν τῆς [ὀπτήσεως ἰδέαν ἐπὶ   
[3] πᾶσιν τοῖς ἄλλοις ὡσαύτως καλ προυπάρχουσιν. [ed2page:6.312] δεῖ   
[4] γὰρ ἑκάστοτε περὶ τῶν προκειμένων ἀκούειν οὕτως, ὡς κατ   
[5] ἐκεῖνα μονον ἐξηλλαγμένων τῶν παραβαλλομένων ἀλλήλοις ·   
[6] ὡς εἴ γε κατὰ πολλοὺς τρόπους διαφέροντα παραβάλληται,   
[7] τὰ καθ᾽ ἕκαστον αὐτῶν ἰδίᾳ λελεγμένα πάντα ἕξουσιν   
[8] ἡθροτσμεψα. περὶ μὲν οὑν τῆς κατὰ ἄρτους διαφοράς αὥ   
[9] ταρκως εἴρηται.

### [chapter:3]

[10] Περὶ δὲ τῶν ἄλλων πεμμάτων, ὅσα σκευάζουσιν   
[11] ἐξ ἀλευρου πυρίνου, καιρὸς ἂν εἴη λέγειν. οἱ μὲν   
[12] ουν ταγηνῖται παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ὀνομαζόμενοι, παα΄ ἡμῖν   
[13] δὲ τοῖς κατὰ τὴν Ἀσίαν Ἕλλασι τηγανῖται σκευάζονται δῶ   
[14] ἐλαίου μόνου. βάλλεται δὲ το μὲν ἔλαιον μόνον εῖς τήγανον   
[15] ἐπικείμενον ἀκάπνῳ πυρὶ, καταχεῖται δὲ αὐτῷ θερμανῇ   
[16] θέντι τὸ τῶν πυρῶψ ἄλευρον, ὕωδατι δεδευμένον πολλῷ.   
[17] διὰ ταχέων ουν ἑψόμενον αὐτῷ τῷ ἐλαίῳ .συνίσταται κατ [p. 6.491]   
[1] παχύνεται παραπλησίως ἁπαλῷ τυρῷ, τῷ κατὰ τοὺς ταλάρους   
[2] πηγνυμένῳ. τηνικαῦτα δὲ ἤδη καὶ στρέφουσιν αὐτὸ οἱ   
[3] σκευάζοντες , αὐτοῦ τὴν μέν ἄνωθεν ὲπιφανειαν ἐργαζόμενσι   
[4] κάτωθεν, ὡς ὁμιλεῖν τῷ τηγάνῳ, τὸ δ᾽ αὐτάρκως   
[5] ἐψημένον, ὅ κάτωθέν ἢν πρότερον, εὶς ὕψος ἀνάγοντες, ὡς   
[6] ἐπιπολῆς εἰναι, κἀπειδὰν ἤδη καὶ τὸ κάτω παγῇ, στρέφουσιν   
[7] αὐθις αὐτὸ δῶ που καὶ τρὶς γ αχρι περ ἂν ὅλον   
[8] ὁμαλῶς αὐτοῖς ἑψῆσθαι δόξῃ. εὔδηλον οὑν, ὅτι παχύχυμόν   
[9] τε τοὐἔ ἔστι ειαὶ σταλτικὸν γαστρός καὶ χυμῶν ὠμῶν   
[10] γεννητικόν. διὸ καί τινες αὐτῷ μιγνύουσι μέλιτος, εἰσὶ   
[11] δ᾽ οἷ καὶ τῶν θαλασσίων ὰλων. εἴη δ᾽ ἃν ἤδη τοῦτό γε   
[12] πλακοῦντός τι γένος, ἢ εἰδος, ἤ ὅπως ἂν ὀνομάζειν ἐθέλοις,   
[13] ὥσπερ καὶ ἄλλα τινά πλακούντων εἴδη συντιθέασιν   
[14] αὐτοσχεδίως οἷ τε καθ ἀγρὸν ἄνθρωποι καὶ τῶν κατὰ   
[15] πόλιν οἱ πενέστατοι. τοιγαρουν καὶ οσα διὰ κλιβάνου τῶν   
[16] ἀζύμων πεμμάτων ὀπτῶσιν, εἰῶ; ἀφελόντες ἐμβάλλουσιν   
[17] εὐθέως εἴς μέλι θερμὸν, ὡς δέξασθαι δέ άλων ἑαυτῶν [p. 6.492]   
[1] αὐτὸ , καὶ ταῦτα πλακοῦντός τι γένος ἐστὶν, καὶ τὰ διὰ τῶν   
[2] ἰτρίων σκευαζόμενα μετὰ . μέλιτος πάντα.

### [chapter:4]

[3] Διττὸν δὲ τῶν ἰτρίων τὸ εἶδος, ἄμεινον   
[4] μὲν, ὅ καλοῦσι ῥυηματα, φαυλοτερα δὲ τὰ λάγανα. πάντα   
[5] οὐν, ὅσα διὰ τούτων τε καὶ σεμιδάλεως συντίθεται, παχύχυμά   
[6] τέ ἐστι καὶ βραδύπορα, καὶ τῶν καθ᾽ ἡπαρ διεξάδων   
[7] τῆς τροφῆς ἐμφρακτικὰ , καὶ σπληνὸς ἀσθενοῦς   
[8] αὐξητικὰ, καὶ λίθων ἐν νεφροῖς γεννητικὰ, τρόφιμα δὲ   
[9] ἱκανῶς, [ed1page:4.309] εἰ πεφθείη τε καὶ καλῶς αἱματωθείη. τὰ   
[10] δὲ σύν μέλιτι σκευαζόμενα μικτῆς γίνεται δυνάμεως,   
[11] ὧς ἂν τοῦ μέλιτος αὐτοῦ λεπτὸν ἔχοντος χυμὸν, ὅσοις   
[12] α΄ ἂν ὁμιλήση, καὶ ταῦτα λεπτύνοντος. εἰκότως οὑν, ὅσα   
[13] μέλιτός τε πλεῖον ἐν τῇ σκευασίᾳ προσείληφε καὶ τὴν   
[14] ἔφησιν ἔσχηκε μακροτέραν, ἦττόν τ᾽ ἐστὶ βραδύπορα καὶ   
[15] μικτὸν χυμὸν γεννᾷ ἐκ λεπτοῦ τε καὶ παχέος, . [ed2page:6.313] ἤπατι   
[16] δὲ καὶ νεφροῖς καὶ σπληνὶ γ τοῖς μὲν ὑγιεινοῖς   
[17] ἀμείνω τῶν χωρὶς μέλιτος σκευασθέντων, ἐμφράξεως δὲ [p. 6.493]   
[1] ἀρχὴν ἔχουσιν ἤ φλεγμαίνουσιν ἤ σκιρουμένοις οὐδὲν   
[2] ἦττον ἐκείνων, ἀλλ᾽ ἔστιν ὅτε καὶ μᾶλλον βλαβερὰ, καὶ   
[3] πολλῷ μάλιστα πάντων, ῶν γλίσχρον ἱκανῶς ἐστι τὸ ἄλευρον.   
[4] ὁ γὰρ ἐξ αὐτῶν χυμὸς οὐ μόνον ἰσχόμενος ἰέναι   
[5] πρόσω διὰ πάχος κωλύεται, ἀλλὰ καὶ περιπλαττόμενος ὲῖδοθεν   
[6] τοῖς στενοῖς πέρασι τῶν ἀγγείων ἔμφραττεται δυσαπολύτως.   
[7] καὶ βάρους γε τὸ βλαβὲν οὕτω σπλάγχνον αἴσθησιν   
[8] ἐργάζεται τοῖς πάσχουσιν, της ἑκτῶν λεπτυνόντων. ἐδεσμάτων   
[9] τε καὶ πομάτων ἐπικουρίας δεομενον. εἴρηται δὲ ἑτέρωθι καθ᾽   
[10] ἕν γράμμα περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης. θώρακά γε μὴν   
[11] οὐδὲν οὐδὲ πνεύμονα βλάπτει τῶν οὕτως σκευασθέντων.   
[12] ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν τόν παχύν καὶ γλίσχρον χυμὸν γεννώντων   
[13] ἐδεσμάτων εἰρήσεται καὶ αύθτς· ὁ δὲ νῦν ἐνεστηκῶς   
[14] λόγος ἀξιοῖ σε τἄλλα διὰ μνήμης ἔχειν, α μέχρι δεῦρο   
[15] διῆλθον , καὶ μάλιστα πάντων αὐτῶν ὑπὲρ τῆς τῶν ἄρτων   
[16] δυνάμεως, ἐπεὶ διὰ παντὸς αὐτοῖς χρωμεθα. καὶ χεῖρόν γε   
[17] οὐδὲν ἀναλαβεῖν τὰ κεφάλαια τῶν ἐα΄ αὐτοῖς ῥηθέντων: [p. 6.494]   
[1] ἄριστος μὲν σύν ἐστιν ἄρτος εἰς ὑγείαν ἀνθρώπῳ, μήτε νέῳ,   
[2] μήτε γυμναζομένῳ, ὁ πλεῖστον μὲν ζύμης ἔχων, πλεῖστον δὲ   
[3] ἁλῶν, ἐπὶ πλεῖστον δὲ ὑπὸ τοῦ τεχνίτου, πρὶν πλάσασθαι   
[4] καὶ ὀπτᾶσθαι, κατειργασμένος, ὠπτημένος τε ἐν κλιβάνῳ   
[5] συμμέτρως θερμῷ, καθότι πρόσθεν εἴρηται. κρίσις μὲν   
[6] οὑν τοῦ πλείστου κατὰ τὴν ζύμην καὶ τούς ἄλας η γεῦσις   
[7] ἔστω σοι· τὸ γὰρ ἤδη λυποῦν ἐν τῇ τούτων πλείονι μίξει   
[8] μοχθηρόν. εἰς., ὅσον οὖν ἡ γεῦσις οὐδέπω γνωρίζει τὴν ἐκ   
[9] τῆς μίξεως ἀηδίαν , εἰς τοσοῦτον βέλτιόν ἐστιν αὐξάνειν   
[10] αὐτῶν τὸ πλῆθος.

### [chapter:5]

[11] Ὅσοι δετὸν πλυτόν ἄρτον ἐπενόησαν σκευα΄..   
[12] ζειν, ἀτροφώτερον μὲν εὗρον ἔδεσμα, πεφευγὸς α΄ ὡς οἷόν   
[13] τε μάλιστα τήν ἐκ τῆς ἐμφράξεως βλάβην. ἤκιστα γὰρ ὁ ᾽   
[14] ἄρτος οὕτος ἔχει τὸ παχὺ καὶ γλίσχρον, ὡς ἀερωδέστερος   
[15] ἀντὶ γεωδεστέρου γεγονὼς. ὁρᾶται δ᾽ ἡ κουφότης αὐτοῦ   
[16] διά τε τοῦ σταθμοῦ κὰκ τοῦ μὴ δύεσθαι καθ ὕδατος,   
[17] ἀλλ᾽ ἐποχεῖσθαι τρόπῳ φελλοῦ. ἑψοντων δὲ παρ ἡμῖν ἐν   
[18] τοῖς ἀγροῖς πολύ ἄλευρον πυροῦ μετὰ γάλακτος, ἰστέον καὶ [p. 6.495]   
[1] τοῦτο τὸ ἔδεσμα τῶν ἐμπλαττόντων ὑπάρχειν. ωσπερ ουν   
[2] εὔχυμά τε καὶ τρόφιμα πάντα ἐστὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ἔδεσμάτῶν,   
[3] οὕτω βλάπτει τούς διηνεκῶς αὐτοῖς χρωμένους, ἐμφράξεις   
[4] τε ποιούμενα καθ᾽ ἡπαρ καὶ λίθους ἐν νεφροῖς   
[5] γεννωντα. τοῦ μὲν γὰρ ὠμοῦ χυμοῦ προσλαβόντος τὁ   
[6] γλίσχρον, ὅταν αἱ κατὰ τούς νεφροὺς διέξοδοι στενότεραί   
[7] ὠσί τισιν ὑπάρχουσαι φύσει, χρονίζον αὐτόθι τὸ παχύτατόν   
[8] τε καὶ γλίσχρον ἕτοιμόν ἐστι γεννῆσαι πῶρον, ὁποῖος τοῖς   
[9] ἀγγείοις, οὕς τὸ ὕδωρ θερμαίνομεν, ἐπιτρέφεται, καὶ τοῖς   
[10] λίθοις περιπήγνυται κατὰ πολλὰ τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων θερμῶν.   
[11] συντελεῖ δὲ εἰς τοῦτο μάλιστα καὶ ἡ τῶν νεφρῶν   
[12] αὐτῶν κρᾶσις, ὅταν οἷον πυρῶδές τε καὶ δριμὺ τὸ κὰθ   
[13] αὐτούς ᾖ θερμόν. ἐκ τούτου δὲ τοῦ γένους εἰσὶ καὶ οἐ   
[14] τοῖς ἀρθριτικοῖς γενόμενοι πῶροι. ῥεῖ γὰρ ἀεὶ τὸ περιττεῦον   
[15] ἐν τῳ σώματι πᾶν εἷς τοὺς ἀσθενεστάτους τόπους;   
[16] ἐργάζεταί τε ἐν αὐτοῖς πάθος κατὰ τὴν αὑτοῦ φύσιν.   
[17] εἰρήσεται δὲ αὑθις ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ περὶ   
[18] πάσης αὐτοῦ τῆς χρήσεων ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν παχυνόντων [p. 6.496]   
[1] ἐδεσμάτων, ἐπειδὴ καὶ ἄλλα τινὰ τῆς τοιαύτης ἐστὶ   
[2] δυνάμεως.

### [chapter:6]

[3] [ed2page:6.314] Τοῦ γένους τῶν πυρῶν ἐστιν ὁ χόνδ·ρος   
[4] , ἱκανῶς τρόφιμόν τε καὶ γλίσχρον ὲχων χυμὸν, ἐάν τε   
[5] ἐν ὺδατι μόνον ἑψηθὲν λαμβάνηται δύ οἰνομέλιτος, ἤ οἴνου   
[6] γλυκέος, ἤ καὶ στύφοντος, (ἴδιος γὰρ ἕκαστος καιρὸς τῆς   
[7] χρήσεως) ἐάν τε τορυνηθὲν μεθ ἐλαίου καὶ ἁλῶν. ἐμβάλλεται   
[8] δέ ποτε καὶ ὄξος αὐτῳ. καὶ καλοῦσιν οἱ ἰατροὶ τὸν   
[9] κατασκευασθέντα τοῦτον χόνδρον, πτισάνης γεγονέναι τὴν   
[10] ἄρτυσιν. ἔνιοι δὲ ἐκ χόνδρου πτισάνης τεθράφθαι φασὶν τὸν   
[11] κάμνοντα. τῶν παλαιῶν δὲ ἔνιοι, καθάπερ Διοκλῆς καὶ   
[12] φιλότιμος, ὀνομάζουσιν πτισάνην πυρίνην τὸν οὕτως ἐσκευασμεύον   
[13] χόνδρον. διὰ τοῦτο καὶ τὸ ὄνομα αὐτοῦ σπάνιόν   
[14] ἐστι παρὰ τοῖς παλαιοῖς, ὡσπερ καὶ τό τοῦ σιτανίου · τῆ   
[15] γὰρ κοινῇ προσηγορίᾳ τόν πυρὸν ὀνομάζουσιν αὐτόν. εἴρηται   
[16] δὲ ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, τοὺς ἐκ τοῦ χάνδρου   
[17] κατασκευαζομένους ἄρτους τροφιμωτάτους μὲν εἷναι,   
[18] διαχωρεῖν δὲ ἧττον · εἴρηται δὲ, ὅτι σεμίδαλις καὶ χόνδρος [p. 6.497]   
[1] ἑφθὸς ἰσχυρὰ καὶ τρόφιμαι φυλάττεσθαί τε τοίνυν προσῇ..   
[2] κει καὶ τούτου τὴν πολλὴν χρῆσιν γ καὶ τοῦτο οἶς εὺέμφρακτόν   
[3] ἐστι τό ἡπαρ, ἢ νεφροὶ πρὸς το.γεννησαι λίθους   
[4] ἐπιτήδειοι, μάλιστα δὲ προσέχειν τὸν νοῦν τοῖς σκευαζομένοῖς   
[5] ῥοφήμασιν ἐκ τοῦ καλουμένου πλυτοῦ χόνδρου. χυλὸς   
[6] μὲν γάρ ἐστιν οὕτος αὐτοῦ μεμιγμένος υδατι, πλείστης δὲ   
[7] ἑψήσεως δεόμενος ἐξαπατᾳ μὲν τοὺς σκευάζοντας, ὡς αὐτάρκως   
[8] ἑψημένος, οὐ μικρως δὲ βλάπτει τούς νοσοῦντας,   
[9] οἷς περ δὴ καὶ παρασκευάζουσιν αὐτόν · ἐν τάχει γὰρ συνίσταται   
[10] καὶ παχύνεται διὰ τὸ κολλῶδες εἶναι:, χρὴ τοίνυν   
[11] ὕδατι πολλῳ μιγνύντας ἐπ᾽ ἀνθράκων ἕψειν, ἐπὶ πλεῖστον   
[12] κινοῦντας, ἄχρις ἂν ἀκριβῶς ἑψηθῇ, τηνικαῦτα δὲ ἐπεμβάλλειν   
[13] ἤδη καὶ τῶν ἁλῶν. τὸ δὲ ἔλαιον, εἰ καὶ καθ ἀρχὴν   
[14] εὐθέως ἐπιμίξαις, οὐδὲν βλάπτει. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἐν παρέργῳ   
[15] λελέχθω θεραπευτικὴ προσῆκον, οὐ τῷ νῦν ἐνεστῶτι   
[16] πράγματι. τοῖς δ᾽ ὑγιαίνουσιν, ὅταν ποτὲ κατὰ δῆξιν σφοδρὰν   
[17] γαστρὸς ἤ χολωδῶν πολλῶν διέξοδον ἤ τι τοιοῦτο   
[18] δεηθῶσι ῥοφήματος, ἕψοντας ἄχρι πλείστου τὸν χόνδρον, [p. 6.498]   
[1] ὡς γενέσθαι τακερὸν, εἶτα τορυνήσαντας, εἶτα ταράξαντας   
[2] , ὡς ὁμοιωθῆναι πτισανης χυλῷ διηθημένῳ, τηνικαῦτα   
[3] διδόναι ῥοφὴν. ἡ δ᾽ ἄρτυσις ἡ αὐτἡ τῷ πλυτῷ γίνεται   
[4] χόνδρῳ.

### [chapter:7]

[5] Κὶ μὴ καὶ αὐτὸς ἔφαγόν ποτε πυροὺς ἐν   
[6] ὕδατι ἑψημένους, οὐκ ἂν ἤλπισά τινα χρείαν γενέσθαι τῆς   
[7] ἐδωδῆς αὐτων. οὔτε γὰρ ἐν λιμῷ τις ἐπὶ τοιαύτην ἂν ἀφί·κοιτο   
[8] χρῆσιν, ἐνὸν, εἴπερ εὐπορεῖ πυρῶν, ἄρτους ἐξ αὐτῶν   
[9] ποιήσασθαι, παρὰ δεῖπνον δὲ, καθάπερ ἐρεβίνθους ἑφθούς   
[10] τε καὶ φρυκτούς ἐσθίουσιν ἐν χρείᾳ τῶν καλουμένων τραγημάτων,   
[11] ἄλλα τέ τινα σπέρματα τὸν αὐτὸν τρόπον σκευά-.   
[12] ζοντες, οὕτως οὐδεὶς προσφέρεται πυρὸν ἑφθόν. διὰ ταῦ   
[13] [ed1page:4.310]τα μὲν σύν οὐδ᾽ ἂν ἤλπισά τινα πυρὸν ἑφθὸν ἐδηδοκέναι.   
[14] ἐπεὶ δὲ καὶ αὐτὸς ἐγῶ, πορευθείς ποτε εἰς ἀγρὸν   
[15] οὐκ ἐγγύς τῆς πόλεως ὄντα μετὰ δυοῖν μειρακίοιν τὴν   
[16] αὐτήν ἡλικίαν ἀγόντων ἐμοὶ , κατέλαβον ἤδη δεδειπνηκότας   
[17] τοὺς ἀγροίκους , καὶ μελλούσας ἀρτοποιεῖσθαι τὰς γυναῖκας,   
[18] (ἢπόρουν γὰρ ἄρτου) παραχρῆμά τις αὐτῶν ἐμβαλῶν εἰς χύτραν [p. 6.499]   
[1] [ed2page:6.315] πυρούς ἤψησεν, εἶθ' ἡδύνας ἁλσὶ μετρίως ἐσθίειν   
[2] ἡμὰς ἡξίωσεν. ἐμέλλομεν δὲ, ὡς τὸ εἰκὸς, αὐτὸ ποιήσειν   
[3] ὡδοιπορηκότες τε καὶ πεινωντεὰ. ἐφάγομέν τε οὐν αὐτῶν   
[4] δαψιλῶς, ᾐσθανόμεθά τε κατὰ τὴν γαστέρα βάρους, ὡς δοκεῖν   
[5] ἐγκεῖσθαι πηλὸν αὕτη. καὶ κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἡπεπτηκότες,   
[6] ἀνόρεκτοι δῶ ὅλης ἡμέρας ἦμεν, ὡς μηδὲν δύνασθαι πρ.οσενέγκασθὰι,   
[7] καὶ πνεύματος φυσωδους μεστοὶ, κεφαλαλγεῖς τε   
[8] καὶ βλέποντες ἀχλυῶδες, οὐδὲ γὰρ ύπεχωρει τι κάτω, ὃ   
[9] μόνον ἐστὶν ἄκος ἐπὶ ταῖς ἀπεψίαις. ἡρὼτουν οὐν τούς   
[10] ἀγροίκους, εἰ καὶ αὐτοί ποτε πυρὸν ἑφθόν ἔφαγον, ὅπως   
[11] διετέθησαν. οἱ δὲ καὶ πολλάκις ἐδηδοκέναι κατὰ τήν αὐτήν   
[12] ἀνάγκην ἔφασαν, ἡ καὶ τόθ' ἡμεῖς συνήχθημεν, εἶναί τε   
[13] βαρὺ καὶ δύσπεπτον ἔδεσμα τοὺς οὕτω σκευασθέντας πυρούς.   
[14] ην δέ γε τοῦτο καὶ μὴ πειραθέντας λογίσασθαι   
[15] πρόδηλον. ὅπου γὰρ οὐδὲ τὸ ίἄλευρον αὐτῶν ἐσθιόμενον,   
[16] ὡς εἴπομεν ἔμπροσθεν, εὔπεπτόν ἐστιν, εἰ μὴ κατεργασθείη   
[17] δέ ἀλῶν, καὶ ζύμης, καὶ φυρασεως, καὶ τρίψεως,. καὶ κλιβάτου,   
[18] πῶς οὐκ ἄν τις ἐννοήσειεν τούς ἀκατεργάστους [p. 6.500]   
[1] ἰσχυροτάτους εἶναι; δύναμίν γε μὴν ἔχουσιν μεγάλην, εἰ   
[2] πεφθεῖεν οἱ ουτω βρωθέντες πυροὶ, καὶ τρέφοντες ἰσχυρῶς

[3] τὸ σῶμα, καί ῥώμην ἐπίσημον παρεχομενοι τοις προσενεγκαμάτοις   
[4] αὐτούς.

### [chapter:8]

[5] [Περὶ ἀμύλου] Ἐκ πυρῶν τοῦτο σκευάζεται;   
[6] δύναμιν ὲχον ὁμαλυντικὴν τῶν τετραχυσμένων. ὑπάρχει δὲ κοινὸν   
[7] τοῦτο τοὔργον ἁπάσαις ταῖς οὐσίαις, ὅσαι ξηραὶ κατὰ τήν   
[8] σύστασιν οὐσαι μήτε στύψιν ἔχουσι, μήτε δριμύτητα, μήτο   
[9] ἄλλην τινὰ δυναμιν ἐπιφανῆ. καὶ καλοῦσιν ἀποίους εἰκότως   
[10] οὔσας τοιαύτας ὡς πρὸς αἴσθησιν. ἔστι δὲ κἀν ταῖς   
[11] ὑγραῖς οὐσίαις τἂ ὕδωρ τοιοῦτον. παραπλήσιον δ᾽ ἐστὶ   
[12] δυνάμει τοῖς πλυτοῖς ἄρτοις τὸ ἄμυλον, ἐλάττονα δὲ τροφήν   
[13] δίδωσιν τῷ σώματι τῶν ἀπλύτων ἄρτων τούτων, καὶ μὴ   
[14] θερμαίνουσαν, ὡσπερ οὐδὲ ἐκεῖνοι, τῶν ἄλλων ἄρτων θερμαινόντων.   
[15] τοῖς μὲν γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψημένοις πυροῖς οὐδὲ   
[16] παραβάλλειν αὐτό χρὴ , σαφῶς θερμαίνουσί τε καὶ τρέφουσιν,   
[17] εἰ πεφθεῖεν; ἰσχυρῶς, οὐσί τε δυσπέπτοις, ὡς   
[18] εἴρηται

[p. 6.501]

### [chapter:9]

[1] [Περὶ κριθων και πτισανης.] Πολλή και τουτου   
[2] τοῦ σπέρματος ἡ χρεία τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν, οὐ τὴν αὐτὴν ἐχοντος   
[3] δύναμιν τοῖς πυροῖς. ἐκεῖνοι μὲν γὰρ θερμαίνουσιν φανερῶς,   
[4] τοῦτο δὲ οὐ μόνον ἀποκεχώρηκε τοῦ θερμαίνειν, ὥσπερ ἔνια   
[5] μεταξύ τοῦ θερμαίνειν καὶ ψύχειν ὄντα, καθάπερ αμυλόν τε   
[6] καὶ ὁ πλυτὸς ἄρτος, ἀλλὰ καὶ ψυκτικὸν ὲχειν τι φαίνεται κατὰ   
[7] πάντας τούς τρόπους τῆς χρήσεως, ἐάν τε ἄρτους ἐξ αὐτῶν   
[8] τύχη τις σκευάσας ὲ ἐύν τε πτισάνην ἑψήσας, ἐάν τε ἄλφιτα   
[9] ποιησάμενος. ἀποκεχώρηκε δὲ τῆς τῶν πυρῶν φύσεως καὶ   
[10] κατὰ τὴν ἰδέαν τῶν χυμῶν, ἤν ἑκάτερον αὐτῶν ἐργάζεσθαι   
[11] πέφυκεν. οἱ μὲν γὰρ πυροὶ παχύν ἡμῖν καὶ γλίσχρον, αἱ   
[12] δὲ κριθαὶ λεπτὸν καὶ ῥυπτικόν ἔχοντά τι γεννῶσι χυμόν.   
[13] οὐδέποτε μὲν οὑν θερμαίνουσι τὸ σῶμα καθ [ed2page:6.316] οὐδέλα   
[14] τρόπον σκευασίας, ὑγραίνουσι δὲ καὶ ξηραίνουσι διαφόρως   
[15] σκευασθεῖσαι. τὸ μὲν γὰρ ἄλφιτον ἐκθῇς φρυγείσης   
[16] κριθῆς γενόμενον ἐναργῶς φαίνεται ξηραῖνον. ἤ πτισάνη   
[17] δὲ ὑγραίνει, ὅταν γ΄, ὡς προσήκει, σκευασθῇ, τουτέστιν ὅταν   
[18] ἐπὶ πλεῖστον ἀνοιδήσασα τύχῃ κατὰ τὴν ἕψησιν, εἰτα μετὰ [p. 6.502]   
[1] ταῦτα διὰ μαλακοῦ πυρὸς ὰχρι πολλοῦ χυλωθεῖσα. μίγνυται   
[2] δὲ αὐτή καθ ἐκεῖνον τὸν καιρὸν ἄξος , ὅταν ἀνοιδὴση   
[3] τελέως. ἑφθῆς δὲ ἀκριβῶς γενομένης ἐπεμβάλλειν χρὴ τοὺς   
[4] ἄλας λεπτούς, οὐ πολὺ πρὸ τῆς ἐδωδης. ἔλαιον δὲ εἰ καὶ   
[5] καθ ἀρχὴν εὐθέως ἐμβάλλοις, οὐ βλάψεις τὴν ἕψησιν. οὐ   
[6] μὴν ἄλλο τί γε χρὴ . μιγνύειν, ὅτι μὴ πράσου βραχὺ καὶ   
[7] ἀνηθου, καὶ ταῦτα εὐθὺς ἐν ἀρχή. κάκιστα δ᾽ ὁρῶ σκευαζομένην   
[8] τὴν πτισάνην ὑπό τῶν μαγείρων πάντων· ἐν τῆ   
[9] θυίᾳ γὰρ τρίβοντες αὐτὴν ὠμὴν, οὐκ ἐπὶ τοῦ πυρὸς ἕψοντες   
[10] διαλύουσιν. ἐπεμβάλλουσιν δέ τινες καὶ ἀμύλου, χάριν   
[11] τοῦ δόξαι διὰ τῆς ἑψήσεως ἱκανῶς κεχυλῶσθαι. φυσωδεστάτη   
[12] οὐν εἰκότως ἡ τοιαύτη γίνεται καὶ δύσπεπτος ἱκανωςφ   
[13] ὃ δ᾽ οὐκ είπον ἐν τῇ καλῶς γινομένῃ σκευασίᾳ, προσθεῖναι   
[14] προσήκει. προδιαβρέξαντας ὕδατι τὴν ὠμήν πτισάνην ᾽᾽ἐπ   
[15] ὀλίγον, εἰῶ ἐμβάλλοντας θυίᾳ, τρίβειν χρὴ διὰ τῶν χειρῶν   
[16] ἐχουσῶν ἐν αὑταῖς τι τραχὺ, καθάπερ ὁ σπάρτος όνομαζόμένος   
[17] ἐστιν, ἐξ οὐ πλέκουσιν ὑποδήματα τοῖς ὑποζυγίοις.   
[18] ὅρος δ᾽ ἐάτω τῆς τρίψεως ἀπορρύψαι τὸ περικείμενον λέμμα. ε [p. 6.503]   
[1] πτισσομένης γὰρ τῆς κριθῆς ὁ περικείμενος αὑτῇ χιτῶν   
[2] λεπτὸς οὐκ ἀπορρύπτεται πᾶς. διὰ τοῦτο σύν προβρέχεται   
[3] καὶ τρίβεται κατὰ τὴν θυίαν. ἐὰν δὲ μὴ πάν ἀποπέση τὸ   
[4] ἀχυρῶδες, ἡ ἑψηθεῖσα πτισάνη ῥυπτικωτέρα μὲν γίνεται,   
[5] βλάβην δὲ οὐδεμίαν ἑτέραν λαμβάνει. χειρίστη δὲ σκευασία   
[6] πτισάνης· ἐστὶν, ὅταν οἱ μάγειροι τρίψαντες αὐτὴν ὠμήν   
[7] ἐν θυίᾳ μεθ' ὕδατος, εἶθ᾽ ἑψήσαντες ἐπ᾽ ὀλίγον, ἐμβάλλωσι   
[8] τὸ καλούμενον ἕψημά τε καὶ σίραιον · ἔνιοι δὲ καὶ   
[9] μέλι καὶ κύμινον ἄμα τούτοις ἐπεμβάλλουσιν, κυκεῶνά τινα   
[10] μᾶλλον ἤ πτισάνην παρασκευάζοντες. ἀλλ᾽ ἤ γε καλῶς   
[11] σκευασθεῖσα τὰς ὑῷ Ἱπποκράτους εἰρημένας παρέχεται   
[12] χρείας ὑγιαίνουσί τε καὶ νοσοῦσιν ἀνθρώποις. τὸ γὰρ γλίσχρασμα,   
[13] φησὶν, αὐτῆς λεῖον, καὶ συνεχὲς, καὶ προσηνές   
[14] ἐστιν, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον,   
[15] καὶ εὐέκκριτον ύ εἴ τι ,καὶ τούτου προσδέοι, καὶ οὔτε στῦψιν   
[16] ἔχον, οὔτε ἄραδον κακὸν, καὶ οὕτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιΠᾳ,   
[17] ἀνᾦδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει, ὁπόσον πλεῖστον ἐπεφύκει   
[18] διογκοῦσθαι. ταῦτα τοίνυν ἀρκεῖ περὶ τῆς πτισάνης δυνάμεως [p. 6.504]   
[1] εἰρῆσθαι κατὰ τὴν ἐνεστῶσαν πραγματείαν , οὐ θεραπευτικὴν   
[2] αυσαν, ἀλλὰ τὰς δυναμεις μόνας τῶν τροφῶν ἐξηγουμένην. ἐν   
[3] παραδρομῇ δὲ τοῦ λογου καὶ χρεῖαί τινες αὐτῶν διδάσκονται.

### [chapter:10]

[4] Καιρὸς γοῦν μεταβαίνειν ἐπὶ τὸν περὶ τῶν   
[5] κριθίνων ἄρτων λόγον, οὕς σκευάζουσιν οἱ ἄνθρωποι παρα-,   
[6] πλησίως τοῖς πυρίνοις. εἰσὶ δὲ οὐ μόνον τῶν πυρίνων, ἀλλὰ   
[7] καὶ τῶν ὀλυρίνων, καὶ πολὺ μᾶλλον ἔτι τῶν τιφίνων ψαθυρὡτεροι,   
[8] μηδὲν ἐν αὑτοῖς ἔχοντες, ὥσπερ ἐκεῖνοι, γλίσχρον.   
[9] εὔδηλον οὑν, ὅτι τροφήν ὀλίγην παρέχουσι τῷ σώματι, [ed1page:4.311] καὶ   
[10] μάλιστα, ὅταν ἐκ φαυλοτέρων γένωνται, . κριθῶν , ἐξ ὧν ὁ   
[11] Ἱπποκράτης οὐδὲ τὴν πτισάνην ἐκέλευσε σκευάζειν · οὐδὲ   
[12] γὰρ ἀνιᾶσιν ἐξ αὑτῶν πολύν χυλὸν ἑψόμεναι. κάλλισται δὲ   
[13] εἰσιν αἱ λευκαὶ μετὰ τὸ πτισθῆναι φαινόμεναι, καί τι πυκνότητος   
[14] ἔχουσαι [ed2page:6.317] καὶ βάρους, ὅσον οἷόν τε κριθὴν   
[15] ἔχειν. ἀμείνους δὲ δηλονότι καὶ τῶν ἰσχνῶν τε καὶ ῥυσσῶν   
[16] αἱ πλήρη ὅλην καὶ τεταμένην ἔξωθεν ἔχουσαι τὴν περιγραφήν.   
[17] ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἁπάντων σπερμάτων κοινὸν ἔστω σοι   
[18] γνωρισμα, πλὴν εἰ μή τι πάνυ σφόδρα πλείονά ποτε τοῦ [p. 6.505]   
[1] κατά φύσιν ὄγκον ἔχοι ἅμα τῷ μαλακωτερον καὶ χαυνότερον   
[2] γενέσθαι. περιττωματικὴν γὰρ ὑγρότητα ταῦτα ὲχειν   
[3] ἴσθι, καὶ χείρω τῶν προειρημένων εἷναι. καὶ διὰ τοῦτο μετὰ   
[4] τὴν συγκομιδὴν οὐ προσῆκεν αὐτοῖς χρῆσθαι, καταθέμενον   
[5] δὲ ἐν τόποις ξηροῖς ἐᾶσαι ἐν χρονῳ πλειῶνι τὸ μετ τι δία-.   
[6] πνεῦσαι τῆς περιττῆς ὑγρότητος, τὸ δέ τι πεφθῆναι, μέχρις   
[7] ἄν ξηραινόμενα προσταλῇ μετρίως. ἀπορρεῖ γὰρ ἁπάντων   
[8] φυτῶν τε καὶ σπερμάτων καὶ καρπῶν, ἐπειδὰν συγκομισθέντα   
[9] κέηται, πρῶτον μὲν ὅσον ἐν αυτοῖς ὑδατωδές τε καὶ   
[10] λεπτὸν περίττωμα, μετὰ ταῦτα δὲ καὶ αἰπῆς τι τῆς κατὰ   
[11] φύσιν ὑγρότητος. ἡνίκα γὰρ ξηροτέραν μὲν, ἢ προσῆκεν, τήν   
[12] οὐσίαν ἴσχη, καὶ χείρω γίνεται τῶν εἰς ἄκρον εὐεξίας ἡκόντων,   
[13] οὐ μήν ἤδη γ᾽ ἐστὶ μοχθηρὰ παντάπασιν, ἀλλὰ καὶ   
[14] χρησιμώτερα πρὸς ἐνίας .διαθέσεις, ὅσαι ξηραίνεσθαι δέονὐται·   
[15] τὰ δὲ ἐπὶ πλεῖστον ἀποκείμενα χείρῳ γίνονται παῖς   
[16] δυνάμεσιν. όρος δὲ καὶ τούτων, ὅταν διαιρούμενα καθά-.   
[17] περ τινὰ κόνιν λεπτήν ἐκπίπτουσαν ἔχῃ. ταῦτα μὲν οὐν [p. 6.506]   
[1] ἐπὶ πάντων ἔστω σοι διὰ μνήμης, ἃπαξ εἰρημένα νῦν. ἐμοὶ   
[2] γὰρ οὐχ ἡδὺ πολλάκις ὑπὲρ τῶν αὐτῶν λέγειν τὰ αὐτὰ,   
[3] πλὴν εἴ ποτε ἀναγκαῖον ἀναμνῆσαι φαίνοιτο τοῦ κεφαλαίου   
[4] μόνου ψιλοῦ. περὶ δὲ τῶν ἐκ κριθῆς ἄρτων, ὑπὲρ ὧν δ   
[5] λόγας ην, αύθτς ἀναλαβόντες εἴπωμεν, ὡς κὰν τούτοις εἰσῖ   
[6] διαφοραί τινες ἀνάλογον τοῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων ὀλίγον ἔμπρούθαν   
[7] εἰρημένοις. ἄπαντες μὲν γὰρ ἀτροφώτεροι τῶν πυρίνων   
[8] εἰσὶ πολλῷ · ἀλλ᾽ οἱ μὲν ἐκ τῶν ἀρίστων κριθῶν ἦττον   
[9] τουτο πεποίθασιν, οἱ δὲ ἐκ τῶν χαύνων τε καὶ κούφων   
[10] ἀνάλογον εἰσι τοῖς πιτυρίαις ἄρτοις. ὑπέρχονται δὲ κάτω   
[11] κατὰ γαστέρα μάλιστα μὲν οἱ ἐκ τῶν τοιούτων κριθῶν, οὐχ   
[12] ἥκιστα δὲ καὶ οἱ ἄλλοι, παραβαλλόμενοι τοῖς πυρίνοις.   
[13] ὅσαι δὲ ἄλλαι μεταξὺ τούτων γίνονται σκευασίαι τῶν κριθίνωῦ   
[14] ἄρτων, αἱ αὐταὶ ταῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων εἰρημέναις   
[15] εἴσιν.

### [chapter:11]

[16] Ἐκ τῶν νεών κριθῶν φρυγεισῶν συμμέτρως   
[17] τό κάλλιστον ἄλφιτον γίνεται · τούτων δὲ ἀποροῦντες ἐνίοτε   
[18] κἀκ τῶν ἄλλων αὐτὰ σκευάζομεν εὐωδῶν δὲ ὄντων άπάντων, [p. 6.507]   
[1] ὅσα καλῶς ἐσκευάσθη, μάλιστά ἐστιν εὐώδη τὰ ἐκ τῶν   
[2] ἀρίστων καὶ νέων κριθῶν γιγνόμενα , μὴ πάνυ ξηρόν ἐχουσῶν   
[3] τὸν στάχυν. ἐν ἔθει δέ ἐστι πολλοῖς τῶν ὑγιαινόντων   
[4] ἐπιπάττουσιν αὐτὰ σιραίῳ καὶ οἴνῳ γλυκεῖ καὶ οἰνομέλιτι   
[5] κεκραμένοις καί ποτε καὶ ὕδατι μόνῳ πίνειν ἐν τῷ θέρει   
[6] πρὸ δύο ἤ τριῶν ὡρῶν τοῦ λουτρου, καί φασιν αἰσθανεσθαι   
[7] τοῦ πόματος ἀδίψου · δῶ οἴνου γε. μὴν αὐστηροῦ ποθέντα   
[8] ξηραίνει γαστέρα. χρῶνται δὲ ἀλφίτοις ἔν τισι τῶν   
[9] ἐθνῶν ἐν ἄρτου χρείᾳ , καθαπερ ἐπὶ τῶν ἀγρῶν εἰδον ἐν   
[10] Κυπρῳ, καίτοι πλεῖστον γεωργοῦσι σῖτον. οἱ παλαιοὶ δὲ   
[11] καὶ τοῖς στρατευομένοις ἄλφιτα παρεσκεύαζον. ἀλλ᾽ οὔτοι,   
[12] γε νῦν τὸ Ῥωμαίων στρατιωτικὸν ἀλφίτοις χρῆται, κατεγνωκὸς   
[13] αὐτῶν ἀσθένειαν. ὀλίγην γὰρ τροφὴν δίδωσιν τῷ σώματι,   
[14] τοῖς μὲν ἰδιωτικῶς διακειμένοις καὶ ἀγυμναστοις αὐτάρκη,   
[15] τοῖς δ᾽ ὁπωσοῦν γυμναζομένοις ἐνδεῆ. [ed2page:6.316] γίγνονται   
[16] δὲ ἐξ αὐτῶν Ὑγρῶν φυραθέντων αἱ μάζαι, περὶ ῶν   
[17] ἐφεξῆς ἐροῦμεν, ἐπειδὴ καὶ φιλότιμος ἐπὶ πλέον ὑπὲρ [p. 6.508]   
[1] αὐτῶν διελθών ἐν τῳ πρώτῳ περὶ τροφῶν ὅμως ἀδιόριστον   
[2] εἴασεν τὸ χρησιμώτατον ὲν αὐτοῖς.

### [chapter:12]

[3] Τὴν δύναμιν ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων ἔνεστί   
[4] σοι καὶ πρὸ της διωρισμένης πείρας ἐκ τῆς φύσεως αὐτῶν   
[5] τεκμαίρεσθαι. τίνι γὰρ ἀνδρὶ συνετῷ τὸ μὲν ἀκριβῶς   
[6] λεπτὸν καὶ λευκὸν. καὶ καθαρὸν ἁπάσης πιτυρώδους οὐσίας   
[7] ἄλευρον οὐκ ἃν ἐνδείξαιτο καὶ κατὰ τὴν γαστέρα θᾶττόν   
[8] τε καὶ μᾶλλον ἀλλοιοῦσθαι, καὶ διὰ τοῦτο πέττεσθαί τε   
[9] κάλλιον, ἀναδίδοσθαί τε ῥᾳον, ἑτοιμότερόν τε τρέφειν, ὡς   
[10] ἃν ὅλον ἐξομοιούμενόν τε καὶ προστιθεῖ ενον τοῖς τρεφομένοις   
[11] σώμασιν, ὅσον δ᾽ ἐν αὐτοῖς πιτυρῶδές ἐστιν καὶ   
[12] σκληρὸν, ὥσπερ ἐκτὸς φαίνεται μὴ διαλυόμενον ἐν ὕδατι,   
[13] κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον οὐδ᾽ ἐν τῇ γαστρὶ διαλύεσθαι βρε-τ   
[14] χύμενον, ἀλλὰ διαμένειν ὅλον ἀδιαίρετόν τε καὶ ἀκατέργα-ν   
[15] στον, ὁποῖον ἐλήφθη; τοῦθ οὐν οὔτε πέττεσθαι καλῶς δύνα-.   
[16] ται, οὔτε ἀναδίδοσθαι διὰ τὸ μηδὲν ἁρμόττειν ὅλως τοῖς   
[17] στόμασι τῶν εἰς τὴν γαστέρα τε καὶ ἔντερα καθηκουσῶν   
[18] φλεβῶν. οἷς ἐξ ἀνάγκης ἕπεται, πλέον μὲν ἀα΄ αὐτοῦ γίνε-ν [p. 6.509]   
[1] σθαι τὸ κοπρῶδες, ὑπιέναι δὲ θᾶττον αὐτῷ τε τῷ διὰ   
[2] πλῆθος βάρει, ᾽· καὶ προσέτι τῷ ῥυπτικὴν ἐχειν ποιότητα τὸ   
[3] πιτυρῶδες ἀπανε εὔδηλον ουν ἐστι τῷ ταῦτ ἐννοήσαντι,   
[4] τοσοῦτον ἀπολείπεσθαι μᾶζαν εἰς τροφὴν σωματος ἄρτων   
[5] κριθίνων, ὅσον οὔτοι πυρίνων. ἐχούσης γὰρ ἤδη τῆς κριθῆς   
[6] φύσει τὸ πιτυρῶδες οὐκ ὀλίγον, ἡ φρυγεῖσα ξηρότερον μὲν   
[7] καὶ αὐτὸ τοῦτο καὶ δυσθραυστότερον ἴσχει, ξηρότερον δὲ   
[8] καὶ τὸ τούτου κρεῖττον, ἐξ ου τήν τροφην ἐλαμβανε τὸ σῶμα.   
[9] κατὰ τοῦτ οὑν ἦττον πέττεται τῶν κριθίνων ἄρτων ἢ μᾶζα,   
[10] καὶ φύση μᾶλλον ἐμπίπλησι τὴν γαστέρα, καὶ εἰ ἐπὶ πλέον   
[11] ἐν αὐτὴ μένοι, ταραχὴν ἐργάζεται. μᾶλλον δὲ διαχωρεῖ .κάτω   
[12] φυραθεῖσα καὶ τριφθεῖσα μέχρι πλέονος. εἰ δὲ καὶ μέλι   
[13] προσλάβοι, θαττον ἔτι καὶ διὰ τοῦτο παρορμήσει τὴν γαστέρα   
[14] πρὸς ὲκκρισιν. (φιλότιμος ουν οἴεται, παχὺν καὶ κολντ   
[15] λὼδη καὶ ψυχρὸν ἒξ ἁπάσης μάζης γεννασθαι χυμὸν, ὃν   
[16] αὐτός τε καὶ ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας ὑαλώδη καλοῦσιν.   
[17] τὸ δὲ οὐχ οὕτω; ἔχει, μήτε τό γλίσχρον ἐχόντων [p. 6.510]   
[1] τῶν ἀλφίτων, ὅπερ ἐν χόνδρῳ μάλιστά ἐστι, μήτε τὸ τρόφιμον.   
[2] ἐξαπατᾶ δὲ αὐτὸν ἢ ἐπὶ πλέον ἐν οἴνῳ γλυκεῖ καὶ   
[3] σιραίῳ φυραθεῖσα χρόνῳ πολλῷ μάζα. τριπτήν δ᾽ αὐτήν   
[4] ὀνομάζει, καθάπερ Ἀθηναῖοι. τὸ γὰρ ἐκ ταύτης ἀνάλογον   
[5] τῷ πυρίνῳ .σταιτὶ γιγνόμενον ὅλκιμόν ἐστιν καὶ κολλῶδες   
[6] ἔκ τε τοῦ μεμαλαχθαι χρόνῳ πλείονι καὶ τοῦ μιχθέντος   
[7] τοῖς ἀλφίτοις ὑγροῦ παχέος ὄντος. ὥσπερ δὲ τρίψις πολλὴ   
[8] μεθ' ὑγροῦ παχέος γενομένη γλίσχρον τῇ φαντασίᾳ τὸ τριφθὲν   
[9] ἄλευρον ἐργάζεται, κἂν ἐκ κέγχρων ᾖ, κατὰ τὸν αὐτὸν   
[10] λόγον ὁ χυλὸς τῆς πτισάνης φαίνεται γλίσχρος , οὐδὲν ἐχων   
[11] ἐν αὑτῷ κολλῶδες οὐδ᾽ ἐμπλαστικὸν, ἀλλὰ ῥυπτικόν τε καὶ   
[12] τμητικὸν, ὡς καὶ ἐπὶ τοῦ δέρματος ἡμῶν φαίνεται τὸν   
[13] ῥύπον καθαίρων. εἰ δὲ καὶ ῥοφῆσαί τινι [ed1page:4.312] δούς αὐτὸν   
[14] .ὀλίγον ὕστερον ἐμέσαι ποιήσειας, ἀποῥῥύψει τε τὸ περιεχόμενον   
[15] ἐν τῇ γαστρὶ φλέγμα, καὶ συνεκβαλεῖ πάνθ αὐτῷ   
[16] κατὰ τὸν ἔμετον.

### [chapter:13]

[17] [ed2page:6.319] Μνησίθεος μὲν ἐν τῇ τρίτῃ τάξει τίθεται   
[18] τὰς τίφας ἐπὶ πυροῖς τε καὶ κριθαῖς · Διοκλῆς δὲ ἀμελεῖτερον [p. 6.511]   
[1] ὑπὲρ αὐτῶν διῆλθέ, τὸ σύντομον ἐν τῇ γραψῇ προτιμήσας   
[2] τοῦ κατὰ διέξοδον ἀκριβοῦς. οὕτω γοῦν καὶ περὶ   
[3] πυρῶν καὶ κριθῶν ἄλλων τε πολλῶν ἔγραψεν συντεμών   
[4] τὸν λόγον. ὀλίγῳ δὲ μακρότερον τοῦ Διοκλέους ὑπὲρ αὐτῶν   
[5] ὃ τε Πραξαγόρας καὶ ὁ Μνησίθεος ἔγραψαν , ἐλλιπῶς μέντοι   
[6] καὶ αὐτοί, φιλότιμος δὲ περί τινων μακρῶς πάνυ, περί   
[7] τινων ἐλλιπῶς, ἐνίων δὲ οὐδ᾽ ὅλως ἐμνημόνευσεν, ὥσπερ   
[8] οὐδὲ περὶ τῆς ζειᾶς. εὔδηλον δ᾽, ὅτι μηδὲ ὁ Πραξαγόρας   
[9] ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ. παρέλιπε μὲν γὰρ οὐδὲν ὧν ἐκεῖνος   
[10] εἶπεν ὁ φιλότιμος, ἐξεργάζεται δὲ καὶ προστίθησι πολλά.   
[11] θαυμάσαι δ᾽ ἔστιν, ὅτι μηδὲ ὁ τὸ περὶ διαίτης ἐπιγεγραμμένον   
[12] Ἱπποκράτει συνθεὶς, ὅστις πότ᾽ ἤν ἀνὴρ παλαιὸς,   
[13] ἐμνημόνευσε τοῦ τῶν ζειῶν ὀνόματος. καὶ γὰρ, εἰ τὰς τίφας   
[14] ἡγεῖτο καλεῖσθαι ζειὰς ὑπό τινων, ἐχρῆν αὐτὸ τοῦτο δηλῶσαι.   
[15] βέλτιον δ᾽ ἴσως ἐστὶν καὶ τὰς ῥήσεις αὐτῶν παραγράψαι.   
[16] Διοκλῆς μὲν οὑν οὕτως ἔγραψεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶν   
[17] πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν, ἐν ᾧ διέρχεται τὰς τῶν σιτίων [p. 6.512]   
[1] δυνάμεις · μετὰ δὲ τἀς κριθὰς καὶ τοὺς πυρούς ἑπόμενα   
[2] ταῖς ἀρεταῖς ἐστι μάλιστα τῶν ἄλλων ὄλυραι, τίφαι, ζειαὶ,   
[3] μέλινος, κέγχρος. ἔν τισι δὲ τῶν ἀντιγράφων οὐδ᾽ ὅλως αἴ   
[4] ζειαὶ φέρονται, καὶ μέντοι καὶ τὸ ταῖς ἀρεταῖς ἔν τισιν οὐχ   
[5] οὕτως, ἀλλὰ χρείαις γέγραπται κατὰ τοῦτον τὸν τρόπον·   
[6] μετὰ δὲ τὰς κριθὰς καὶ τοὺς πυρούς ἑπόμενα ταῖς χρείαις   
[7] ἐστὶ μάλιστα τῶν ἃλλων ὄλυραι, τίφαι, μέλινος, κέγχρος,   
[8] ὡς ἄλλου μέν τινος σπέρματος τῆς ὀλύρας οὕσης, ἄλλου δὲ   
[9] τῆς τίφης. ὁ δὲ Μνησίθεος ἐφ᾽ ἑνὶ σπέρματι δύο φησὶν   
[10] ὀνόματα κεῖσθαι γράφων οὕτως · τῶν δὲ σπερμάτων εὐφυέ·..   
[11] στατα μέν ἐστιν εἰς τροφὴν πυροὶ καὶ κριθία. πρὸς δὲ   
[12] τούτοις ἐχόμενον λέγεται μὲν διττῶς, ἔστι δὲ ταὐτόν· οἴ   
[13] μὲν γὰρ τίφας, οἱ δὲ ὁλυρας καλοῦσιν. τούτοις δ᾽ ἐφεξῆς   
[14] τόδε γράφει · μετὰ δὲ ταῦτα ζειαὶ, καὶ κέγχροι, καὶ μέλιναι   
[15] Διοκλεῖ μὲν οὖν ἤρκεσεν ἐκεῖνα μόνα περί τε τιφῶν καὶ   
[16] ὀλυρῶν εἰπεῖν, ὅσα παρεθέμην ἀρτίως. Μνησίθεος δὲ καὶ   
[17] τὸν κατὰ μέρος ὑπὲρ αὐτῶν λόγον ἐφεξῆς διῆλθεν, πρῶτον   
[18] μὲν γράψας περὶ πυρῶν τε καὶ κριθῶν, ἐφεξῆς δὲ περὶ τῶν [p. 6.513]   
[1] τιφῶν ᾦδέ πως αὐτοῖς ὀνόμασι. τῶν δ᾽ ἄλλων σπερμάτων   
[2] βέλτιστον μὲν ἢ τίφη, καὶ γὰρ ἱκανῶς τρέφει, καὶ οὐ μετὰ   
[3] πολλοῦ πέττεται πόνου , τὸν δὲ τῶν ζειῶν ἄρτον ἄδην μὲν   
[4] ἐσθίων οὐδεὶς ἃν ὑγιαίνοι, τῶν δ᾽ ἀσυνἤθων τῆς ἐδωδῆι   
[5] ταύτης, οὐδ᾽ εἰ παντάπασιν ὀλίγον· ἔστι γὰρ βαρὺ καὶ   
[6] δύσπεπτον. οἱ δὲ δυσχείμερον ἔχοντες χώραν ἀναγκάζονται   
[7] τρέφεσθαι τούτῳ, καὶ σπείρειν αὐτὸ, διὰ τὸ μάλιστα ἀντέα΄   
[8] χειν τοῖς ψύχεσιν. αὐτοὶ δὲ πρῶτον μὲν ὀλίγον ἐθίζονται   
[9] προσφέρεσθαι, καὶ διὰ τό μὴ εὐῶδες εἶναι τό βρῶμα, καὶ   
[10] διὰ τὴν σπάνιν τῆς εὐκαρπίας. ὲν ταῖς τοιαύταις χώραις.   
[11] εἶτα δὲ διὰ τό σύνηθες εἰναι τὸ βρῶμα ποιεῖ ῥᾷστα τοῖς   
[12] σώμασι τήν κατεργασίαν. καθόλου δὲ βαρὺ μὲν καὶ δὐσπεπτον,   
[13] ἰσχυρὸν δὲ καὶ ὺμενωδες τὴν ζειὰν εἰναι λεκτέον.   
[14] ἐν τούτοις ὁ Μνησίθεος σαφέστατα δεδήλωκεν, ὁποῖόν τε   
[15] σπέρμα βούλεται καλεῖσθαι ζειὰν ἐν ψυχραῖς χώραις γεωργουμένην.   
[16] ἐγώ δὲ οὔτε αὐτὸς εἰδον πάσας δυσχειμέρους   
[17] χώρας, οὔτε παρ᾽ ἄλλου τινὸς ἤκουσα τῶν ἑωρακότων αὐτὰς [p. 6.514]   
[1] ὀνομαζόμενον τινα σιτηρον καρπον υπο τῶν ἐγχωρίων ζειὰν   
[2] ἤ ζέαν. [ed2page:6.320] ἑκατέρως γὰρ εὑρίσκεται γεγραμμένον, ἔν τισι   
[3] μὲν εἰς ε΄ καὶ ἔ τῆς προτέρας συλλαβῆς τελευτώσης, ἔν   
[4] τισι δὲ μόνον εἰς ε΄. ἐννοῆσαι δὲ τοὺς μὲν Ἕλληνας δυνατὸν   
[5] εἰναι οῦτως ὀνομάζειν τὸ σπέρμα τοῦτο, τούς δὲ βαρ-.   
[6] βάρους ἰδίαν ἐπ᾽ αὐτῷ τίθεσθαι προσηγορίαν. ἰδῶν δὲ ἐν   
[7] Θρὰκη καὶ Μακεδονίᾳ πολλὰς ἀρούρας ὁμοιότατον ἐχούσας   
[8] σὺ μόνον τὸν στάχυν, ἀλλὰ καὶ τὸ φυτὸν ὅλον τῆ παρ;   
[9] ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ τίφῃ, τὴν προσηγορίαν ἢρόμην ἦν τινα ἔχει   
[10] παα΄ ἐκείνοις τοῖς ἀνθρώποις, καί μοι πάντες ἔφασαν, αὐτό   
[11] τε τὸ φυτὸν ὅλον καὶ τὸ σπέρμα αὐτοῦ καλεῖσθαι βρίζαν,   
[12] τῆς μὲν προτέρας συλλαβῆς διὰ τριῶν γραμματων γραφομένης,   
[13] τοῦ β΄ καὶ ρὐ καὶ ἀ, τῆς δ᾽ ἐφεξῆς αὐτὴ διὰ τοῦ ζ΄ καὶ α΄   
[14] κατά γε τὴν ὀρθὴν πτῶσιν, ἐπὶ δὲ τῆς αἰτιατικῆς μετὰ τοῦ   
[15] ν΄ δηλονότι. γίνεται δὲ ἄρτος ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου   
[16] δυσώδης τε καὶ μέλας, ὑμενωδεστέραν ἔχοντος, ὡς Μνησίθεος   
[17] ἔγραψεν, τὴν οὐσίαν. εἰ δὲ καὶ μέλανα γίγνεσθαι τὸν   
[18] ἄρτον ἐξ αὐτοῦ προσεγεγράφει, μᾶλλον ἂν ἐπίστευον αὐτῷ,   
[19] τοῦθ εἷναι τὸ καλούμενον ὺα΄ αὐτοῦ ζειάν. ἔν γε μὴν τοῖς [p. 6.515]   
[1] χειμεριωτάτοις τῆς Βιθυνίας χωρίοις ὀνομάζεταί τι σπέρμα   
[2] ζεόπυρον, οὐκ ἐχούσης τῆς πρώτης συλλαβῆς τὸ ι, καθάπερ   
[3] ἔχει παρ᾽ Ὁμήρῳ·

Πυροί τε ζειαί τ᾽ ἠδ᾽ εὐρυφυὲς κρῖ λευκόν.

[5] ἐξ αὐτοῦ δ᾽ ἄρτος γίνεται πολύ βελτίων τοῦ κατὰ τὴν Μακεδονίαν   
[6] τε καὶ Θράκην. καὶ σχεδὸν, Ἕσπερ Τοὔνομα τὸ   
[7] ζεόπυρον ἐξ ἀμφοτέρων σύγκειται τῶν ὀνομάτων, τουτέστι   
[8] τῆς ζέας καὶ τοῦ πυροῦ, καὶ ἡ οὐσία μέση τίς ἐστιν ἀμφοῖν,   
[9] ὥσπερ οἷον αὐτῶν κεκραμένη. τοσοῦτον γοῦν ἐστι τοῦ   
[10] πυροῦ χεῖρον, ὅσον τῆς Θρᾳκίας βρίζης ἄμεινον. ὀνόματα   
[11] δὲ ταῶς πόλεσιν, ἐν αἷς γίγνεται τὸ σπέρμα τοῦτο, Νίκαια,   
[12] καὶ Προῦσα, καὶ Κράσσου καὶ Κλαυδίου πόλεις τε καὶ   
[13] Ἡλιούπολις, ἀλλὰ καὶ Δορύλαι, ἤ ἐστι μὲν ἐσχάτη τῆς   
[14] Ἀσιανῆς Φρυγίας πόλις. ἔχει δὲ καὶ αὐτὴ ἡ Φρυγία τοιοῦτον   
[15] σπέρμα γεννώμενον ἐν τῇ χώρᾳ, καθάπερ καὶ ἄλλαι τινὲς   
[16] ὅμοροι πόλεις αὐτῇ. θεάσασθαι δ᾽ ἔστιν τὸν γιγνόμενον   
[17] ἄρτον ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου τοσοῦτον βελτίονα τοῦ κατὰ   
[18] Θράκην τε καὶ Μακεδονίαν ἐκ τῆς βρίζης, ὅσον τοῦ πυρίνου [p. 6.516]   
[1] χείρονα. μέμνηται δὲ καὶ ίφἀς καὶ ὁ Θεόφραστος ὲν ἑβδόμῳ   
[2] περὶ φυτῶν ᾧδέ πως λέγων · τῶν δὲ ὁμοίων κριθῶν καὶ   
[3] ὁμοίων πυρῶν, σίον ζειᾶς , τίφης, ὀλύρας, βρόμου, αἰγίλωπος   
[4] , ἰσχυρότατον καὶ μαλιστα καρπιζόμενον ἢ ζειὰ, καὶ   
[5] βαθύρριζον, καὶ πολύῥῥιζον, καὶ πολυκάλαμον, καὶ παχυκάλαμον.   
[6] ὁ δὲ καρπὸς κουφοτατος, καὶ προσφιλὴς πᾶσι τοῖς   
[7] ζώοις. καὶ πάλιν ἐφεξῆς · ἡ δὲ τίφη πάντων κουφοτάτη,   
[8] καὶ γὰρ μονοκάλαμον, καὶ λεπτοκάλαμον, διὸ καὶ χώραν   
[9] ζητεῖ λεπτὴν, οὐχ ὥσπερ ἡ ζειὰ λιπαρὰν καὶ ἀγαθὴν. εἶτα   
[10] τούτοις ἐφεξῆς συνάπτων τάδε γράφει · ἔστι δὲ ταῦτα δύο   
[11] καὶ ὁμοιότατα τοῖς πυροῖς, ἤ τε ζειὰ καὶ ἡ τίφη. Θεόφραστος   
[12] μὲν οὑν ταῦτα περὶ ζειᾶς ἔγραψεν. Πρόδοτος δὲ   
[13] ἐν τῆ δευτέρᾳ κατὰ τήνδε τὴν λέξιν · ἀπὸ πυρῶν καὶ κριθῶν   
[14] πολλοὶ ζώουσιν. Αἰγυπτίων δὲ τῶν ποιουμένων ἀπό   
[15] τούτων τὴν ζωὴν ὄνειδος μέγιστόν ἐστιν, ἀλλ᾽ ἀπ ὁλυρῶν   
[16] ποιοῦνται τὰ σιτία, ὃς ζεὰς μετεξέτεροι καλοῦσιν.   
[17] Διοσκουρίδης δὲ ἐν δευτέρῳ περὶ ὕλης ταῦτα γράφει · ζεὰ [p. 6.517]   
[1] δισσὴ, ἡ μὲν γὰρ ἁπλῆ, ἡ δὲ δι [ed1page:4.313]κοκκος καλεῖται, ἐν   
[2] δυσὶν ἐλύτροις συνεζευγμένον ἔχουσα τό σπέρμα. ἔστι δὲ   
[3] τροφιμωτέρα μέν κριθῆς καὶ εὐστομαχος, ἀτροφωτέρα δὲ   
[4] πυρῶν ἀρτοποιουμένη. κρίμνον δὲ ἁδρότερόν ἐστι τῆ κατεργασιᾳ   
[5] τοῦ ἀλεύρου, γιγνόμενον ἐκ τῆς ζειᾶς καὶ πυροῦ, ἐξ   
[6] οὕ καὶ ὁ πολτὸς γίνεται. ἔστι δὲ ἱκανῶς τρόφιμον καὶ εὑκατέργαστον,   
[7] σταλτικώτερον δὲ κοιλίας τὸ ἀπὸ τῆς ζειὰς,   
[8] μάλιστα μὲν προφρυγείσης. [ed2page:6.321] καὶ ὀλύρα δὲ ἐκ τοὐ αὐτοῦ   
[9] γένους ἐστὶ τῆς ζειᾶς, ἀτροφωτέρα δὲ κατὰ τὸ ποσὸν ἐκείνης.   
[10] ἀρτοποιεῖται δὲ καὶ αὕτη, καὶ κρίμνον ἐξ αὐτῆς ὡσαύτως   
[11] γίνεται. ἀθάρα δὲ ἐκ τῆς ἀληλεσμένης εἰς λεπτὰ ζειᾶς   
[12] σκευάζεται. ἔστι δὲ ῥόφημα ὥσπερ πολτάριον ὑγρὸν, παιδίοις   
[13] ἁρμόζον, ποιεῖ δὲ καὶ εἰς κατάπλασμα. ὁ δὲ τράγος τὸ σπέρμα   
[14] μὲν παραπλήσιον χόνδρῳ, ἀτροφώτερος δὲ πολὺ ζειας, διὰ τὸ   
[15] πολὺ ἔχειν τὸ ἀχυρῶδες. διὸ καὶ δυσκατέργαστος ἐστι, καὶ   
[16] κοιλίας μαλακτικώτερος. περὶ μὲν οὐν τῶν ζειων ἱκανὰ καὶ   
[17] ταῦτα- θαυμάσαιτο δ᾽ ἄν τις τοῦ Μνησιθέου μή γινώσκοντος,   
[18] ὅπη διαφέρουσιν αἱ ὄλυραι τιφῶν. ἔστι γὰρ ἐκάτερον [p. 6.518]   
[1] ἐν Ἀσίᾳ πολὺ, καὶ μάλιστα κατὰ την ὑπερκειμένην Περγάμου   
[2] χώραν, ὡς τοὺς ἀγροίκους ἀεὶ χρῆσθαι τοῖς ἐξ αὐτῶν᾽   
[3] ἄρτοις διὰ τὸ τοὺς πυροὺς εἰς τὰς πόλεις κατακομίζεσθαι,   
[4] οἱ μὲν οὑν ὀλύρινοι κάλλιστοι, μετὰ γὰρ τοὺς πυρίνους εἰσὶν;   
[5] ὅταν γε εὐγενεῖς ὧσιν μἱ ὄλυραι · δεύτεροι δὲ αὐτῶν οἱ   
[6] τίφινοι. μοχθηρῶν δὲ οὐσῶν τῶν ὀλυρῶν, οὐδέν ἐκείνων   
[7] ἀπολείπονται , βελτίστων δὲ τῶν τιφῶν οὐσῶν, οἱ θερμοὶ   
[8] τίφινοι πολὺ κρείττους εἰσὶν τῶν ὀλυρίνων, ἑωλισθέντες δὲ   
[9] χείρους αὐτῶν γίνονται. ὁλκιμώτερον γὰρ ἔχοντες τὸ σταῖς   
[10] πυκνοῦνται πάνυ σφόδρα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἀμελῶς σκευαφθῶσιν,   
[11] ὥστε καὶ μετὰ μίαν ἡμέραν , ἤ δύο, καὶ πολὺ   
[12] μᾶλλον ἐν ταῖς ἐφεξῆς ὁ φαγών τὸν ἄρτον τοῦτον οἴεται   
[13] πηλὸν ἐγκεῖσθαι τῇ κοιλίᾳ. θερμὸς δὲ ὧν ἔτι καὶ τοῖς ἐκ   
[14] τῶν πόλεων σπουδάζεται μετὰ τυροῦ τινος προσφερόμενος.   
[15] ἐπιχωρίοις δὲ ὀνομάζουσιν αὐτὸν ὀξυγαλάκτινον. εἰναι δὲ χρῆ   
[16] καὶ τοῦτον ἁπαλὸν, καὶ τὸν ἄρτον ἔτι διαφυλάττοντα τὴν   
[17] ἐκ τοῦ κλιβάνου θερμασίαν, ὁ μὲν ουν οὕτως ὠπτημένος [p. 6.519]   
[1] οὐ μόνον τοῖς καθ ἀγρὸν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἐν ταῖς πόλεσι   
[2] περισπουδαστος εστιν. ὁ δὲ τριων ἤ τεττάρων ἡμερῶν   
[3] καὶ τοῖς ἀγροίκοις αὐτοῖς ἀηδέστερος μὲν ἤδη βρωθῆναι,   
[4] δυσχερέστερος δὲ πεφθῆναι, βραδυπορώτερος δὲ κατὰ γαστέρα,   
[5] τοῦ θερμοῦ μηδὲ τοῦθ ἔχοντος τὸ σύμπτωμα. πολύ   
[6] μὲν γὰρ απολείπεται διαχωρήσεως ἕνεκα τοῦ κριθίνου,   
[7] μεμπτὸς δ᾽ οὐκ ἔστιν ὁμοίως τῳ κεγχρίνῳ, καὶ μέντοι καὶ   
[8] τρέφει το σῶμα θερμὸς ὡν ἱκανως , ὡς μῆ ἀπολείπεσθαι   
[9] πολὺ του πυρίνου συγκομᾶστου. τὸ δὲ σπέρμα τό τῆς τίφης   
[10] ἔχει μὲν ἔξωθεν λέμμα, καθάπερ καὶ ὀλύρα καὶ κριθή,   
[11] πτισθὲν δὲ ἀρτοποιεῖται, καὶ ὅλως εἰς χρῆσιν ἄγεται. καὶ   
[12] γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψηθὲν ἐσθίεται κατὰ τὸν ὑπό τῶν ἀγροίκων   
[13] ὀνομαζόμενον ἀπόθερμον, ἐμβαλλομένου τοῦ πρός ἡμῶν   
[14] μὲν ἑψήματος, ὑπ ἐνίων δὲ σιραίου καλουμένου. καί ποτε   
[15] καὶ μεθ' ἁλῶν ἐσθίεται, καθάπερ ἔφην ἐδηδοκέναι τοὺς   
[16] πυροὺς αὐτούς ἐγὼν τήν δὲ εὐγενεστάτην όλύραν ὅταν, ὡς   
[17] χρὴ, πτὶσσωσίν, τὸν ὀνομαζόμενον τράγον ποιοῦσιν, ᾦ πολλοὶ [p. 6.520]   
[1] χρῶνται δέ ὕδατος ἕψοντες, εἶτα τό μὲν ὕδωρ ἀποχέοντες,   
[2] ἐπιχέοντες δὲ σίραιον, ἤ οἰνον γλυκὺν, ἤ σἰνόμελι· παρεμβάλλουσι   
[3] δὲ καὶ κώνους ἔν ὕδατι διαβεβρεγμένους, ὡς ἐπὶ   
[4] τὸ πλεῖστον ἐξῳδηκέναι. τινὲς δὲ ὁμογενὲς μὲν, οὐχ ὁμοειδὲς   
[5] δὲ τὸ σπέρμα τοῦτο ταῖς ὀλύραις εὐναί φασι, πολλὰ δὲ   
[6] καὶ ἄλλα σπέρματα παραπλήσια μὲν, οὐκ ἀκριβῶς δὲ ταὐτὸν   
[7] εἰδος ἔχοντα τοῖς εἰρημένοις ἐστὶ, τὰ μὲν ἐν τῷ μεταξὺ   
[8] κριθης τε καὶ τίφης, τὰ δὲ ὀλύρας τε καὶ τίφης, ἢ μεταξύ   
[9] πυροῦ τε καὶ της ὀλύρας. ἔνια δ᾽ ἐγγυτάτω τῆς φύσεώς   
[10] ἐστι, τὰ μὲν ὀλύρας, τὰ δὲ κριθης, ἢ τίφης, ἤ πυροῦ,   
[11] καθάπερ ἄλλα, τὰ μὲν ἐλύμου, τὰ δὲ κέγχρου προσηγορίας   
[12] ἔχοντα, τινὰ μὲν ἁπλάς, ὥσπερ ἐν Ἰταλίᾳ ἐξ οὐ τὸν χόνδρον   
[13] ποιοῦσιν, ἔνια δὲ συνθέτους, [ed2page:6.322] ὡς ὲν Καππαδοκίᾳ   
[14] μὲν τὸ καλούμενον γυμνόκριθον, κατὰ δὲ τὴν Βιθυνίαν   
[15] τὸ ζεοπυρον. ἄμεινον δ᾽ ἐστὶ ἀποστάντα τῆς τοιαύτης   
[16] ἱστορίας οὐ μόνον τῶν ὀνομάτων, ἀλλὰ καὶ τῶν σπερμάτων,   
[17] ἕνα τινὰ κοινὸν ὑπὲρ ἁπάντων λόγον διελθεῖν. ὅσα   
[18] μὲν ἐν ὄγκῳ βραχεῖ πλείστην οὐσίαν ἔχει, καὶ ταύτην ταχεῖαν [p. 6.521]   
[1] καὶ γλίσχραν, εὐχυμότατά τε καὶ τροφιμώτατα ταῦτ   
[2] ἔστιν, οὐ μὴν ὑποχωρεῖ γε ῥᾳδίως · οσα δ᾽ ἔμπαλιν τοῖσδε.   
[3] χαύνην μὲν ἔχει καὶ μαλακήν οὐσίαν, τὰ μόρια δὲ αὐτῶν   
[4] πιτυρώδη, διαχωρεῖται μὲν ἄμεινον, ἥττον δὲ τρέφει. τούτων   
[5] δὲ αὐτῶν ὅσα δυσώδη τέ ἐστι καὶ ἀηδίαν τινὰ ἐχοντα   
[6] κατὰ τὴν γεῦσιν, εὔδηλον ὡς κακόχυμά τε καὶ δύσπεπτα   
[7] πάνθ ἐστί. τοῦ δὲ ἐν ὄγκῳ μικρῷ πλείστην οὐσίαν, εἷναι   
[8] τό τε βάρος ἱσταμένων αὐτῶν ἐπὶ ζυγοῦ σημεῖον ἔστω σοι,   
[9] καὶ τὸ τῶν ἀλεύρων πλῆθος · ἐξ ὀλίγου γὰρ ὄγκου πολὺ   
[10] γίνεται τοῖς πεπιλημένην ἔχουσιν τὴν οὐσίαν σπέρμασιν.   
[11] ἡ δὲ κατὰ θερμότητά τε καὶ ψυχρότητα διαφορὰ πρὸ μὲν   
[12] του προσενέγκασθαί τε καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος ἔκ τε   
[13] τῆς χροιᾶς ἐκλογιζέσθω σοι καὶ τῆς γεύσεως καὶ τῆς ἔξω.   
[14] θεν ἐπιτιθεμένων αὐτῶν χρησεως · ἐπὶ δὲ τῷ προσενέγκοισθαι   
[15] καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος διάγνωσις ἀκριβὴς καὶ   
[16] συναίσθησις αὐτοῖς τοῖς φαγοῦσι γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα   
[17] τοῦ θερμαίνειν τὸ ληφθὲν, ἤ ψύχειν, ἢ μηδέτερον ἐπιφανῶς [p. 6.522]   
[1] ἐργάζεσθαι. χροιὰ δὲ κατὰ φύσιν ἐν μὲν κριθαῖς καὶ   
[2] ὀλύραις ἡ λευκὴ , τῶν πυρῶν δὲ ἦ ὑπόξανθος. αἱ τίφαι δὲ   
[3] καὶ τῶν πηρῶν εἰσι ξανθότεραι. καὶ μέντοι καὶ πεπίληται   
[4] τὸ σωμα αὐτῶν εἰς πυκνότητα, καὶ ἴσως καὶ τοῦτο συντελεῖ   
[5] τι πρὸς τὴν σμικρότητα τοῦ σπέρματος · ἀπολείπονται γὰρ   
[6] οὐκ ὀλίγῳ κατὰ τὸ μέγεθος τῶν πυρῶν, ἔνιοι δὲ ὲν τῷ τῶν   
[7] πυρῶν γένει καὶ τουτο τίθενται τὸ σπέρμα. καὶ τό γε παα΄   
[8] Ὁμήρῳ λεγόμενον ἐπὶ τῶν ῖππων, ἔνθα φησὶν ὁ Ἕκτωρ   
[9] πρὸς αὐτοὺς,

Ὑμῖν μὲν προτέροισι μελίφρονα πυρόν ἔθηκα,

[11] ἐπὶ τοῦ της τίφης .σπέρματος εἰρῆσθαι λέγουσι· μικρόν γὰρ   
[12] εἶναι πυρὸν αὐτοῖς, καὶ τούς ῖππους ταύτας μὲν ἀβλαβῶς   
[13] ἐσθίειν, τοὺς δὲ ὄντως πυροὺς οὐκ ἀβλαβῶς. οὐκ άπιθάινως   
[14] δ᾽ ἄν τις ὀνομάζοι πυρὸν μικρὸν τὴν τίφην, καὶ τῆ   
[15] χροιᾷ καὶ τῇ πυκνότητι, καὶ τῇ θερμότητι τῆς δυνάμεως ἐοικυῖαν   
[16] αὐτοῖς.

### [chapter:14]

[17] [Περὶ βρόμου.] Τοῦτο τό σπέρμα πλεῖστόν ἐστιν ἐκ   
[18] Ἄσιοι, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν ὑπερκειμένην Περγάμου Μυσίαν,   
[19] ἔνθα καὶ τίφαι καὶ ὄλυραι πάμπολλαι γίγνονται, τροφὴ δ᾽ ἐστὶν [p. 6.523]   
[1] ὑποζυγίων, ,οὐκ ἀνθρώπων, εἰ μη ποτε ἄρα λιμώττοντες   
[2] ἐσχάτως ἀναγκασθεῖεν ἐκ τούτου τοῦ σπέρματος ἀρτοποιεῖσθαι.   
[3] χωρὶς δὲ λιμοῦ δύ ὕδατος ἑψηθὲν ἐσθίεται μετ   
[4] οἴνου γλυκέος, ἤ ἑψήματος, ἤ οἰνομέλιτος ὁμοίως τῇ τίφῃ.   
[5] θερμότητος δὲ ἱκανῶς μετέχει παραπλησίως ἐκείνῃ, καίτοι   
[6] οὐχ ὁμοίως αὐτῇ σκληρὸν ὑπάρχον. διὸ καὶ τροφὴν ἐλάττονα   
[7] παρέχει τῷ σώματι. καὶ ἄλλως δέ ἐστιν ἀηδής ὁ ἐξ   
[8] αὐτοῦ γενόμε[ed1page:4.314]νος ἄρτος, οὐ μὴν ἐπισχετικὸς γαστρὸς,   
[9] ἢ πο.στρεπτικὸς, ἀλλ᾽ ἐν τῷ μέσῳ κατα γε τοῦτο τεταγμένος.

### [chapter:15]

[10] [ed2page:6.323] [Περὶ κέγχρου καὶ ἐλύμου, ὄν καλ   
[11] μελίνην ὀνομάζουσι.] Πίνεται μἔν ἄρτος ποτὲ κὰκ τούτων,   
[12] ὅταν ἀπορία καταλάβῃ τῶν προγεγραμμένων σιτηρῶν ἔδεσμάτων.   
[13] ὀλιγότροφος δ᾽ ἐστὶ καὶ ψυχρὸς, καὶ δῆλον ὅτι   
[14] κραῦρός ἐστι καὶ ψαθυρὸς, γ ὡς ἂν μηδὲν ἔχων ἐν αὑτῷ   
[15] μήτε λιπαρὸν μήτε γλίσχρον. εἰκότως οὐν ὑγραινομένην   
[16] γαστέρα ξηραίνει. το δὲ ἄλευρον ἕψοντες αὐτῶν ὲν τοῖς   
[17] ἀγροῖς, εὶτα πιμελὴν χοιρείαν ἡ ἔλαιον ἀναμιγνύντες ἐσθίουσι.   
[18] κρείττων δ᾽ ἐστὶν ἐλύμου κέγχρος εὶς πάντα, καὶ ἡδίων ἐς [p. 6.524]   
[1] ἐδωδὴν, καὶ εὔπεπτός ἐστι, καὶ ἦττον ἐπέχει γαστέρα, καὶ   
[2] μᾶλλον τρέφει. καὶ μετὰ γαλακτος δ᾽ ἐνίοτε τὸ ἄλευρον   
[3] αὐτοῦ ἑψήσαντες ἐσθίουσιν, ὥσπερ τὸ τῶν πυρῶν, οἱ ἄγροικοι.   
[4] καλ δηλον ὅτι τό ἔδεσμα τοῦτο τοσούτῳ κρεῖττόν ἐστι   
[5] καταμόνας αὐτὸ ἐσθιόμενον, ὅσῳ καὶ τὸ γάλα τῆς ἀμφοτέρων   
[6] φύσεως εἰς ευχυμίαν τε καὶ τἄλλα πάντα διενηνοχελ λέγω δὲ   
[7] τἄλλα πάντα πέψιν τε καὶ ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ἀνάδοσίν τε   
[8] καὶ τὴν ἐν τῳ προσφέρεσθαι γλυκύτητα καὶ ἡδονήν. οὐδὲν   
[9] γὰρ ἡδὺ τοῖς σπέρμασι τουτοις ὑπάρχει, καὶ μάλιστα τῶ   
[10] ἐλύμῳ κατά γε τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν · ἐν ἄλλοις γὰρ ἔθνεσιν,   
[11] ὥσπερ καὶ ἐν Ἱταλίᾳ , πολὺ βελτίων τυγχάνει.

### [chapter:16]

[12] [Περὶ ὀσπρίων.] Ὅσπρια καλοῦσιν ἐκεῖνα τῶν   
[13] Δημητρίων σπερμάτων, ἐξ ὧν ἄρτος οὐ γίνεται, κυάμους, πισσοὺς,   
[14] ἐρεβίνθους, φακούς, θέρμους, ὄρυζαν, ὀρόβους, λαθύρους,   
[15] ἀράκους, ῶχρους, φασηλους, τηλιν, ἀφάκην, εἴτε τι τοιοῦτον.   
[16] περὶ πάντων οὑν ἑξῆς ἐρῷ τῆς δυνάμεως, ὡς ἄν γιγνώσκων   
[17] τις ἀβλαβέστερον αὐτοῖς χρῷτο,

[p. 6.525]

### [chapter:17]

[1] [Περὶ ὀρύζης.] Τῷ σπέρματι πάντες εἰς ἐπίσχεσιν   
[2] γαστρὸς χρῶνται, τὴν ἕψησιν αὐτοῦ παραπλησίαν ποιοῦντες χόνδρῳ.   
[3] δυσπεπτότερον δέ ἐστιν χόνδρου, καὶ τρέφει ᾖττον, ὡσπερ   
[4] γε καὶ εἰς ἐδωδῆς ἡδονὴν ἀπολειπόμενον αὐτοῦ πάμπολυ.

### [chapter:18]

[5] [Περὶ φακῶν.] Οὐδ᾽ ἐκ τούτων ἀρτοποιεῖταί τις,   
[6] ἀλιπεῖς γάρ εἰσιν καὶ ψαθυροὶ, στυπτικὸν ἔχοντες τὸ λέμμα, τὴν   
[7] δ᾽ σίον σάρκα παχύχυμόν τε καὶ γεώδη, καὶ βραχύ τι ἔχουσαν   
[8] αὐστηρὰς ποιότητος, ἡς τό λέμμα πολλῆς μετέχει. χυμὸς   
[9] δ᾽ ἐν αὐτοῖς ἐστιν, ὡς καὶ προσθεν εἰπον, ἐναντίος τῷ   
[10] στυπτικῷ. διό κὰν ἑψήσας τις αὐτούς ἐν ὕδατι προσενέγκηι   
[11] ται τὸ ὕδωρ, ἥδυνας ἁλσὶν, ἤ γαρῳ, καὶ μετ αὐτῶν ἐλαίῳ,   
[12] διαχωρητικὸν γίνεται πόμα. δὶς δ᾽ ἑψηθέντων, ὥσπερ   
[13] εἴρηται, τῶν φακῶν, ἡ ἐξ αὐτῶν σκευαζομένη φακη καὶ τὴν   
[14] ἐναντίαν ὲχει· δύναμιν τῷ χυλῷ, ξηραίνουσα τὰ κατὰ γαστέ-.   
[15] ρα ῥεύματα, καὶ τόνον ἐντιθεῖσα τῷ στομάχῳ, καὶ τοῖς ἐντέκοις,   
[16] καὶ συμπάση τῇ γαστρί. διὰ τοῦτο οὑν οἰκεῖόν ἐστιν   
[17] ἔδεσμα κοιλιακῶν τε καὶ δυσεντερικῶν. [ed2page:6.324] ἡ δὲ ἀφῃρημένη [p. 6.526]   
[1] τὸ λέμμα φακῆ τὸ μὲν ἰσχυρόν τῆς στύψεως ἀπόλλυσι,   
[2] καὶ τὰ αὐτῆ συνεπόμενα δηλονότι, τροφιμωτέρα δὲ γίνεται   
[3] τῆς ἀπτίστου, παχύχυμός τε ουσα καὶ κακόχυμος καὶ βραδύπορος,   
[4] οὐ μὴν ξηραντική γε τῶν κατὰ τὴν γαστέρα ῥευμάτων,   
[5] ὥσπερ ἡ ἄπτιστος. εἰκότως οὐν οἱ πλεονάζοντες ἐν τούτῳ   
[6] τῷ ἐδέσματι τούς τε καλουμένους ἐλέφαντας ἔχουσι καὶ   
[7] τοὺς καρκίνους · ἐπιτήδειον γάρ ἐστι τὸ παχὺ καὶ ξηρὸν   
[8] ἔδεσμα μελαγχολικὸς γενέσθαι χυμός. οἷς οὐν ἐστιν ὑδατώδης   
[9] ἐν ταῖς σαρξὶ καχεξία, τούτοις μόνον ὠφέλιμον ἔδεσμα   
[10] φακῆ, καθάπερ τοῖς ξηροῖς καὶ αὐχμώδεσι βλαβερώτατον.   
[11] ὡσαύτως δὲ καὶ τὴν ὄψιν ἀμβλύνει μὲν τὴν ὑγιεινῶς δια-ι   
[12] κειμένην ὑπερξηραίνουσα, τὴν δὲ ἐναντίως ἔχουσαν ὀνίνησιν.   
[13] οὐκ ἐπιτήδειός ἐστιν οὐδ᾽ εἰς τὰς ἐμμήνους καθάρσεις, παχύ   
[14] καὶ δύσρουν ἐργαζομένη τὸ αἷμα, τῷ δὲ καλουμένῳ ῥῷ   
[15] γυναικείῳ χρησιμωτάτη. τὴν δ᾽ ἐναντίαν αὐτῇ κατά γε ὐοὐὼ   
[16] το δύναμιν ἐχούσης τῆς πτισανης, ἐξ ἀμφοτέρων μιχθέντων   
[17] ἔδεσμα γίγνεται κάλλιστον,. ὅ καλοῦσιν οἱ παρ ἡμῖν ἄνθρωπ [p. 6.527]   
[1] ποι φακοπτισάνην, οὐκ ἴσον τῷ μέτρῳ μιγνύντες, ἀλλ᾽   
[2] ἔλαττον ἐμβαλόντες τῆς πτισάνης, ὡς ἀν χυλουμένης τε καὶ   
[3] εἰς ὄγκον αἰρομένης μέγαν. οἱ φακοὶ δ᾽ ἑψημένοι βραχύ τι   
[4] προσαναλίσκουσιν. ἤ γε μὴν ἄρτυσις ἡ αὐτὴ καὶ τούτῳ   
[5] τῷ ἐδέσματι τῆ κατὰ τὴν πτισάνην ἐστὶ, πλὴν ὅτι θύμβρας   
[6] ἤ γλήχωνος ἐπεμβαλλομένης ἡδεῖάὶ τε ἄμα καὶ εὐπεπτοτέρα   
[7] γίνεται, τῆς πτισάνης οὐ χαιρούσης τούτοις, ἀλλ᾽   
[8] ἀρκουμένης ἀνήθῳ καὶ πρασῳ μόνῳ. μοχθηροτάτη δ᾽ ἐστὶν   
[9] σκευασία φακῆς ἤ διὰ του σιραίου τοῖς πλουσίοις παρασκευαζομένη   
[10] ὑπὸ τῶν μαγείρων. δεῖται γὰρ οὐ παχυνόντων   
[11] μίξεως, ἀλλ᾽ ὑγρῶν καὶ τεμνόντων τὸ πάχος αὐτῆς μᾶλλον.   
[12] ἢ δὲ τῷ σιραίῳ μιχθεῖσα τὰς καθ᾽ ἤπαρ ἐμφράξεις ἐργάζεσθαι   
[13] πέφυκεν. αὐξάνει δὲ καὶ τὰς φλεγμονὰς ἔν τε τούτῳ   
[14] τῷ σπλάγχνῳ καὶ σπληνὶ, εὶ μὴ μέλιτός τι προσλάβοι βελτίων   
[15] γιγνομένη. πρόδηλον δὲ, ὅτι καὶ τὰς σκιῥῥώδεις διαι.   
[16] θέσεις ἀμφοτέρων τῶν σπλάγχνων παροξύνει. κρέας δὲ χοί-.   
[17] ρειον εἰ βούλει συνέψειν, τῇ μὲν πτισάνῃ τὸ πρόσφατον, τῆ   
[18] δὲ φακῇ τὸ ταριχηρὸν ἁρμόττον εὑρήσεις, ὧσπέρ γε τὸ [p. 6.528]   
[1] μεταξὺ τούτων, ὃ νεαλὲς ὀνομάζουσι, τῆ φακοπτισάνη χρήσιμον   
[2] εἰς ἡδονήν τε καὶ πέψιν ἐστιν. ἤ γέ μῆν εἰς τούς   
[3] παχεῖς χυμοὺς ἐπίδοσις τῆ φακῆ μετὰ τῶν ταριχηρῶν κρεῶν   
[4] ἐσθιομένη μᾶλλον γίνεται, καὶ γὰρ καὶ ταυτα παχύτερόν τε   
[5] καὶ μελαγχολικώτερον αίμα γεννᾳ. διόπερ οὐ χρὴ πλεονάζειν   
[6] οὐδ᾽ ἐν τούτοις, καὶ μάλιστα ὅταν ἤτοι μελαγχολικὸν,   
[7] ἤ λίαν παχύχυμον, ἤ ὅλως κακόχυμον ἦ τινι τὸ σῶμα. τὰ   
[8] δ᾽ αὐτὰ καὶ περὶ τῶν χωρων, ὡρῶν τε καὶ καταστάσεων   
[9] ἐπινοεῖν σε χρὴ καθ᾽ ἕκαστον ἔδεσμα, φειδόμενον μὲν ἐν   
[10] φθτνοπωρῳ τῶν μελαγχολικῶν καὶ ξηραινοντων ἐδεσμάτων,   
[11] ἐν χειμῶνι δὲ χρώμενον, ὥσπερ γε καὶ κατὰ τὸ θέρος τοῖς   
[12] ὑγραίνουσι καὶ ψυχουσιν· ἐν ἡρι δὲ, μέσης ὄντι κράσεως,   
[13] τὰ μέσα ταῖς δυναμεσιν σιτία προσενεγκέον. ἔστι δέ τι τῶν   
[14] μέσων οὐχ ἐν εἶδος. ἔνια μὲν γὰρ τῷ μηδ᾽ ὅλως μετέχειν   
[15] τῶν ἄκρων ἐστὶ τοιαῦτα, τινὰ δὲ ἐκ τῆς ἀμφοῖν ἰσοκρατουσῶν   
[16] μίξεως ἐπικτᾶται τὴν μεσότητα, καθάπερ ὀλίγον   
[17] ἔμπροσθεν ἔλεγον , ὅταν τῇ πτισάνη μίξη τις τῆν φακῆν. [p. 6.529]   
[1] οὕτω δὲ καὶ τὴν τευτλοφακῆν ὁ Ταραντῖνος Ἱίρακλείδης οὐ   
[2] μόνον ὑγιαίνουσιν, ἀλλὰ καὶ νοσουσιν ἐδίδοτο. μέσον γὰρ   
[3] καὶ τοῦθ ἔστιν ἐξ ἐναντίων συγκείμενον ἔδεσμα, διὸ τεῦτλον   
[4] μὲν ἥττον ὑπέρχεται, φακῆ δὲ διαχωρεῖται μᾶλλον. εὔδηλον   
[5] δὲ, ὅτι καὶ ὁ ἀναδιδόμενος ἐξ αὐτῆς χυμὸς εἰς τὸ σῶμα   
[6] μικτὸς ἐκ τῆς ἀμφοτέρων ἐστὶ δυνάμεως, της τε φακῆς καὶ   
[7] τοῦ τεύτλου.

### [chapter:19]

[8] [ed2page:6.325] [Περὶ κυάμων.] Πολλή καὶ τούτων ἐστὶν   
[9] ἡ χρῆσις, ἔτνους ἐξ αὐτῶν ἐσκευασμένου, τοῦ τε ἐν ταῖς χύτραις   
[10] ὑγροῦ καὶ τοῦ παχέος ἐν ταῖς [ed1page:4.315] λοπασι. καὶ τρίτη δ᾽ ἐστί   
[11] τις ἐξ αὐτοῦ σκευασία, μετὰ πτισάνης γιγνομένη. καὶ πλεῖεστῳ   
[12] γε τούτῳ τῷ ἐδέσματι καθ' ἑκαστην ἡμέραν οὑ παρ   
[13] ἡμῖν μονομάχοι χρωνται, σαρκοῦντες τὴν τοῦ σώματος ἔξιν,   
[14] οὐκ ἐσφιγμένη τε καὶ πυκνῇ σαρκὶ, καθάπερ τὸ χοίρειον   
[15] κρέας, ἀλλὰ χαυνοτέρᾳ πως μαλλονε φυσῶδες δ^ ἐστὶν   
[16] ἔδεσμα, κἂν ἐπὶ πλεῖστον ἑψηθῇ καὶ ὁπωσοῦν σκευασθῇ, τῆς   
[17] πτισάνης ἀποτιθεμένης παν τὸ φυσῶδες ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως   
[18] χρόνῳ. τοῖς δὲ προσέχουσι τὸν νοῦν καὶ παρακολουθοῦσι [p. 6.530]   
[1] ταῖς ἑπομέναις ἑκάστῳ τῶν ἐδεσμάτων διαθέσεσιν αἴσθησις   
[2] γίνεται καθ᾽ ὅλον τὸ σῶμα τάσεως τινος ὑπὸ πνεύματος   
[3] φυσώδους, καὶ μάλιστα ὅταν ἀήθης τις ᾖ τοῦδε τοῦ   
[4] βρώματος, ἤ μὴ καλῶς ἑψόμενον προσενέγκηται. τὴν δ᾽   
[5] οὐσίαν οὐ πυκνήν καὶ βαρεῖαν, ἀλλὰ χαύνην τε καὶ κούφην   
[6] ἔχουσιν οἱ κυαμοι καί τι ῥυπτικον εχουσαν σμοιως τῃ πτισάνη.   
[7] φαίνεται γὰρ ἐναργῶς τὰ ὲξ αὐτῶν ἄλευρα τον ῥύπον   
[8] ἀποσμῶντα τοῦ δέρματος, ὸ κατανοήσαντες οἷ α΄ ἀνδροκάπηλοι   
[9] καὶ γυναῖκες ὁσημέραι χρῶνται τῷ τῶν κυάμων   
[10] ἀλεύρῳ λουόμεναι, καθάπερ ἄλλοι νίτρῳ τε καὶ ἀφρονίτρῳ;   
[11] καὶ ὅλως τοῖς ῥυπτικοῖς. ἐπιχρίουσι δὲ καὶ τὸ πρόσωπον   
[12] αὐτῷ παραπλησίως τῇ πτισάνῃ. καὶ γὰρ τούς ἐπιπολῆς   
[13] φακοὺς αἴρει, καὶ τὴν ὀνομαζομένην ἔφηλιν. διὰ ταύτην   
[14] οὐν τὴν δύναμιν οὐδὲν τῇ κατὰ γαστέρα διεξόδῳ βραδύνει,   
[15] καθάπερ ὅσα παχύχυμα, καὶ γλίσχρα, καὶ μηδεμίαν ἔχοντα   
[16] δύναμιν ῥυπτικήν, ὁποῖα ἔφαμεν εἰναι χόνδρον, καὶ τράγον,   
[17] καὶ σεμίδαλιν, καὶ ἄμυλον. ὄντος δὲ τοῦ τῶν κυάμων   
[18] ἔτνους φυσώδους, ἔτι καὶ μᾶλλον, ὅταν ὁλοκλήρους τις [p. 6.531]   
[1] ὰυτοὺς ἑψησας χρῆται, φυσωδεις γίνονται. φρυγέντες μέντοι,   
[2] καὶ γὰρ καὶ οὕτως αὐτοὺς ἐσθίουσιν ἐν χώρᾳ τραγημάτων   
[3] ἔνιοι, τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθενται, δυσπεπτότατα,   
[4] δὲ καὶ βραδυποροι γίγνονται, καὶ παχύν χυμὸν εἰς τροφὴν   
[5] ἀναδιδόασι τῷ σώματι. χλωροὶ δὲ ἐσθιόμενοι, πρὶν πεπανθῆναι   
[6] καὶ ξηρανθῆναι, τὸ κοινὸν ἁπάντων ἔχουσι τῶν καρπων,   
[7] οσους πρὸ τοῦ τελειωθῆναι προσφερόμεθα, τροφὴν   
[8] ὑγροτέραν διδόντες τῷ σώματι, καὶ διὰ τοῦτο περιττωματικωτέραν,   
[9] οὐ κατ᾽ ἔντερον μονον, ἀλλὰ καὶ καθ ὅλην τήν   
[10] ἔξιν. εἰκότως ουν οἱ τοιοῦτοι τρέφουσι μὲν ᾖττον, ὺποχωροῦσι   
[11] δὲ μᾶλλον. ου μονον δὲ ὠμοὺς ἐσθίουσιν οἱ πολλοὶ   
[12] τῶν ἀνθρώπων τοὺς χλωροὺς κυάμους, ἀλλὰ καὶ μετὰ κρεῶν   
[13] χοιρείων ἕψοντες, ὡσπερ τὰ λάχανα, κατὰ δὲ τοὺς ἀγρούς   
[14] καὶ μετ αἰγείων τε καὶ προβατείων. ἥσθημετοι α΄ αὐτῶν   
[15] τοῦ φυσώδους οἱ ἄλλοι μιγνύουσιν κρομμύων, ὅταν ἐν   
[16] λοπάδι κατασκευασωσιν αὐτῶν ἔτνος. ἔνιοι δὲ καὶ χωρὶς τοΙ   
[17] συνεψήματος ὠμὰ τά κρόμμυα προσφέρονται μεθ αὐτοῦτὸ [p. 6.532]   
[1] γὰρ τοι φυσῶδες ἐν ἂπασι τοῖς ἐδέσμασιν ὑπὸ τῶν θερβαινόντων   
[2] τε καὶ λεπτυνόντων ἐπανορθοῦται.

### [chapter:20]

[3] [Περὶ κυάμου Δἰγυπτίου.] Δἰγύπτιος κύαμος, ωσπερ   
[4] τῷ μεγέθει διενήνοχε πολύ τοῦ παο᾽ ἡμῖν, οὕτω καὶ τῆν φυσιν   
[5] ὑγροτέραν καὶ περιττωματικωτέραν ἔχει. εἴπερ οὐν μέμνησαι τὰ   
[6] περὶ τῶν ὁμογενῶν μὲν, ὑγροτέρων δὲ τῇ κράσει καὶ διὰ τοῦτο   
[7] περιττωματικωτέρων [ed2page:6.326] τῶν εἰρημένων κατά τε τὴν πέψιν   
[8] καὶ διαχώρησιν καὶ ἀνάδοσιν καὶ θρέψιν, οὐκ ἔτι δέῃ περὶ   
[9] τούτου τοῦ κυάμου νῦν ἀκούειν, ἐξ ὡν ἐπὶ τοῦ παρ᾽ ἡμῖν   
[10] ἀκήκοας ἐπ᾽ ἐκεῖνον μεταβαίνειν δυνάμενος.

### [chapter:21]

[11] [Περὶ πισσῶν.] Παραπλήσιόν τι κατὰ τὴν ὅλην   
[12] οὐσίαν ἔχουσι κυάμοις, ἐσθιόμενοί τε κατὰ τοὺς αὐτοὺς τρόπους   
[13] αὐτοῖς ἐν δυοῖν τοῖνδε παραλλάττουσιν, ὅτι τε φυσώδεις ὁμοίως   
[14] οὐκ εἰσὶν τοῖς κυάμοις, ὅτι τε τήν ῥυπτικὴν δύναμιν οὐκ   
[15] ἔχουσι. καἴ διὰ τοῦτο βραδυπορώτεροι τῶν κυάμων κατὰ   
[16] γαστέρα εἰσίν.

### [chapter:22]

[17] [ Περὶ ἐρεβίνθων] Ἕτνος μὲν οὐ πάνυ τι δῶ ἔθους   
[18] ἐστὶ τοῖς κατὰ τὰς πόλεις ἀνθρώποις ἐξ ἐρεβίνθων ποιεῖσθαι, [p. 6.533]   
[1] κατὰ τοὺς ἀγροὺς δὲ καὶ τοῦθ εἶδον ἐνίοτε γιγνόμενον, ὥσπερ   
[2] καὶ μετὰ γάλακτος ἑψόμενον αὐτῶν τὸ ἄλευρον. οὐδὲ γὰρ   
[3] ἐπιδέχονται τὴν αὐτὴν τοῖς κυάμοις τε καὶ πεσσοῖς θραῦσιν,   
[4] ὡς τὸν καλούμενον ἐρειγμὸν ἐξ αὐτῶν γενέσθαι. εἰθισμένοι   
[5] δέ εἰσιν ἐν πολλοῖς ἔθνεσιν ἑψηθέντας ἐν ὕδατι τούς ἐρεβίνθους   
[6] ἐσθίειν, ἔνιοι μὲν αὐτοὺς μονους ψιλοὺς, ἔνιοι δὲ   
[7] ἁλσὶ μετρίως ἡδύνοντες. οἱ παρ ἡμῖν δὲ παραπλήσιον ἀλεύρῳ   
[8] τι ποιοῦντες ἐκ τῶν ξηρῶν τυρῶν ἐκείνῳ περιπάττουσιν   
[9] αὐτούς. ἔστι δ᾽ οὐχ ἡττον κυάμων ἔδεσμα φυσῶδες ἐρεβινπ.   
[10] θος, ἰσχυρότερον δὲ ἐκείνων τρέφων, ἐπεγείρει δὲ καὶ ἔμς   
[11] πρὸς συνουσίας ὁρμὰς, πεπιστευμένος ἃμα τῷδε καὶ σπέρματος   
[12] εἶναι γεννητικός · ὥστε καὶ τοῖς ὀχευταῖς ἵπποις   
[13] ἐσθίειν αὐτούς ἕνεκα τούτου διδόασιν. ὑπάρχει δὲ καὶ   
[14] ῥυπτικὴ δύναμις αὐτοῖς ἐπὶ πλέον, ἤ τοῖς κυάμοις. ὥστε   
[15] τινὲς ἐξ αὐτῶν καὶ τούς ἐν. νεφροῖς συνισταμένους λίθους   
[16] ἐναργῶς θρύπτουσιν. μέλανες δ᾽ εἰσὶν οὔτοι καὶ μικροὶ   
[17] κατὰ Βιθυνίαν μάλιστα γεννώμενοι, καὶ καλούμενοι κριοί.   
[18] βέλτιον δὲ τὸν χυλὸν αὐτῶν μόνον πίνειν ἕψοντας ἐν   
[19] ὕδατι. χρῶνται δὲ καὶ ἐρεβίνθοις οἱ ἄνθρωποι καὶ πρὸ [p. 6.534]   
[1] τοῦ πεπανθῆναι χλωροῖς ἔτι, καθάπερ καὶ τοῖς κυάμοις.   
[2] ειρηται δ ἀρτίως ο κοινὸς λόγος πάντων τῶν ἀτελῶν καρπῶν   
[3] , ενθα περὶ τῶν κυαμων σ λόγος ἤν. ὡσαύτως καὶ   
[4] περὶ τῶν φρυγομένων ἐρεβίνθων ἀκηκοέναι νόμιζε σύν τοῖς   
[5] εἰρημένοις ἐπὶ τῶν κυάμων. Δ απαντα γὰρ τὰ φρυγόμενα τὸ   
[6] μεν φυσῶδες ἀποτίθεται, δυσπεπτότερα δὲ καὶ σταλτικῷ-.   
[7] τερα γίνεται, καὶ τροφήν παχυτέραν δίδωσι τῷ σώματα

### [chapter:23]

[8] [Περὶ θέρμων.] ᾽Ισμεν δήπου κακ τοῦτο τὸ σπέρμα   
[9] πολύχρηστον εἶναι κατὰ θάτερον σημαινόμενον τῆς πολυχρήστου   
[10] φωνῇς. ονομάζεται γὰρ οὕτως τό τε πολλαῖς τοὐ σώματος   
[11] ἥρμοττον διαθέσεσιν , τό τε πᾶσιν ἀνθρώποις ἢ τοῖς πλεῖστοις   
[12] χρησιμον, εἰ καὶ πρὸς μίαν ἰδέαν χρείας ἄπαντες αὐτοῦ   
[13] δέοιντο. κατά τοῦτο γοῦν αὐτὸ τὸ δεύτερον σημαινόμενον   
[14] ο θέρμος ἐστὶ πολύχρηστον ὄσπριον. ἑψόμενος γὰρ, είτα   
[15] βρεχόμενος ὲν ὕδατι γλυκεῖ, μέχρις ἂν ἀπόθηται πᾶσαν εἰς   
[16] αὐτὸ τὴν σύμφυτον ἀηδίαν, οὕτως ἐσθίεται διὰ γάρου τε   
[17] καὶ ὁξυγαρου, καὶ χωρὶς τούτων [3Ωι7] ἁλσὶ μετρίοις ἡδυνόμενος, [p. 6.535]   
[1] οὐχ ὥσπερ ἤ τε κριθή καὶ ἄλλα τὰ πολυειδῶς   
[2] σκευαζόμενα. ἔστι δὲ σκληρὸς καὶ γεώδης τὴν οὐσίαν,   
[3] ὥσθ ἀνάγκη δύσπεπτον αὐτὸν εἷναι, καὶ παχύν γεννᾷν   
[4] χυμὸν, ἐξ οὐ μὴ καλῶς ἐν ταῖς φλεψὶ κατεργασθέντος ὁ   
[5] καλούμενος ἰδίως ὠμώς ἀθροίζεται χυμός. ἐπὶ δὲ τὴν   
[6] σκευασίαν ἀποτιθέμενος άπαν ὅσον εἰχε πικρὸν, ὅμοιος   
[7] γίγνεται τοῖς ἀποίοις ὡς πρὸς αἴσθησιν. εὔλογον ουν ἐστιν,   
[8] μήἔ εἰς διαχώρησιν ἐπιτήδειον ὑπάρχειν αὐτὸν, μήθ εἰς   
[9] ἐπίσχεσιν ῥεούσης γαστρὸς, ὧς τὰ στύφοντα, βραδύπορον δὲ   
[10] καὶ δυσαποβίβαστον καὶ δυσδιέξοδον εἰκοτως γίγνεσθαι.   
[11] [ed1page:4.316] καλοῦσι γὰρ οὕτως οἱ ἰατροὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσματων,   
[12] ὅσα μηδεμίαν ἐξέχουσαν ἔχει ποιότητα τῶν παροξύνειν   
[13] εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν ἢ κωλύειν ἐκκρίνειν δυναμένων.   
[14] ἐκεῖναι μὲν ουν οὐχ ὡς τροφαὶ αὐτοῖς ὑπάρχουσιν, ἀλλ᾽ ὡς   
[15] φάρμακα. ὅσα δὲ καὶ οὐδεμίαν ἔχει σαφῆ τοιαύτην ποιάτητα   
[16] , καλεῖται μὲν εὐλόγως ὑπὸ τῶν ἰατρῶν ἄποια, κατὰ   
[17] δὲ τὴν ἐν ὑγρότητι καὶ γλισχρότητι διαφορὰν ἤ ταχυπόροις [p. 6.536]   
[1] αὐτοῖς, ἤ βραδυπόροις, ἤ μέσοις τούτων εἶναι συμβέβηκεν,   
[2] τοῖς μὲν ὑγροῖς καὶ ὀλισθηροῖς ταχυπόροις, τοῖς σκληροῖς   
[3] δὲ καὶ ξηροῖς, ὥσπερ ὁ θέρμος, ἔμπαλιν. ὅσα δὲ μεταξὺ   
[4] τούτων. ἐστὶ κατὰ τὰς εἰρημένας διαφορὰς, οὔτε τάχος.   
[5] ἐπίσημον, οὔτε βραδύτητα διαχωρήσεως ἐργάζεται. καθάπερ   
[6] σύν ταῦτα περὶ πάντων ἐπίστασθαι προσήκει κοινῇ, κατα   
[7] τὸν .αὐτὸν τρόπον καὶ τάδε. τὰ μὲν ὑγρότερα ταῖς συστάσεσιν   
[8] ἃπαντα βραχεῖαν τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταχέως   
[9] ἐξατμιζομένην τε καὶ διαφορουμένην, ὡς ἑτέρας αὐθις   
[10] οὐ διὰ μακροῦ δεῖσθαι, τὰ δὲ σκληρὰ καὶ γεώδη μονίμην   
[11] τε καὶ πολλὴν καὶ δυσδιαφόρητον. εἰ δὲ καὶ κολλῶδες ὲχει   
[12] τι, πολὺ δὴ μᾶλλον ἃπαντα ταῦτα ἐναργῶς ἀποτελεῖ.   
[13] πρόδηλον δ᾽, ὅτι καὶ πεφθῆναι τοῖς τοιούτοις οὐκ εὐπετὲς,   
[14] ὥσπερ γ᾽ οὐδ᾽ εἰς αἔμα μεταβαλεῖν, ούδ᾽ ἐξομοιωθῆναι τοῖς   
[15] στερεοῖς του ζώου μορίοις · εἰ δὲ τοῦτο, μηδὲ θρέψει   
[16] ταχέως, ἀλλ᾽ ὅταν γε κρατηθῇ, τροφὴν πολλὴν δίδωσι τῷ   
[17] σώματι.

[p. 6.537]

### [chapter:24]

[1] [Περὶτήλεωςῆ Οὐ μόνον τῆλιν, ἀλλὰ καὶβούκερας,   
[2] ἔνιοι δὲ αἰγίκερας ὀνομάζουσι τὸ σπέρμα τουτο. τῶν   
[3] θερμαινόντων δ᾽ ἐστὶν φανερῶς, τὴν αὐτὴν χρείαν παρέχον εἰς   
[4] ἐδωδὴν τοῖς ἀνθρώποις, ἤν περ οἱ θέρμοι. προλαμβάνουσα   
[5] γὰρ αὐτὸ διὰ γάρου γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκα, καὶ πολύ   
[6] γε θέρμων εἰς τοῦθ ἔστιν ἐπιτηδειότερον, οὐδὲν ἐξ οἰκείας   
[7] οὐσίας ἐχσν δυσδιέξοδον. ἐσθίεται δὲ καὶ δῶ ὄξους καὶ   
[8] γάρου, καθάπερ οἱ θέρμοι, καὶ δύ οἴνου δὲ καὶ γάρου καὶ   
[9] ἐλαίου. πολλοὶ καὶ τῆλιν ἐσθίουσι, καὶ θέρμους, ἔνιοι δὲ   
[10] καὶ σύν ἄρτῳ, καὶ γίγνεται τοῦθ αὐτοῖς ὄψον αὔταρκες,   
[11] ἥττον μὲν ὑπάγον τὴν γαστέρα, μήτε δὲ κεφαλῆς ἁπτφμενον,   
[12] ὥσπερ γε ἡ διὰ τοῦ γάρου τῆλις ἐνίων ἃπτεται, μήτε   
[13] τὸν στόμαχον ἀνατρέπον, ἐργάζεται γὰρ ἐπί τινων ἡ τῆλις   
[14] τοῦτο, τῷ δ᾽ αὐτῷ τρόπῳ πρὸς ἐδωδὴν ἔνιοι χρῶνται φα- .   
[15] σηλοις τε καὶ ῶχροις, ἐῶ ὧν αὐτίκα τὸν κοινὸν ἁπάντων   
[16] τῶν τοιούτων παραγράψω λόγον. ἐσθίεται δὲ τῆλις ὑπό   
[17] τινων, καὶ πρὶν ἐκκαρπίσαι τό φυτὸν αὐτῆς, ἀποβαπτομένων [p. 6.538]   
[1] αὐτὴν εἰς ὄξος καὶ γάρον. ἕνιοι δὲ καὶ τοὔλαιον ἐπιχέοντες   
[2] ὄψῳ χρῶνται σύν ἄρτῳ προσφερόμενοι, τινὲς δὲ καὶ μεθ   
[3] ὄξους καὶ γάρου. κεφαλῆς δὲ ἀπτέται καὶ ἤδε πλεῖον   
[4] ληφθεῖσα, [ed2page:6.328] καὶ μᾶλλον εἰ καὶ χωρὶς ἄρτου προσενέγκαὐτό   
[5] τις αὐτήν · ἐνίοις δὲ καὶ τὸν στόμαχον ἀνατρέπει.   
[6] χυλὸς . δὲ ἑψηθείσης τῆς τήλεως μετὰ μέλιτος λαμβανόμενος   
[7] ἐπιτήδειός ἐστιν ὑπάγειν απαντας τοὺς ἐν τοῖς ἐντέροις   
[8] μοχθηροὺς χυμοὺς, τῇ μὲν γλισχρότητι τὸ προσηνὲς ἐχων,   
[9] τῇ δὲ θερμότητι τὸ παρηγορικόν. ὅτι δὲ καὶ ῥυπτικῆς μετέχει   
[10] δυνάμεως, ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν παρορμᾂ τὸ ἔντερον. ὸλιτ   
[11] γον δ᾽ εῖναι χρὴ τὸ μιγνύμενον αὐτῷ μέλι, μὴ περιγένηται   
[12] τὸ δακνῶδες. ἐπὶ δὲ τῶν κατὰ τὸν θώρακα χρονιζόντων   
[13] ἀλγημάτων ἄνευ πυρετοῦ συνέψειν μὲν αὐτὴ χρὴ λιπαροὺς   
[14] φοίνικας, ἐκθλίψαντας δὲ τὸν χυλὸν, εἶτα μέλιτι μίξαντας   
[15] δαψιλεῖ, κἄπειτα ἑψήσαντας αὗθις ἐπ᾽ ἀνθράκων ἄχρι πα΄τ   
[16] χους συμμέτρου, χρῆσθαι πρὸ πολλοῦ τῶν σιτίων.

### [chapter:25]

[17] [Περὶ φασήλων καὶ ὥχρων.] Καὶ ταῦτα τὰ   
[18] σπέρματα, καθάπερ καὶ τήν τὴλιν, ὕδατι προδιαβρέχοντες οἱ [p. 6.539]   
[1] ἄνθρωποι μέχρι τοῦ φῦσαι ῥίζαν ἐσθίουσιν πρὸ τῆς ἄλλης   
[2] τροφῆς ὺπαγωγης ἕνεκα γαστρὸς, ἐναποβάπτοντες γάρῳ.   
[3] τρόφιμον δ᾽ ἔχει τὸν χυμὸν, ὅταν ἀναδοθῇ, πεφθέντα μάλλον   
[4] τήλεως. καί τινα νεανίσκον οἰδα, κατὰ τὴν Ἀλεξανδρεῦσιν   
[5] ἰατρικήν τέχνην ἐξασκοῦντα, καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν ὄψῳ χρῶμενον   
[6] ἐτῶν τεττάρων μότοις τούτοις, τήλει λέγω, καὶ φασήλοις,   
[7] καὶ ὡχροις, καὶ θέρμοις. ἤψατο δέ ποτε καὶ τῶν   
[8] ἐκ τῆς Μέμφιδος ἐλαιῶν, καὶ λαχάνων, καὶ καρπῶν ὀλίγων,   
[9] ὅσοι χωρὶς ἑψήσεως ἐσθίονται · προὔκειτο γὰρ αὐτῷ μηδὲ   
[10] πυρ αναπτειν. υγιατνετο ουν εν απασιν εκεινοις τοις   
[11] ἔτεσι, καὶ τὴν τοῦ σώματος ἕξιν κατ᾽ οὐδέν τι χείρονα τῆς   
[12] ἐξ ἀρχῆς ἔσχεν. ἤσθιεν δ᾽ αὐτοὺς μετὰ γάρου δηλονότι, τῷ   
[13] γάρῳ ποτὲ μὲν ἔλαιον ἐπεμβάλλων μόνον, ποτὲ δὲ καὶ οἰνον,   
[14] ἔστι δ᾽ ὅτε καἴ ὄξος, ἐνίοτε δὲ καὶ μεθ᾽ ἁλῶν μόνον, ὥσπερ   
[15] καὶ τοὺς θέρμους. περὶ μὲν οὐν διαίτης ὑγιεινῆς εἴρηται   
[16] μέν τι κἀν τῆ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείᾳ κατὰ διέξοδον, εἰρῆσεται   
[17] δὲ καὶ κατὰ τόνδε τὸν λόγον αὐθις ἐν βραχέσι κεφαλαίοις. [p. 6.540]   
[1] νυνὶ δὲ περὶ τῶν ωχρων τε καὶ φασήλων οἷς εἶπον   
[2] ἔτι καὶ τοῦτο προσκείσθω. μέσα πὼς ἐστιν ἐδέσματα ταῦτα   
[3] εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων, εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων,   
[4] βραδυπόρων τε καὶ ταχυπόρων, φυσωδῶν τε καὶ ἀφύσων,   
[5] ὀλιγοτρόφων το καὶ πολυτρόφων. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ ποιότητα   
[6] δραστήριον ἔχει, καθαπερ ἔνια τῶν δριμεῖς, ἤ στρυφνοὺς,   
[7] ἢ ἁλυκοὺς, ἢ πικρούς, ἤ γλυκεῖς ἐχόντων χυμούς.

### [chapter:26]

[8] [Περὶ λαθύρων.] Παραπλήσιοι μέν εἰσιν τὴν   
[9] οὐσίαν οἱ λάθυροι τοῖς ῶχροις τε καὶ φασήλοις, χρῶνται   
[10] δ᾽ αὐ καὶ τούτοις πλείστοις οἱ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν   
[11] ἀγροῖκοι , καὶ μάλιστα κατὰ τὴν Μυσίαν τε καὶ τρυγίαν,   
[12] οὐ μόνον ὥσπερ ῶχροις τε καὶ φασήλοις οἴ κατὰ τῆν   
[13] Ἀλεξανδρείαν τε καὶ πολλὰς ἄλλας πόλεις , ἀλλὰ καὶ σκευά-.   
[14] ζοντες ὁμοίως τῇ φακοπτισάνῃ. χυλὸν δὲ ἔχουσι τῃ μὲν   
[15] δυνάμει παραπλήσιον τοῖς ῶχροις τε καὶ φασήλοις, παχύτερον   
[16] δὲ συστάσει, καὶ διὰ τοῦτό γ᾽ αὐτὸ τροφιμώτεροί πως   
[17] ἐκείνων εἶσίν.

[p. 6.541]

### [chapter:27]

[1] [ed2page:6.329][Περὶ ἀράκων.] Τὴν ὑστάτην συλλαβὴν   
[2] τοῦ τῶν ἀρακων ὀνόματος διὰ του κ΄ γεγραμμένην εὑρίσκομεν ἐν   
[3] ταῖς Ἀριστοφάνους Ὁλκάσιν, ἔνθα φησίν ·

[4] Ἀράκους, πυροὺς, πτισάνην, χόνδρον, ζειὰς, αἴρας, σεμίδαλιν.   
[5] παραπλήσιον δ᾽ ἐστὶ τὸ σπέρμα τῷ τῶν λαθύρων, καί τινές γ᾽ οὐχ   
[6] ἕτερον εἰναι γένος ἐκείνων νομίζουσιν αὐτῶ καὶ γὰρ καὶ ἡ   
[7] χρῆσις ἃπασα καὶ ἤ δύναμις αὐτοῦ παραπλησία τῆ τῶν λαθύρων   
[8] ἐστὶν, πλὴν ὅσον σκληρότεροί τε καὶ δυσεψητότεροι, καὶ διὰ   
[9] τοῦτο καὶ δυσπεπτότεροι τῶν λαθύρων εἰσὶν οἱ ἄρακοι.   
[10] παρ᾽ ἡμῖν δὲ ἄγριόν τι καὶ στρογγύλον, καὶ σκληρὸν, ὀρόβου   
[11] μικρότερον ἐν τοῖς Δημητρίοις καρποῖς εὑρισκόμενον,   
[12] ὀνομάζουσιν ἄραχον, οὐ διὰ τοῦ α΄ τῆν ἐσχάτην συλλαβὴν,   
[13] ἀλλὰ διὰ τοῦ γ΄ φθεγγόμενοι, .καὶ ῥίπτουσιν αὐτὸν ἐκλέγοντες,   
[14] ωσπερ καὶ τὸν πελεκῖνον.

### [chapter:28]

[15] [ed1page:4.317] [Περὶ δολίχων.] Τὸ τῶν δολίχων ὄνσμα   
[16] γέγραπται μὲν καὶ παρὰ τῷ Διοκλεῖ μετὰ τῶν ἄλλων,   
[17] ὅσα τῶν τρεφόντων ἡμάς σπερμάτων εἰσὶν ὀνόματα, γέγραπται   
[18] δὲ κἀν ,τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, ὑπὲρ οὑ καὶ [p. 6.542]   
[1] πρόσθεν ἤδη διῆλθον. ἡγοῦμαι δ᾽ αὐτούς οὕτως ὀνομάζειν   
[2] τὸ σπέρμα τοῦ κηπευομένου φυτοῦ, καλουμένου δὲ νῦν ὺπο   
[3] τῶν πολλων κατὰ τὸν πληθυντικὸν ἀριθμὸν διττῶς. ένιοι   
[4] μὲν γὰρ λοβοὺς, ἔνιοι δὲ φασηόλους ὀνομάζουσιν αὐτούς διὰ   
[5] τεττάρων συλλαβῶν τὴν φωνὴν προφερόμενοι, καὶ διὰ τοῦτο   
[6] ποιοῦντες ἕτερον ὄνομα τῶν διὰ τριων συλλαβῶν λεγομένου   
[7] φασήλου. τινὲς δὲ τὸν αὐτὸν εἰναι λέγουσι τὸν φάσηλον   
[8] τῷ λαθύρῳ, τινὲς δὲ εἰδος αὐτοῦ. τούς γε μὴν δολίχους   
[9] τεκμαίροιτο ἄν τις ὀνομάζεσθαι τὰ κηπευόμενα ταῦτα φυτὰ   
[10] κἀξ ὡν Θεόφραστος περὶ αὐτῶν εἶπεν ἐν τῷ ὀγδόῳ περὶ   
[11] φυτῶν ἱστορίας. έχει δὲ ἡ λέξις ὧδε. καὶ τὰ μέν ἐστιν   
[12] ὀρθόκαυλα, καθάπερ πυρὸς καὶ κριθή, καὶ ὅλως τὰ σιτῶδη   
[13] καὶ τὰ θερινά · τὰ δὲ πλαγιόκαυλα, οἷον ἐρεβινθος,   
[14] ὄροβος, φακός · τὰ δὲ ἐπιγειόκαυλα, καθάπερ ωχρος, πίσ-.   
[15] σος, λάθυρος. ὁ δὲ δόλιχος, ἐὰν παρακαταπήξη τις ξύλα   
[16] μακρὰ, ἀναβαίνει καὶ γίνεται κάρπιμος, εἰ δὲ μὴ, φαῦλος   
[17] καὶ ἐρημώδης. ἐκ δὲ τοῦ παραπηγνύναι κελεύειν ξύλα μακρὰ   
[18] καὶ, μή γενομένου τούτου, φάσκειν, ἐρημώδετς αὐτούς [p. 6.543]   
[1] ἀποτελεῖσθαι, τεκμήραιο ἄν τις, τὸν λύγον αὐτοῦ περὶ τῶν   
[2] νῦν καλουμένων φασηόλων τε καὶ λοβῶν εἰναι. αὐτὸς δἔ   
[3] λοβοὺς ὀνομάζει τὰ περιέχοντα τὸ σπέρμα τῶν τοιούτων   
[4] ὀσπρίων, ὁποῖόν ἐστι φακὸς καὶ ὄροβος, καὶ πισσὸς, καὶ κύαμος,   
[5] καὶ θέρμος. ὥσπερ γὰρ τὰ σιτηρὰ σπέρματα περιέχουσιν   
[6] οἱ ἀστάχυες, οὕτω τὰ νῦν εἰρημένα οἱ λοβοὶ , καὶ τούς;   
[7] γε δολίχους καὶ αὐτοὺς οἱ λοβοὶ περιίσχουσι. καὶ κατὰ τοῦτο   
[8] οἶμαι τὸν ὅλον καρπὸν ὑπὸ τῶν νυν ἀνθρώπων ὁνομάζεσθαι   
[9] λοβούς, ὥσπερ ἀστάχυας ὅλους σιτηροὺς καρπούς.   
[10] ἴσμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐν πολλῇ χρήσει παρὰ τοῖς   
[11] ἀνθρώποις ὄντων ὅλου τοῦ γένους τοὔνομα σφετερισάμενα,   
[12] καθάπερ τὸν κάλαμον, ᾦ γράφομεν, καὶ τὸ μέλαν. ἐν τῷ   
[13] ττερὶ διαίτης Ἱπποκράτει οὕτως γέγραπται. οἱ δὲ πισσοὶ   
[14] φυσῶσι μὲν ἦττον, διαχωροῦσι δὲ μᾶλλον, ωχροι δὲ καὶ δόλιχοι   
[15] διαχωρητικώτεροι τούτων, ἦσσον δὲ. φυσώδεις, τροφιμώτεροι   
[16] δῶ παραβάλλων γὰρ ἐν ταύτῃ τῇ ῥήσει τοὺς πισν,   
[17] σοὺς τοῖς κυάμοις, ὑπὲρ ων ὡς φυσώδους ἐδέσματος προειὐ.   
[18] ρήκει, τοὺς δ᾽ [ed2page:6.330] ὥχρους καὶ δολίχους ἐφεξῆς γράφων; [p. 6.544]   
[1] ἐνδείκνυται τῶν ὁμογενῶν τι τοῖς προειρημένοις σπερμάτων   
[2] εἶναι τὸν δολιχον, καὶ μαλιστα τοῖς ῶχροις. ἀλλ᾽ ἐκ τοῦ   
[3] μηδ᾽ ὅλως αὐτὸν μνημονεῦσαι λαθύρων καὶ φασήλων ὑποψία   
[4] τίς ἐστιν, ὡς ἐκείνων τῶν σπερμάτων τι ἐνδεχόμενον εἴη   
[5] κεκλῆσθαι δόλιχον. εἰ δὲ καὶ τοὺς φασήλους τις ἐν τῷ   
[6] γένει τῶν λαθύρων περιλαμβάνει, τῷ γε τούς λαθύρους μὴ   
[7] δύνασθαι λεχθῆναι δολίχους ἐν τῇ προειρημένη ῥήσει, δέαφυγεῖν   
[8] οὐχ οὶόν τε. καὶ Διοκλης δ᾽ ἐν τῷ ὀσπρίων κατα-,   
[9] λόγῳ κυάμους πρῶτον εἰπών, εἰτα πισσοὺς, ἐφεξῆς γράφει   
[10] κατὰ λέξιν οὕτως. δόλιχοι δὲ τρέφουσι μὲν οὐχ ἥττον τῶν   
[11] πισσῶν, ἄφυσοι δ᾽ εἰσὶν παραπλησίως, πρὸς ἡδονὴν δὲ   
[12] καὶ διαχώρησιν χείρους. ἀλλὰ καὶ οὕτος ἐφεξης ῶχρων μὲν   
[13] καὶ φακῶν, ἐρεβίνθων τε καὶ ὀροβων μνημονεύσας, παραλιπών   
[14] δὲ τὸ τῶν λαθύρων ὄνομα, τὴν αὐτὴν ἀμφιβολίαν   
[15] παρέχει. καί τις δύναται λέγειν, ἐν εἰναι γένος ταῦτα   
[16] πάντα, λαθύρους, ῶχρους, φασήλους, ὀνόμασι πλείοσι κεχρημένα,   
[17] τάχα μὲν ὡς κίων καὶ στύλος δὲ κατά τινας ἐμφαινομένας [p. 6.545]   
[1] αὐτοῖς διαφοράς. ἀλλὰ τό γε τούς δολίχους οὐχ   
[2] ἦττόν τε τῶν πισσῶν τρέφειν, ἀφύσους τε εἰναι παραπλησίως   
[3] ἐκείνοις, ἐνδεικτικόν ἐστι τοῦ κεκληκέναι τὸν Διοκλέα   
[4] τοὺς νῦν ὀνομαζομένους φασηόλους οὕτως. ὁ γάρ τοι λὰθυρος   
[5] οὐκ ἐστιν ἀψυχότερος πισσοῦ, καθάπερ οὐδὲ ὠχρος,   
[6] οὐδὲ φάσηλος, εἴθ' έν γένος ἐστὶν , ὡς ἔφην, εἴτε καὶ   
[7] διαφοραί τινες ἑνὸς γένους ταῦτα. φιλότιμος δὲ καὶ Πραξαγορας   
[8] οὐδενὸς τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ἐμνημόνευσαν,   
[9] ὅτι μή κυάμων τε καὶ πισσῶν μόνων, ὥστε παρά γε τούτων   
[10] οὐδὲν ἔχομεν εὐπορῆσαι περὶ τοῦ τῶν δολίχων ὄνοματος,   
[11] ἐα΄ ὅτῳ πράγματι τέτακται. καὶ τοίνυν καλείτω μὲν   
[12] ἕκαστος, ὡς ἃν θέλῃ, τοὺς νυν ὑπὸ τῶν πολλῶν ὁνομαζομένους   
[13] φασηολους τε καὶ λοβοὺς, ἴστω δὲ τήν᾽ δύναμιν αὐτῶν   
[14] οὐσαν, οἵαν Διοκλῆς εἰπε περὶ τῶν δολίχων. ἐγγὺς. δὲ τῆς   
[15] γνώμης αὐτῶν καὶ ὁ ὲν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτης γράψας   
[16] ἤκει, τοὺς ὥχρους καὶ τούς δολίχους διαχωρητικωταρους   
[17] μὲν εἰναι τῶν πισσῶν λέγων, ἥττον δὲ φυσώδεις καὶ   
[18] τροφίμους εἶναι αὐτούς μαρτυρεῖ. καὶ γὰρ οὕτως ἔχει, πλήν [p. 6.546]   
[1] ὅτι σὺν τοῖς λοβοῖς ὅλους ἐσθίουσιν ἔτι χλωρούς ὄντας ι   
[2] αὐτοὺς οἱ ἄνθρωποι δύ ἐλαίου καὶ γάρου τοὐπίπαν · ἔνιοι   
[3] δὲ καὶ οἶνον ἐπιβάλλουσιν. εἰς ἀποθεσιν δὲ οὐ χρῶνται,   
[4] καθάπερ τοῖς πισσοῖς · ὑγρότεροι γὰρ ὄντες τὴν φύσιν   
[5] εἰώθασι διαφθείρεσθαι. τῷ βουλομένῳ δ᾽ ἀσφαλῶς ἀποθέσθαι   
[6] καὶ τούτους, ὥσπερ ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐποίει, ξηραντέον   
[7] ἐστὶν ἀκριβῶς αὐτούς · οὕτως γὰρ ἄσηπτοί τε καὶ ἀδιάφθοροι   
[8] μένουσιν ὅλῳ χειμῶνι, τὴν αὐτὴν χρείαν τῷ πισσῶ παρεχώμενοι.   
[9] τῶν φίλων δέ τις ἐν Ῥωμῃ διατρίβων ελεγεν, ἐν   
[10] Καρίᾳ κατὰ τὴν ἑαυτοῦ πατρίδα καλουμένην Κέραμον   
[11] σπείρεσθαι τοῖς ἄλλοις οσπρίοις ὡσαύτως τοὺς δολίχους ἐν   
[12] ταῖς ἀρούραις, έχοντας τό σχημα προμηκέστερον λαθύρων.

### [chapter:29]

[13] [Περὶ ὀρόβων.] Οἱ βόες ἐσθίουσι τούς ὀροβους   
[14] παρ ἡμὰς τε καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν ὕδατι προγλυκανθέντας   
[15] · οἱ δὲ ἄνθρωποι τελέως ἀπέχονται τοῦ σπέα.,   
[16] ματος τούτου, καὶ γὰρ ἀηδέστατόν ἐστι καὶ κακοχυμον:   
[17] ἐν λιμῷ δέ ποτε μεγάλῳ, καθὰ καὶ Ἱπποκράτης ἔγραψεν,   
[18] ἐξ ἀνάγκης βιαίας ἐπ᾽ αὐτὸ παραγίνονται. προπαρασκευάς [p. 6.547]   
[1] ζῶντες δ᾽ ἡμεῖς, ὥσπερ τούς θέρ[ed2page:6.331]μους , χρώμεθα μετὰ   
[2] μέλιτος τοῖς ὀρόβοις, ὡς φαρμάκοις τῶν κατὰ θώρακα καὶ   
[3] πνεύμονα παχέων ὑγρῶν ἐκκαθαρτικοῖς. ἦττον δ΄ εἰσὶ φαρμακὡδεις   
[4] ἐν αὐτοῖς οἱ λευκοὶ τῶν πρὸς τὸ ξανθὸν ἡ ὠχρὸν   
[5] ἀφισταμένων. οἱ δ᾽ ἀφεψηθέντες δὶς ἀπογλυκανθέντες τε   
[6] δύ ὕδατος πολλάκις ἀποτίθενται μὲν τήν ἀηδίαν, ἀποτί.θενται   
[7] δὲ σύν αὐτή καὶ τὴν ῥυπτικήν τε καὶ τμητικὴν   
[8] δύναμιν, ὥστε ὑπολείπεσθαι τὸ γεῶδες αὐτῶν τῆς οὐσίας,   
[9] ὃ χωρὶς πικρότητος ἐπιφανοῦς ἔδεσμα ξηραντικὸν γίγνεται. ·

### [chapter:30]

[10] [Περὶ σησάμου καὶ ἐρυσίμου.] Ἀιπαρόν ἐστι   
[11] τό τῶν σησάμων σπέρμα, διὸ καὶ τάχιστα κείμενον ἐλαιηρόν   
[12] γίνεται. διὰ τοῦτο σύν ἐμπίπλησί τε τοὺς ἐσθίοντας αὐτὸ   
[13] ταχέως, ἀνατρέπει τε τὸν στόμαχον, καὶ βραδέως πέττεται,   
[14] καὶ τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι λιπαράν. εὔδηλον οὑν, ὅτι   
[15] τόνον καὶ ῥώμην ἐντιθέναι τοῖς κατὰ τῆν γαστέρα μορίοις   
[16] οὐ δύναται, καθάπερ οὐδὲ ἄλλο τι τῶν λιπαρῶν. ἔστι δὲ   
[17] παχύχυμον, καὶ διὰ τουτο οὐδὲ διεξέρχεται ταχέως. ἐσθίουσι   
[18] δὲ αὐτὸ μόνον μὲν οὐ πάνυ τι, [ed1page:4.316] σύν μέλιτι δὲ ἀπέφθῳ, [p. 6.548]   
[1] τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν πολλῶν σησαμίδας ἀναπλάττοντες.   
[2] ἐπιπάττουσι δὲ καὶ τοῖς ἄρτοις αὐτό. ὥσπερ δὲ κέγχροις   
[3] ἔλυμος, ὅν καὶ μελίνην ἔφαμεν ὀνομάζεσθαι, παραπλήσιον   
[4] μέν πώς ἐστιν, χεῖρον δὲ πάντη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον   
[5] ἐρύσιμον σησάμῳ κατὰ τὴν νοῦ σώματος οὐσίαν ᾷιισ- ᾽   
[6] γενές πως ὃν, ἀηδέστερόν τ᾽ ἐστὶ βρωθῆναι, καὶ τροφὴν   
[7] η΄ττονα δίδωσι τῷ σώματι, καὶ πάντη χεῖρον ὑπάρχει. θερ-.   
[8] μὰ δέ ἐστι ταῖς κράσεσιν ἄμφω, καὶ διὰ τοῦτο καὶ διψώδη.

### [chapter:31]

[9] [Περὶ μήκωνος σπέρματος.] Τῆς ἡμέρου μήκωνος   
[10] σπέρμα χρήσιμόν ἐστιν ἐπιπαττόμενον ἄρτοις, ὡς   
[11] ἥδυσμα, καθάπερ καὶ τὰ σήσαμα. βέλτιον δ᾽ ἐστὶ τό λευκότερον   
[12] σπέρμα τοῦ μελαντέρου, δύναμιν δ᾽ ὲχει ψυκτικὴν,   
[13] καὶ διὰ τοῦτο καὶ ὑπνωτικόν ἐστιν · εἰ δὲ καὶ πλεῦν   
[14] ληφθείη, καὶ καταφορικὸν, καὶ δύσπεπτον, ἔτι τε τῶν ἐκ   
[15] θώρακος καὶ πνεύμονος ἀναβηττομένων ἐπισχετικόν. ὠφελεῖ   
[16] μέντοι τούς ἐκ κεφαλῆς καταρροιζομένους λεπτῷ ῥεύματι.   
[17] τροφήν δὲ οὐκ ἀξιόλογον παρεχει τῷ σώματι.

[p. 6.549]

### [chapter:32]

[1] [Περὶ λίνου σπέρματος, ὃ καὶ συνθέτως   
[2] ὀνομάζουσι λινόσπερμον.] .Χρῶνται μὲν αὐτῷ καὶ φρύγοντες   
[3] ἔνιοι, καθάπερ τοῖς σκευαστοῖς ἁλσὶν, ὡς ὄψῳ μετὰ γάρου,   
[4] χρῶνται δὲ καὶ μέλιτι φυρῶντες. ἐπιπάττουσι δὲ ἔνιοι καὶ   
[5] τοῖς ἄρτοις αὐτὸ, κακοστόμαχόν τε καὶ δύσπεπτον ὑπάρχον,   
[6] καὶ τροφήν ὀλίγην τῷ σώματι παρέχον. εἰς δὲ διαχώρησιν   
[7] γαστρὸς οὔθ ἂν ἐπαινέσαις οὔθ ἂν ψέξαις αὐτό· μετέχει   
[8] γε μὴν βραχύ τι καὶ τῆς οὐρητικῆς δυνάμεως, ὃ μᾶλλον   
[9] γίνεται φανερὸν, ἐπειδὰν φρυγὲν ἐσθίηται · τηνικαῦτα δ᾽   
[10] ἵστησί πως μᾶλλον τὴν γαστέρα. χρῶνται δ᾽ οἱ κατὰ τοὺς   
[11] ἀγρούς ἄνθρωποι πολλάκις αὐτῷ, μετὰ τὸ φρύξαι καὶ λειῶ-.   
[12] σαι μέλι μιγνύντες.

### [chapter:33]

[13] [ed2page:6.332] [Περὶ ὁρμίνου.] Καὶ τουτῳ χρῶνται   
[14] φρύγοντες, εἶτα λειοῦντες, ὡς ἄλευρον γενέσθαι, μιγνύουσι   
[15] δ᾽ αὐτῷ καὶ μέλιτος. ὀλίγον δ᾽ ὲχει τώ τρόφιμον ὲν ἑαυτῷ,   
[16] μεταξὺ τὴν φύσιν ὑπάρχον ἐρυσίμου τε καὶ κυμίνου.

### [chapter:34]

[17] [Περὶ καννάβεως σπέρματος.] Οὐχ, ὥσπερ   
[18] αὐτὸ τὸ φυτὸν τῆς καννάβεως ἔοικέ πως τῷ ἄγνῳ, καὶ τὸ [p. 6.550]   
[1] σπέρμα τῷ σπέρματι παραπλησιον πως ἐστιν τὴν δύναμιν,   
[2] ἀλλ᾽ ἀποκεχώρηκε παμπολυ, δύσπεπτόν τε καὶ κακοστόμαχον   
[3] ὄν, καὶ κεφαλαλγὲς, καὶ κακόγαμον. ὅμως δ᾽ οὐν καὶ τοῦτό   
[4] τινες ἐσθίουσιν φρύττοντες ἄμα τοῖς ἄλλοις τραγήμασιν.   
[5] ὀνομάζω δηλονότι τραγήματα τὰ περὶ τὸ δεῖπνον ἐσθιόμενα   
[6] τῆς ἐπὶ τῷ πίνειν ἡδονῆς ἕνεκα, θερμαίνει δ᾽ ἱκανῶς, καὶ   
[7] διὰ τοῦτο καὶ κεφαλῆς τάττεται βραχεῖ πλεῖον ληφθὲν, ἀτμὸν   
[8] ἀναπέμπον ἐα΄ αὐτὴν θερμόν τε ἄμα καὶ φαρμακώδη.

### [chapter:35]

[9] [Περὶ ἄγνου σπέρματος.] Καὶ καθ᾽ αὑτο   
[10] τοῦτο φρυγομενον ἐσθίεται, πεπιστευμένον ἐπέχειν τὰς ἐπ᾽   
[11] ἀφροδισίοις ὁρμὰς γινομένας, τροφὴν δ᾽ ὀλίγην δίδωσι τῷ   
[12] σώματι, ταύτην ξηραίνουσαν μὲν καὶ ψύχουσαν, ἄφυσον   
[13] δ᾽ ἱκανῶς. κατὰ/ πάντ᾽ οὑν ταατα τοῖς ἁγνεύειν ἀφροδισίων   
[14] βουλομένοις ἐπιτήδειόν ἐστι· διὸ καὶ τοὔνομα τῳ   
[15] φυτῷ τεθεῖσθαι τοῦτό φασιν, κεφαλῆς δ᾽ οὐχ ὅπτεται,   
[16] καθάπερ ἡ κάνναβις.

### [chapter:36]

[17] [Περὶ ἀφάκης καὶ βικίου.] ,Τὸ σχῆμα τῶν   
[18] σπερμάτων τούτων σύ στρογγύλον ἐστὶν, ὥσπερ τὸ τῶν κυάμων, [p. 6.551]   
[1] ἀλλ᾽ ὺπόπλατυ μᾶλλον ὁμοίως τοις φακοῖς. ἀποτίθενται   
[2] δὲ οἱ γεωργοὶ καὶ ταῦτα σύν αὐτοῖς τοῖς λοβοῖς ἄμα   
[3] τοῖς φυτοῖς ὅλοις ἕνεκα τῆς τῶν ἀλόγων θρεμμάτων τροφῆς.   
[4] ἐν λιμῷ γε μὴν οἶδα καὶ τούτων ἐνίους φαγόντας, καἴ μά-ι   
[5] λιστα τοῦ ηρος, ἔτι χλωρῶν ὄντων, ὥσπερ ἐρέβινθόν τε καὶ   
[6] κυαμον ἐσθίουσι συνήθως. ἔστι δ᾽ οὐκ ἀηδῆ μόνον, ἀλλὰ   
[7] καὶ δύσπεπτα καὶ σταλτικὰ γαστρός. εὔδηλον οὐν, ὅτι τὰ   
[8] τοιάδε τὴν φύσιν ὄντα τὴν ἀναδιδομένην τροφὴν ἐξ ἑαυτῶν   
[9] οὐθ εὔχυμον ὲχει καὶ παχεῖαν, εἰς αἵματος μελαγχολικοῦ   
[10] γένεσιν ἐπιτήδειον, ὥσπερ καὶ πρόσθεν εἴρηται περὶ τῆς   
[11] φακῆς. ἀλλ᾽ ἐκείνῃ μὲν πολλὰ ἀγαθὰ πάρεστι, τούτοις δὲ   
[12] οὐδὲν τῶν ἐκείνης ἀγαθῶν ὑπάρχει. τῷ γε μὴν ὄνομα τοῦ   
[13] βικίου παγ΄ ημῖν μὲν σύνηθές ἐστι, καὶ μόνως γε οὕτως ὀνομά-.   
[14] ζεται · παρὰ δὲ τοῖς Ἀττικοῖς ἄρακος ἤ κύαμος ἐκαλεῖτο.

### [chapter:37]

[15] [ed2page:6.333] [Περὶ τῶν ἐν ἑκάστῳ γένει σπερμάτων   
[16] ἐμφερομένων, ἑτερογενῶν τε καὶ μικτῶν,] Ἐν μὲν τοῖς   
[17] πυροῖς αὶραι πολλάκις εὑρίσκονται πολλαί · κατὰ δὲ τὰς   
[18] κριθὰς γίγνονται μὲν, ἀλλ᾽ ὀλίγαι, πολὺς δὲ ὁ καλούμενος [p. 6.552]   
[1] αἰγίλωψ ἐν αὐταῖς, ὅταν δυστυχήσωσι κατὰ τὴν πρώτην   
[2] αὔξησιν ἤ γένεσιν. ὁ δ᾽ ἐμὸς πατὴρ, ἐν παρακμῇ τῆς ἡλίκίας   
[3] φιλογεωργὸς γενόμενος, ἔσπειρέ ποτε καὶ πυρούς καὶ   
[4] κριθὰς, ἀκριβῶς ἐκλέξας αὐτῶν ἃπαν ὅσον ἑτερογενὲς ἐμέμίκτο   
[5] σπέρμα, χάριν τοῦ γνῶναι σαφῶς, εἰ κατὰ μεταβολὴν   
[6] αὐτῶν ἡ γένεσις ταῖς αἴραις τε καὶ τοῖς αἰγίλωψι, ἤ φυσιν   
[7] ἰδίαν ὲχει καὶ ταῦτα τὰ σπέρματα. γεννηθέντων δ᾽ ἄμα   
[8] τοῖς καθαροῖς σπέρμασιν αἰρῶν μὲν πολλῶν κατὰ τυχην ἐν   
[9] τοῖς πυροῖς, ὀλίγων δ᾽ ἐν ταῖς κριθαῖς, ἀλλ᾽ αἰγίλωπος   
[10] δαψιλοῦς, ἐπεχείρει καὶ τῇ τῶν ἄλλων σπερμάτων βασάνῳ   
[11] τὸν αὐτὸν τρόπον. εὐρεν οὐν καὶ τοῖς φακοῖς ἐκ μεταβολῆς   
[12] αὐτῶν γενομένους ἀράκους τε τοὺς σκληρούς τε καὶ στρογγυλους   
[13] καὶ πελεκίνους, ἄβρωτα σπέρματα, τὴν δὲ ἀπαρίνην   
[14] οὐ μόνον ἄβρωτον, ἀλλὰ κὰν τῷ φύεσθαι περιπλεκομένην

[15] τοῖς φυτοῖς τῶν φακων, αγχουσαν τε και πνίγουσαν αυτα   
[16] καἴ κατασπῶσαν, ὥσπερ ἡ ὸροβάγχη τοὺς ὀρόβους. ταῦτα   
[17] μὲν οὑν μοχθηρὰ πάνυ σπέρματα. τό μελάμπυρον δὲ καλοῦμενον [p. 6.553]   
[1] ἐκ μεταβολῆς μὲν καὶ αὐτὸ γεννᾶται τῶν πυρῶν, ἀλλ᾽   
[2] ἀπολείπεται πάμπολυ τῆς ὲν ταῖς αἴραις κακίας. Ι εὗρε δὲ   
[3] καὶ κατὰ ἄλλα σπέρματα τοιαύτας τινὰς μεταβολὰς γιγνομύνας,   
[4] ὅθεν ἐκέλευσεν τοὺς χρωμένους αὐτοῖς ἐκλέγειν   
[5] ἄταν τὸ μοχθηρὸν, ὅταν εἰς χρῆσιν ὑγιεινὴν ἄγηται τὰ   
[6] σπέρματα, και μῆ καταφρονοῦν, ωσπερ οι τοις οημοις υπηρετούμενοι   
[7] σιτοποιοί. μοχθηρᾶς μέντοι ποτὲ γενομένης ἀγωγῆς   
[8] ἔτους, αἶραι πάμπολλαι κατὰ τοὺς πυροὺς ἐγεννήθησαν, ἃς   
[9] οὐκ ἀκριβῶς οὔτε τῶν γεωργῶν ὲκκαθαράντων τοῖς εἰς ταῦτα   
[10] ἐπιτηδείοις κοσκίνοις, (ὀλίγος γὰρ ὁ σύμπας ἐγεωργεῖτο πυρὸς,)   
[11] οὔτε τῶν σιτοποιῶν διὰ τήν αὐτὴν αἰτίαν, ἐν μὲν τῷ παραχρῆμα   
[12] κεφαλαλγεῖς ἐγένοντο πολλοὶ, τοῦ θέρους δ᾽ ἐμβάλλοντος   
[13] ἕλκη κατὰ τὸ δέρμα τῶν φαγόντων οὐκ ὀλίγοις ἤ τι σύμπτωμα   
[14] ἕτερον ἐγεγόνει κακοχυμίας ἐνδεικτικόν. οὐκ οὐν ἀμελεῖν   
[15] προσήκει τοῦ καθαρὰ ποιεῖν τὰ πρὸς ἐδωδὴν παρασκευαὶμενα   
[16] σπέρματα, γινώσκοντας, εἰ καὶ τῆς καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν   
[17] βλάβης οὐκ αἰσθανόμεθα διὰ βραχύτητα, το γ᾽ οὐν ἄθροιζέμενον   
[18] ἐξ αὐτῆς χρόνῳ πλείονι φανερὸν γενήσεταί ποτε.

[p. 6.554]

## [book:2]

### [chapter:1] ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Β.

[1] Ἐπειδὴ τρεφόμεθα μὲν ἀπό τε φυτῶν καὶ   
[2] ζώων, ἤρξαντο δὲ ἀπὸ τῶν Δημητρίων ὀνομαζομένων σπερμάτων   
[3] οἱ πρὸ ἐμοῦ πάντες ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων,;   
[4] διότι χρησιμώτατον ἐν αὐτοῖς ἤν τὸ τῶν ἄρτων ἔδεσμα,   
[5] διὰ τοῦτο κἀγῶ περὶ τε πυρῶν καὶ κριθῶν, καὶ τιφῶν,   
[6] ὀλυρῶν τε καὶ πρὸς τούτοις τῶν ὀνομαζομένων ὀσπρίων καὶ   
[7] χεδρόπων ἐν τῷ πρώτῳ λόγῳ διελθών ἐσκοπούμην. εἰῶ ἐπὶ   
[8] ἄλλας ἐν τῷδε τῷ λόγῳ μεταβῆναι προσέκει τροφὰς. [p. 6.555]   
[1] ὅσας ἀπὸ φυτῶν ἔχομεν, εἔτα πρός τὰς ἀπὸ τῶν ζώων,   
[2] οσαι χρησιμώτεραι τοῖς ἀνθρώποις εἰσὶν, καὶ γὰρ καὶ τοῦτο   
[3] λόγον ὲχειν ἐδόκει. καί τινες οὐ διὰ πάντων τῶν ὁμογενῶν   
[4] διεξελθόντες, οὐδὲ τὰς ἀπὸ τῶν φυτων ἁπάσας ἐφεξῆς   
[5] τοῖς Δημητρίοις σπέρμασι διδάξαντες, ὑπὲρ ἐκείνων ἀεὶ πρότερον   
[6] ἐποιήσαντο τὸν λόγον, ὅσα χρησιμώτερα τοῖς ἀνθρών.   
[7] ποις ἐστί. φαίνεται · γοῦν τά τε χοίρεια κρέα, καὶ τὰ τῶν   
[8] ἐρίφων τε καὶ αἰγῶν, καὶ μόσχων, καὶ βοων, καὶ προβάτων,.   
[9] οὐδὲν δ᾽ ἥττον αὐτῶν ὅσα θηρεύουσιν ἐν τοῖς ὄρεσιν οἴ   
[10] κυνηγέται, πολλὴν. χρείαν τοῖς ἀνθρω[ed2page:6.335]ποις παρεχόμενα,.   
[11] καθάπερ γε καὶ τῶν πτηνῶν πολλὰ καὶ τῶν ἐνυδρων. εἰα΄   
[12] ἐννοήσας ἕκαστον γένος ἑνὶ βιβλίῳ περιληφθῆναι ἀδυνατον   
[13] ὃν, οὐ μέγα τὸ διάφορον ὑπέλαβον, τῶν ὑπολειπομένων   
[14] ἐδεσμάτων ἐπὶ τοῖς προειρημένοις ἐν μὲν τῷ δευτέρῳ γράμματι   
[15] τὰς ἀπό τῶν φυτῶν τροφὰς διελθεῖν, ἐν δὲ τῳ τρίτῳ τὰς   
[16] ἀπὸ τῶν ζώων. ἐξέσται γὰρ τῳ βουλομένῳ, προχειριζόμενον   
[17] τὸ βιβλίον , ἐν ᾦ γέγραπται τῶν τροφῶν ἡ δύναμις, αἷς   
[18] μάλιστα χρῆσθαι βούλεται, ποτὲ μὲν ἐπὶ τὸ πρωτον ἔρχε1ν [p. 6.556]   
[1] σθαι, ποτὲ δὲ ἐπὶ τὸ δεύτερον, ἤ τρίτον. ὅπως οὗν ὁ περὶ   
[2] τῶν φυτῶν λόγος ἃπας ἐν τοῖς δύο πρώτοις ἦ τετελεσμένος,   
[3] ἐπὶ τὰ καταλοιπα τῶν προειρημένων ἀφίξομαι, τὴν ἀρχήν   
[4] τῶν λόγων τήνδε θέμενος. τὰ μὲν ἐν τῷ α΄ λόγῳ σιτία   
[5] σπέρματα φυτῶν ἤν ἃπαντα· νυνὶ δὲ ἀπὸ καρπῶν ἄρξομαι,   
[6] διορίσας πρότερον αὐτῶν τὰ σπέρματα, καὶ μάλιστα ὅτι   
[7] πολλοῖς ἔδοξε διαφέρειν οὐδὲν, ἤ καρπὸν εἰπεῖν, ἤ σπέρμα.   
[8] τὰ μὲν οὑν ἤδη λελεγμένα σπέρματα βραχύ τι καρπῶν διαφέρει,   
[9] τῶν δὲ νῦν εἰρησομένων οὐκ ὀλίγον ἀφέστηκε. καρπὸς   
[10] μὲν γάρ ἐστι συκῆς τὰ σῦκα, ἢ δ᾽ ἐν αὐτῷ κεγχραμὶς   
[11] σπέρμα συκῆς, ωσπερ καὶ τῆς ῥαγὸς ὅλης οὔσης ἀμπέλου   
[12] καρποῦ, μόνον ἐστὶ τὸ γίγαρτον ἀμπέλου σπέρμα.   
[13] κατὰ τὰ αὐτὰ δὲ ἀπίου ικαὶ μηλέας ὁ μὲν καρπὸς ἄπιόν τε   
[14] καὶ μῆλόν ἐστι, τὸ δὲ σπέρμα τρεῖς ἤ τέτταρες ἐν μέσοις   
[15] αὐτῶν κόκκοι. τί δεῖ λέγειν ἔτι κολοκυνθῶν τε καὶ σικύων,   
[16] ὅσοι τε πέπονες αὐτῶν εἰσι, καὶ ὅσοι μῆ, καὶ ὅσοι μηλοπέπονες,   
[17] τῶν α΄ ἄλλων ἀπάντων, ὅσα τοιαῦτα; πάμπολυ [p. 6.557]   
[1] γὰρ ὁ σύμπας καρπὸς τοῦ σπέρματος διαφέρει. κυάμου δὲ   
[2] καὶ θέρμου, ᾽᾽ καὶ δολίχου, καὶ φακῆς, οσα α΄ ἄλλα τῶν   
[3] σπερμάτων ἀμφίεσμα λοβὸν ὲχει, τὸ μὲν ἐξ ἀμφοῖν συγκείμενον   
[4] καρπός ἐστιν, ἢ πλείστη δὲ μοῖρα τῆς οὐσίας ὲν τοῖς   
[5] σπέρμασιν. ἐσθίεται δὲ τῶν μὲν ἄλλων σχεδὸν ἀπάντων, ὅσα   
[6] διῆλθον ἐν τῷ ··α΄ λόγῳ, μόνον τὸ σπέρμα, δολίχων δὲ μόνον   
[7] ο καρπος ολος, εστ αν ωσιν οι καρποι χλωροι ετι ·   
[8] ξηρανθέντων γὰρ ἄχρηστοι τοῖς ἀνθρώποις οἱ περιέχοντες   
[9] τὰ σπέρματα γίγνονται λοβοί. κυάμων δ᾽ ουκ ἔστιν χλωρῶν   
[10] ὁ λοβὸς ἐδώδιμος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἐρεβίνθων, οὐδὲ τῶν   
[11] ἄλλων, ὅσα καλεῖν εἴωθεν ἔλλοβα ὁ Θεόφραστος. εὶκοτως   
[12] οὐν ἔφην ὀνομάζεσθαι ὑπὸ πολλῶν λοβοὺς, οὕς ἔνιοι φασήλους   
[13] καλοῦσιν, ἐπειδὴ μόνον αὐτῶν ὁ λοβὸς ἐδώδιμός ἐστιν.   
[14] ἀλλὰ περὶ μὲν της τούτων δυνάμεως εἴρηται πρόσθεν, ὥσπερ   
[15] γε καὶ ὅτι τὸ τῶν δολίχων ὄνομα κατὰ τούτων ἡγοῦμαι   
[16] φέρειν ἐνίους τῶν παλαιῶν. οἱ δε καρποὶ τῶν φυτῶν ἀπό   
[17] τε τῶν δένδρων εἰσὶ καὶ τῶν κηπευομένων λαχάνων, ἐν οἷς   
[18] καταλέγουσιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν τούς τε πέπονας καὶ τοὺς [p. 6.558]   
[1] μηλοπέπονας, καὶ τὰς κολοκύνθας, ἀφ ὧν καὶ πρῶτον ἄρξομαι   
[2] τῆς ἐν τῷδε τῷ γράμματι διδασκαλίας.

### [chapter:2]

[3] [Περὶ τῶν ὡραίων ὀνομαζομένων καρπῶν.]   
[4] Ὥραν ἔτους ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες ἐκεῖνον τὸν καιρὸν,   
[5] ἐν ᾦ μεσοῦντι τήν τοῦ κυνός ἐπιτολὴν γίγνεσθαι συμβαίνει ·   
[6] χρόνος δ᾽ ἐστὶν οὕτος ἡμερῶν τεσσαράκοντα. κατὰ τοῦτον   
[7] οὑν τὸν χρόνον ἄπαντές εἰσὶν οἱ ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ,   
[8] τινὲς μὲν ἤδη παρακμάζοντες, ἔνιοι δὲ ἀρχόμενοι, τινὲς δὲ   
[9] ἀκμάζοντες, ἤ μετὰ τὴν ἀκμὴν, ἢ πρὸ αὐτῆς. ὡραίους δὲ   
[10] αὐτοὺς ὀνομάζουσιν, οὐχ ὅτι μόνον κατὰ τὸν εἰρημένον   
[11] γίγνονται χρόνον, ἀλλ᾽ ὡς, οἶμαι, διορίζειν βουλόμενοι τῶν   
[12] εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείων, ἐπεί τοι καὶ πυροὶ καὶ κριθαὶ,   
[13] καὶ πάνθ' ὅσα κατὰ τὸ πρωτον γράμμα διῆλθον, ἐπέτειόν   
[14] τε καὶ θερινὴν ἔχει τὴν γένεσιν, [ed2page:6.336] ἀλλ᾽ οὐ διαφθείρεται   
[15] παχέως, ὡσπερ αἱ κολοκύνθαι, καὶ τὰ συκάμινα, πέπονἒξ   
[16] το καὶ μηλοπέπονες, καὶ περσικὰ, καὶ ἄλλα ὅσα τοιαῦτα.   
[17] καὶ γὰρ εἰ σκέλλοντες αὐτά τινες ἀποτίθενται, φυλάττοντες   
[18] εἰς τὸν χειμῶνα, μεταβάλλει καὶ οὕτως τὴν ἀρχαίαν φύσιν [p. 6.559]   
[1] ἀπαν πρὸς τὸ ἐναντίον. ἔνιοι γοῦν τῶν κολοκυνθῶν κενουντες   
[2] τὸ σπέρμα, κἄπειτα τὴν οἷον σάρκα ξηραίνοντες, ἀποτίθενται   
[3] μὲν εἰς τὸν χειμῶνα, χρῶνται δὲ αὐτῷ παντες μὰλ,.   
[4] λον, ἦ τινι τῶν ἐδωδίμων. οὐ μὴν ἐπί γε πυρῶν καὶ κριθῶν,   
[5] ὅσα ἔ ἄλλα Δημήτρια σπέρματα, πρὸς τοὐναντίον ἤ   
[6] φύσις ἐν ταῖς ἀποθέσεσιν ἐξίσταται · μένει γὰρ απαντα τοινῶτα   
[7] ταῖς οὐσίαις, ὁποῖα κατὰ τὸ θέρος εὐθὺς ἒξ ἀρχῆς ην   
[8] τελειωθέντα. πρόδηλόν τε, ὅτι τὰ μὲν ζηρὰν ἔχοντα τῆν   
[9] πῆξιν τοῦ σώματος, ὥσπερ μόνιμον ὲχει τὴν ἕξιν, οὕτω καὶ   
[10] στερεὰν, καὶ γεώδη, καὶ διὰ τοῦτο τρόφιμον · οσα δ᾽ ὑγρὰ   
[11] ταῖς συστάσεσίν ἐστι, διαφθείρεταί τε καὶ τροφὴν ὀλίγην τ3   
[12] καὶ ῥᾳδίως ἐκκρινομένην ἐκ τοῦ σώματος ὲχει. διὰ δὲ τὴν   
[13] αὐτήν αἰτίαν καὶ κατὰ τὴν γαστέρα διαχωρεῖται τὰ τοιαῦτα   
[14] μᾶλλον τῶν στερεῶν, καὶ μάλισθ οταν ὲχῃ λιτρῶδές τι καὶ   
[15] ῥυπτικὸν, ὥσπερ ἐπιδείξομεν ἔνια ὡραίων ἀξιόλογον ἔχοντα   
[16] τὴν τοιαύτην δύναμιν, ἃ καὶ κακοχυμότερα λέγομεν εἷναι   
[17] τῶν οὐδεμίαν ἐχόντων αἰσθητὴν ποιότητα χυμοῦ, καθάπερ [p. 6.560]   
[1] οὐδὲ τὸ κάλλιστον ι ὕδωρ ἔχει. πάνθ οὐν τὰ τοιαῦτα, καὶ   
[2] πολὺ μᾶλλον ὅσα, πρίν ἀκριβῶς πεπανθῆναι, προσφερόμεθα,   
[3] φυσώδη μέν ἐστιν, ὑποχωρεῖ δὲ θᾶττον, ὥσπερ καὶ ἀναδίδοται   
[4] θάττον, ὸσα χυμὸν ἔχει λεπτόν. ἔστι δὲ [ed1page:4.320] καὶ   
[5] κακοχύμων ταῦτα πάντα, καὶ μόνος ἂν τις αὐτοῖς εἰς ῶφέλειαν   
[6] χρήσαιτο τεταλαιπωρημένος ὁδοιπορίᾳ μακροτέρᾳ καὶ   
[7] πνίγει σφοδρῷ · τηνικαῦτα γὰρ ὀνίνησιν, τέγγοντα μὲν τὸν   
[8] αὐχμὸν τοῦ σώματος, ψύχοντα δὲ μετρίως, ἤν γέ τις αὐτὰ   
[9] ψυχρὰ λαμβάνη. τὸ μὲν οὑν ὑγραίνειν διὰ παντὸς ἔχει , τὸ   
[10] δ᾽ ἐμψύχειν οὐχ ἔξει προσενεχθέντα θερμὰ τοῖς ὥσπερ   
[11] εἴρηται διακειμένοις · οὐ γὰρ εἰς τοσοῦτον ψυχρὰ ταῖς οἰκείαις   
[12] κράσεσίν ἐστιν, ὥστε, κᾂν θερμὰ προσενεχθῇ, ψύχειν   
[13] τὴν γαστέρα. δεῖται τοίνυν ἐπικτήτου ψύξεως, ἐναντιουμενης   
[14] τῇ θερμότητι τῶν κατὰ γαστέρα τε καὶ τὸ ἡπαρ μορίων,   
[15] οἷς πρώτοις ὁμιλεῖ. τούτων οὐν προεγνωσμένων κοινῇ περὶ   
[16] πάντων τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων, ἐπὶ τὰς ἰδίας ἑκάστου   
[17] δυνάμεις ἤδη μεταβησομεν.

[p. 6.561]

### [chapter:3]

[1] [Περὶ κολοκύνθης.] Ἐμή μὲν ἀηδὴς ἐστι,   
[2] καὶ κακοστόμαχος, καὶ ἄπεπτος ἐσχάτώς· ὥστε καὶ εἰ βιάσαιτό   
[3] τις αὐτήν, ἀπορῶν ἑτέρου σιτίου, προσενέγκασθαι κολοκύνθην,   
[4] ὥσπερ ἤδη τις ἐτόλμησεν, βάρους ἐγκειμένου   
[5] ψυχροῦ κατὰ τὴν κοιλίαν αἰσθήσεται, τόν τε στόμαχον ἀνα-.   
[6] τραπήσεται, καὶ πρὸς ἔμετον ὁρμήσει, τὸν μόνον αὐτὸν   
[7] ἐλευθερῶσαι δυνάμενον τῶν κατεχόντων συμπτωμάτων. καὶ   
[8] ταύτην γ΄ οὑν καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ὡραίων ἄπαντες ἄνθρωποι   
[9] μετὰ τὴν ἕψησιν ἤτοι γ΄ εὐθέως, ἤ τηγανίσαντες.,   
[10] ἢ ὀπτήσαντες, εἰώθασι προσφέρεσθαι. καί σοι οὗτος ἐν τῆ   
[11] μνήμη φυλαττέσθω ὁ λόγος, κοινὸς ἐπὶ πᾶσιν τοῖς δεομένοις   
[12] ἀλλοιώσεως τυχεῖν τῆς διὰ πυρός. ῆ δὲ κολοκύνθη, περὶ ἡς   
[13] ὁ λόγος ἢν, ἑψηθεῖσα σαφῆ ποιότητα χυμῶν οὐδεμίαν ἔχει,   
[14] πλὴν εἴ τις λέγει τινὰ καὶ τοῦτον εἰναι χυμὸν, ὃς οὔτε   
[15] δριμύς, οὔτε ἁλυκός ἐστι χυμὸς, οὕτε στρυφνὸς, οὔτε πικρὸς,   
[16] [ed2page:6.337] οὔθ ἄλλο τοιοῦτον σαφῶς ἐμφαίνων οὐδὲν, ὥσπερ   
[17] οὐδὲ τὸ ὕδωρ. ἀλλὰ τά γε τοιαῦτα καλεῖν εἰσιν εἰθισμένοι   
[18] κοινῇ πάντες ἄποια, καὶ ἡμῖν οὕτως καλείσθω σαφοῦς ἕνεκα [p. 6.562]   
[1] διδασκαλίας. τοιαύτη γ΄ οὑν οὔσα καὶ ἡ κολοκύνθη πολλούς   
[2] εἰκότως ἐπιδέχεται τρόπους σκευασίας, ὡς ἂν ἐν τῷ   
[3] μέσῳ καθεστῶσα πασῶν τῶν ὑπερβολῶν, καὶ διὰ τοῦτο   
[4] ὁμοτίμως τε καὶ ἐξ ἴσου πρὸς αὐτὰς ἄγεσθαι δυναμένη.   
[5] τῶν γὰρ ἐχόντων ἤντιναοῦν ὑπερβολὴν σύμφυτον οὐδὲν εἰς   
[6] τήν ἐναντίαν αὐτῇ ῥᾳδίως ἄγεται κατασκευασίαν. αὕτη μὲν   
[7] οὑν ὅσον ἐῷ ἑαυτῇ τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν ὑγρὰν καὶ   
[8] ψυχρὰν, καὶ διὰ τοῦτο καὶ βραχεῖαν, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν   
[9] εἴρηται περὶ πάντων, ὅσα τοὺς χυμοὺς ὑδατώδεις τε καὶ   
[10] λεπτοὺς ὲχει. ῥᾳδίως δὲ ὑπέρχεται κατὰ τὴν γαστέρα τῷ   
[11] τῖ᾽ ὀλισθηρῷ της οὐσίας καὶ τῷ κοινῷ λόγῳ πάντων τῶν   
[12] ὑγρῶν σιτίων, ὅσα δηλονότι χωρὶς στύψεώς ἐστι τοιαῦτα.   
[13] πέττεται δὲ οὐ κακῶς, ὅταν γε μὴ φθάσῃ διαφθαρῆναι.   
[14] πάσχει δὲ τοῦτο διά τε μοχθηρὰν σκευασίαν, κἀπειδὰν ὲν   
[15] τῆ γαστρὶ μοχθηρὸς ἡθροισμένως ῃ χυμὸς, ἔτθ' ὅτε δὲ καὶ   
[16] διὰ τὸ βραδυναι κατ᾽ αὐτὴν, ὅπερ κὰν τοῖς ἄλλοις ὡραίοις   
[17] ἐδέσμασιν ἃπασιν, ὅσα ταῖς κράσεσιν ὑγρὰ, συμβαίνειν φιλεῖ ·   
[18] διαφθείρεται γὰρ ὲν τῇ γαστρὶ μή φθάσαντα ταχέως ὑπελθεῖν.. [p. 6.563]   
[1] ὡσπερ ουν, οσον ἐφ ἑαυτῇ, τον εἰς τροφὴν ἀναδιδῶμενον   
[2] ὅλῳ τῷ σώματι χυμὸν ἄποιον ἔχει πρὸς αἴσθησιν ἤ   
[3] κολοκύνθη, κατὰ τὸν αὐτὸν τροπονἶ ἐπειδὰν μιχθῇ τινὶ   
[4] τῶν ἰσχυρὰν ἐχόντων δύναμιν, ὁμοιοῦται ῥᾳδίως αὑτῷ, μετὰ   
[5] νάπυος μὲν εἰ ληφθείη, δριμέα ἐργαζομένη τὸν ἐξ ἀμφοῖν   
[6] ἀναδιδόμενον χυμὸν ἃμα σαφεῖ θερμότητι, κατὰ δὲ τὸν αὐτόν   
[7] λόγον, εἰ καὶ μετά τινος ἁλυκοῦ προσενεχθείη, καθάπερ ἐν   
[8] λοπάδι μετὰ ταρίχου αὐτὴν ἔνιοι σκευάζουσιν, ἁλυκόν ἐν τῷ   
[9] σώματι γεννήσει χυμόν. ἤδιστον δ᾽ ἐστὶν ἔδεσμα τὸ οὕτω   
[10] σκευασθὲν, εἰ τὸ ταριχον εἴη τῶν Ποντικῶν ἐκείνων, ἃ   
[11] καλοῦσι μῆλα. ἀμα δὲ μήλοις κυδωνίοις ἑψηθεῖσα καῖ   
[12] προσηκόντως ἀρτυθεῖσα τὸν αὐστηρὸν ἔξει χυμὸν ἐπικρατοῦντα   
[13] κατὰ τὴν ἀνάδοσιν. ἡ δ᾽ ὀπτηθεῖσα καὶ τηγανι,..   
[14] σθεῖσα τῆς μὲν οἰκείας ὑγρότητος ἀποτίθεται πάμπολυ,   
[15] τὸ δ᾽ ὑπόλοιπον αὐτῆς οὐδεμίαν ἰσχυρὰν ἐπικτᾶται δύναμιν,   
[16] ὥσπερ οὐδ᾽ ὅταν ἐν ἁπλῳ ζωμῷ σκευασθῇ. χαίρει δ᾽ εἰκῶ.   
[17] τως ὀριγάνῳ διὰ τὴν ὑδατώδη ποιοτητα σύμφυτον ὑπάρχουσαν [p. 6.564]   
[1] αὐτῇ· πάντα γὰρ ὅσα τοιαῦτα δριμέσιν ἤ ὀξέσιν, ἢ   
[2] αὐστηροῖς, ἤ ἁλυκοῖς ἀναμίγνυσθαι δεῖται χυμοῖς, εἰ μέλλει   
[3] μήτ ἀηδῶς ληφθήσεσθαι, μήτε ναυτιώδεις ἐργάζεσθαι τοὺς   
[4] λαμβάνοντας.

### [chapter:4]

[5] [Περὶ πεπόνων.] Ἡ μὲν ὅλη φύσις αὐτῶν   
[6] ἐστι ψυχροτέρα σὺν ὑγρότητι δαψιλεῖ· ῥυπτικὸν δὲ ἔχουσί   
[7] τι, διὸ καὶ κινοῦσιν οὐρα, καὶ διεξέρχεται κάτω τῶν τε κολοκυνθῶν   
[8] καὶ μηλοπεπόνων μᾶλλον. ὅτι δὲ ῥύπτουσιν,   
[9] ἔνεστί σοι μαθεῖν ἀνατρίψαντι ῥυπαρὸν χρωτα. διὸ κἂν   
[10] ἔφηλίν τις σχῇ, κἂν φακούς ἐν τῷ προσώπῳ, κἂν ἀλφοὺς   
[11] ἐπιπολῆς, ἀπορρύπτουσι καὶ τούτους. τῆς δ᾽ οἷον σαρκός   
[12] αὐτῶν τό σπέρμα ῥύπτει μᾶλλον, ὥστε καὶ πρὸς τοὺς λιθλῶντας   
[13] ὰρμοττειν νεφρούς, μοχθηρὸν δ᾽ ἐργάζεται χυμὸν   
[14] ἐν τῷ σώματι, καὶ μᾶλλον ὅταν μὴ καλῶς πεφθῇ. τηνικαῦτα   
[15] δὲ καὶ χολερικοὺς ἀποτελεῖν εἴωθεν. καὶ γὰρ καὶ πρὶν   
[16] διαφθαρῆναι, [ed2page:6.336] πρὸς ἔμετον ἐπιτήδειός ἐστι, καὶ πλέον   
[17] γε βρωθεὶς, ἐὰν μή τις αὐτῷ τι τῶν εὐχύμων ἐπιφάγῃ [p. 6.565]   
[1] ἐδεσμάτων, κινήσει πάντως ἔμετον. πρόδηλον δ᾽ ὅτι κἀπὶ   
[2] τούτου τοῦ καρποῦ τὴν προσηγορίαν οἱ ἄνθρωποι πεποίηνται,   
[3] καθάπερ ἐπὶ τοῦ γραφικοῦ μέλανος, ἢ γάρ τοι πέπων   
[4] φωνὴ τὸ οἷον πέπανον ἐνδείκνυται, τουτέστι τό πεπεμμένον,   
[5] οπερ ὑπαρχει καὶ τοῖς ἄλλοις, ὐσα πεπαίνεται. καὶ γὰρ ὁ   
[6] βότρυς δύναται λέγεσθαι πέπων, ὅταν ἀκριβως γένηται πεπειρος,   
[7] ὥσπερ γε καὶ ὁ μηδέπω τοιοῦτος οὐ πέπων ἂν   
[8] ὀνομάζοιτο , ὠμός τε καὶ ἄωρος ὧν , αἷ τε ὀπῶραι πᾶσαι   
[9] κατὰ τὸν αὐτόν λόγον, οῖ τε ἄπιοι καὶ κολοκύνθαι καλοῦνται   
[10] συνήθως πέπειροι, καθάπερ ὁ μηλοπέπων ἐν ἑαυτῷ   
[11] περιλαβὼν τὸν πέπονα ἔχειν ὅθεν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν οὐδὲ   
[12] ἀπλῶς ἢξίωσαν ὀνομάζειν τοὺς πέπονας, ἀλλ᾽ ὅλον τοῦτό   
[13] φασιν χρῆναι λέγεσθαι σικυοπέπων. ἡμεῖς δ ἐν τῷ παρόντι   
[14] λόγῳ τῶν τοιούτων οὐ φροντίζομεν, ὡς ἂν οὐδὲν εἰς ἰατρικὰ   
[15] κἤν συντελούντων. ἄμεινον γὰρ μακρῷ τὸ σαφῶς ἑρμηνεύειν   
[16] ἐστὶ τοῦ μετὰ περιεργίας τοιαύτης ἀσαφῆ τὴν διδασκαλίαν [p. 6.566]   
[1] ἐργάζεσθαι · σαφηνείας δὲ μάλιστα τυχεῖν ἔστι τὰ συνηθέστατα   
[2] τοῖς πολλοῖς ὀνόματα ἐκλέγοντα μετὰ τοῦ φυλάττειν   
[3] αὐτοῖς τὰ σημαινόμενα.

### [chapter:5]

[4] [Περὶ μηλοπεπόνων,] Οἱ μηλοπέπονες ἦττόν   
[5] τε τῶν πεπόνων εἰσὶν ὑγροὶ, καὶ ηττον κακόχυμοι, καὶ ἥττον   
[6] οὐρητικοὶ, καὶ ᾖττον ὑπέρχονται κάτω. τὸ δ᾽ εἰς ἔμετον   
[7] ἐξορμᾳν ὁμοίως τοῖς πέποσιν οὐκ ἔχουσιν, ὧσπερ οὐδὲ τὸ   
[8] διαφθείρεσθαι ταχέως ἐν τῇ [ed1page:4.321] κοιλίᾳ παραπλησίως τοῖς   
[9] πέποσιν, ὅταν ὲν αὐτῇ ἦ τις χυμὸς ἢθροισμένος μοχθηρὸς,   
[10] ἢ καί τις ἄλλη διαφθορᾶς αἰτία καταλάβῃ. πολὺ δὲ ἀπολειπόμενοι   
[11] τῶν εὐστομάχων ὀπωρῶν οὐκ ἔχουσι τό τῶν   
[12] πεπόνων κακοστόμαχον · οὐδὲ γὰρ οὐδ᾽ εἰς ἔμετον ὁρμῶσιν   
[13] ὡσαυτως ἐκείνοις. τῶν δὲ πεπόνων οὐκ ἐσθίοντες οἱ ἄν..,   
[14] θρωποι τὸ τῆς σαρκὸς ἔνδον, ἐν ᾦ τὸ σπέρμα, τὸ τῶν μηλοπεπόνων   
[15] ἐσθίουσι, καὶ τοῦτ αὐτοῖς συντελεῖ πρὸς δίαχωρησιν.   
[16] οἷ δὲ τὴν οἷον σάρκα μόνον ἐσθίοντες αὐτῶν   
[17] ἦττον τῶν πεπόνων διαχωροῦσιν αὐτήν.

[p. 6.567]

### [chapter:6]

[1] [Περὶ σικύων.] Οὐρητικὸν μὲν ἔχουσίν τι καὶ   
[2] αὐτοὶ, καθάπερ οἱ πέπονες, ἀλλ᾽ ἦττον ἐκείνων, τῳ καὶ τήν   
[3] οὐσίαν αὐτῶν ἦττον ὑγρὰν εἰναι. διὰ τοῦτο οὐδὲ διαφθείρονται   
[4] ῥᾳδίως ἐν τῆ γαστρὶ παραπλησίως τοῖς πέποσι.   
[5] πέττουσι δ᾽ αὐτοὺς ἔνιοι, καθάπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῷν   
[6] ἤν ἔν τε τοῖς περὶ κρασεων ὑπομνήμασι καὶ μάλιστ ἔτι   
[7] κατὰ τὴν περὶ τῶν φαρμάκων, δεικνύντες ὅλαις τῶν οὐσιῶν   
[8] ταῖς ἰδιότησιν οἰκείας εἷναι τροφὰς ἑκάστῳ γένει τῶν ζώων,   
[9] ὄνοις .μὲν καὶ Ἱπποις ἄχυρον, καὶ χόρτον, καὶ κριθὰς, ὅσα   
[10] α΄ ἄλλα τοιαῦτα, λεῶντι δὲ σάρκας ζώων ὠμὰς, ἀνθρώπῳ   
[11] δ᾽ ἑφθάς τε ταύτας πάσας, καὶ ἄρτους ἐκ τῶν σιτηρῶν   
[12] σπερμάτων κατειργασμένους, ὥσπερ εἴρηται. καὶ μὴν καὶ   
[13] τὸν ἑλλέβορον οἱ ὄρτυγες, ὥσπερ καὶ οἱ ψᾶρες τὸ κώνειον,   
[14] ἐσθίοντες [ed2page:6.339] οὐδὲν βλαπτονται, καθάπερ οὐδὲ τοὺς   
[15] ὀρόβους οἱ βοες. τὰς μὲν οὐν εὐπέπτους καὶ δυσπέπτους.   
[16] ἑκάστῳ τροφὰς ἤτοι κατὰ τήν ἰδιότητα τῆς οὐσίας, ἢ [p. 6.568]   
[1] κατά τι σύμπτωμα τῇ πείρᾳ κριτέον. ὁποῖον δέ τι λέγω τῶ   
[2] κατά τι σύμπτωμα, διὰ τοῦ πρώτου βιβλίου δεδήλωται.   
[3] τοῖς γὰρ ἤτοι χολώδη χυμὸν ἔχουσιν, ἢ ὅλως περίττωμα   
[4] μοχθηρὸν ὁτιοῦν ἀθροίζουσι πολλάκις ἐν τῆ γαστρὶ διαφθείρεται   
[5] ταχέως, ὅσα τήν φύσιν εὔπεπτον ὲχει, καθάπερ   
[6] ἐνίοις τῶν ἀνθρώπων, ὅσοι τὸ σύμφυτον θερμὸν οὔθ᾽   
[7] ὑγρὸν, οὔθ εὔκρατον, ἀλλ᾽ αὐχμῶδές τε καὶ πυρῶδες ἔχουσι,   
[8] καὶ γὰρ καὶ τούτοις διαφθείρεται ῥᾳδίως ἀλλοιούμενα τὰ   
[9] μάλιστα ἐπὶ τῶν ἄλλων εὔπεπτα, καὶ γίγνεται τούτοις ἡ   
[10] ἐρυγὴ κνισσώδης τοὐπίπαν. ἀλλ᾽ ἐκείνου μέμνησο διὰ παντὸς,   
[11] ὡς, κἂν πέττῃ τις ὁτιοῦν τῶν δυσπέπτων τοῖς πολλοῖς,   
[12] ο γε ἐξ αὐτοῦ χυμὸς ἀναδιδόμενος εἰς τὸ σῶμα τὴν αὐτήν   
[13] ἔχει φύσιν. οὐ γὰρ οἷόν τε τὸν ἐκ τοῦ πέπονος χυμὸν   
[14] παχὺν καὶ γεώδη γενέσθαι, κἂν κάλλιστα πεφθῇ, καθάπερ   
[15] οὐδὲ τὸν ἐκ τῆς φακῆς ἤ τῶν βοείων κρεῶν ὑδατώδη τε   
[16] καὶ ὑγρὸν, ὅν περ καὶ λεπτὸν τῆ συστάσει καλοῦσιν. ἐν   
[17] τούτῳ δ᾽ ἐστὶν μάλιστα τὸ χρήσιμον εἰς ὑγείας τε φυλακήν [p. 6.569]   
[1] καὶ νόσων τήρησιν, ὡς ἑτέρωθί τε δέδεικται καὶ νῦν εἰρή-.   
[2] σεται πάλιν ὲν κεφαλαίοις βραχέσι, προιόντος τοῦ λόγου.   
[3] τοῖς οὐν τούς σικύους καλῶς πέττουσι, ὅταν αὐτῷ τούτῳ   
[4] θαρσήσαντες ἄδην αὐτῶν ἐμφορήσωνται, χρόνῳ πολλῷ ψυ-.   
[5] χρόν καὶ μετρίως παχὺν αθροίζεσθαι συμβαίνει κατὰ τὰς   
[6] φλέβας χυμὸν, οὐκ εὐπετῶς ἔτι δέξασθαι δυνάμενον τήν εἰς   
[7] αἷμα χρηστὸν ἀλλοίωσιν ἐν τῇ κατὰ τὰς ψλεβας πέψει. πάντων   
[8] δὴ διὰ τοῦτο ἀπέχεσθαι συμβουλευω τῶν κακοχύμων   
[9] ἐδεσμάτων, κὰν εὔπεπτά τισιν ῇ. λανθάνει γὰρ ἐν χρόνῳ   
[10] πλείονι μοχθηρὸς ὲν ταῖς φλεψὶ χυμὸς ἐξ αὐτῶν ἄθροι ζόμενος,   
[11] ὅς, ἐπειδὰν ἀφορμῆς ὀλίγης εἰς σῆψιν ἐπιλάβηται,   
[12] πυρετοὺς κακοήθεις ἐργαζεται.

### [chapter:7]

[13] [Περὶ τῶν ἀπὸ δένδρων καρπῶν.] Ἄπιοι   
[14] δηλονότι, καὶ μῆλα, καὶ σῦκα, καὶ περσικά τε καὶ ῥοιαὶ,   
[15] καὶ πάνθ᾽ ὅσα τοιαῦτα, καρποὶ δένδρων ὄντα, χρήσιμα τοῖς   
[16] ἀνθρώποις εἰς ἐδωδήν ἐστιν, οντων καὶ αλλων καρπῶν, οὕς   
[17] οὐκ ἐσθίουσιν ἄνθρωποι, περὶ ὧν οὐ πρόκειται λέγειν ἐν [p. 6.570]   
[1] τῷ παρόντι. καθόλου δὴ σε περὶ τῶν ἐδωδίμων ἀνθρώποις   
[2] καρπῶν ἐπίστασθαι χρή λόγῳ κοινῷ, τούς μὲν ὑγρούς καὶ   
[3] λεπτὴν καὶ ὑγρὰν ἐργάζεσθαι τὴν ἐξ αὐτῶν διδομένην τῷ   
[4] σώματι τροφὴν, ᾦ πάντως ἕπεται, πόριμόν τε καὶ διεξερχομένην   
[5] ἃπαν τὸ σῶμα ταχέως, ἐκκενουμένην τε καὶ δέ οὔρων   
[6] καὶ κατὰ τὸ δέρμα τὴν τοιαυτην εἷναι. καλὰ τοῦθ οὐν   
[7] ὀλιγότροφα πάντα πὰ τοιαύτα ἐδέσματα λέγεται προσηκόντως   
[8] ὑπὸ τῶν ἰατρῶν. ἔμπαλιν δὲ τῶν στερεῶν ταῖς συστάσεσι   
[9] καρπῶν ἤ α΄ εἷς τὸ σῶμα πρόσθεσις ἐν τροφῆς χρείᾳ πλείων   
[10] ἐστὶν, α΄ί τε διέξοδοι βραδύτεραι, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἔχωσιν   
[11] χυμὸν ἐν ἑαυτοῖς ἤ παχύν, ἢ γλίσχρον, ἤ στυπτικόν.

### [chapter:8]

[12] [ed2page:6.340] [Περὶ σύκων.] Τό μὲν κοινὸν οὐ μόνον   
[13] ὀπώραις ἁπασαις, ἄλλα καὶ τοῖς ὡραίοις. ὀνομαζομένοις   
[14] καρποῖς, ἔχει καὶ τὰ σῦκα, φυγεῖν οὐ δυνηθέντα τὴν κακο-.   
[15] χυμίαν οὐδ᾽ αὐτὰ, καίτοι τῶν ἄλλων ἁπάντων ὡραίων ἥττον   
[16] αὐτῆς μετέχοντα. πρόσεστι δ᾽ αὐτοῖς ἀγαθὰ τό τε κατὰ   
[17] γαστέρα πορίμοις εἷναι καὶ τὸ διεξέρχεσθαι ῥᾳδίως ὅλον τὰ [p. 6.571]   
[1] σῶμα. καὶ γάρ τοι καὶ ῥυπτικὸν ἀξιόλογον ἔχετ, καθ᾽ ὃ καὶ   
[2] ψαμμώδη πολλὰ τοῖς νεφριτικοῖς ἐπὶ ταῖς ἐδωδαῖς αὐτῶν   
[3] ἐκκρίνεται. τροφὴν δὲ ἁπασῶν τῶν ὀπωρῶν ὀλίγην τῷ   
[4] σώματι διδουσῶν, ἦττον ἁπασῶν τοῦτο τὰ σῦκα πέπονθεν,   
[5] οὐ μὴν ἐσφιγμένην γε καὶ ἰσχυρὰν ἐργάζεται τὴν σάρκα,   
[6] καθάπερ ἄρτος τε καὶ κρέας χοίρειον, ἀλλ᾽ ὑπόσομφον,   
[7] ὥσπερ κύαμος. ἐμπίπλησί γε μὴν φύσης καὶ ταῦτα τὴν   
[8] γαστέρα, καὶ ἦν ἂν ἱκανῶς ταύτῃ λυπηρὰ, μὴ προσλαβόντα   
[9] τὸ διαχωρεῖσθαι ταχέως, ἐπικτησάμενα δὲ τοῦτο τῷ τάχει   
[10] τῆς διεξόδου τὴν φύσαν ὀλιγοχρόνιον ἐργάζονται, καὶ κατὰ   
[11] τοῦτο τῆς ἄλλης ὀπώρας ἦττον εἴωθεν βλάπτειν. οὐ σμικρὰ   
[12] δὲ ὑπεροχή τῶν πεπείρων ἐστὶ πρὸς τὰ μὴ τοιαῦτα, καὶ   
[13] κατὰ τούς ἄλλους μὲν ἀπαντας ἐμφαινομένη καρποὺς, οὐ   
[14] μὴν τοσοῦτόν γε διαφέρουσι. τὸ γάρ τοι πέπειρον ἀκριβῶς   
[15] σῦκον ἐγγύς τοῦ μηδ᾽ ὅλως βλάπτειν ἤκει , παραπλήσιον ἤδη   
[16] ταῖς ἰσχάσιν, πολλὰ μὲν ἐχούσαις τὰ χρήσιμα, μοχθηρὸν θ'   
[17] ἐστὶ τοῖς πλεονάζουσιν ἐν αὐτοῖς. σύ πάνυ γὰρ αἷμα γεννῶσι [p. 6.572]   
[1] χρηστὸν, ὅθεν αὐταῖς καὶ τὸ τῶν φθειρῶν πλῆθος   
[2] ἐἄεται. δυναμιν δ᾽ ἔχει λεπτυντικήν τε καὶ τμητικὴν, δι   
[3] ἤν καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν ἐξορμῶσιν, καὶ νεφροὺς   
[4] ἐκκαθαίρουσιν. ηπατι δὲ καὶ σπληνὶ φλεγμαίνουσι μέν εἰσι   
[5] βλαβεραὶ, καθάπερ καὶ τὰ σῦκα, τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γλυ-ν   
[6] κέων ἁπάντων ἐδεσμάτων καὶ πομάτων, οὐ κατ ἰδίαν τινὰ   
[7] δύναμιν ἐξαίρετον ἐμπεφραγμένοις δὲ καὶ σκιρουμένοις   
[8] αὑται μὲν καθ᾽ ἑαυτὰς οὐδὲν οὔθ εἰς ὄφελος , οὔθ εἰς   
[9] βλάβην ἐργάζονται, μεμιγμέναι δὲ τοῖς τέμνουσι καὶ λεπτύνουσι   
[10] καὶ ῥύπτουσι φαρμάκοις οὐ σμικρὸν ὄφελός ἐστιν.   
[11] καὶ διὰ τουτο ταύτας διδόασι μετὰ θύμων, ἤ πεπέρεως, ἡ   
[12] ζιγγιβέρεως, ἤ γλήχωνος, ἢ θύμβρας, ἢ καλαμίνθης, ἤ   
[13] ὀριγάνου, ἤ [ed1page:4.322] ὑσσώπου, πρὸ πολλοῦ γε τῆς τροφῆς,   
[14] ἔνιοι τῶν ἰατρῶν ἐπὶ τῶν εἰρημένων ἐν ηπατι καὶ σπληνὶ   
[15] διαθέσεων. ὡσαύτως δὲ κἂν μετά τινος τῶν ἄλλων, ὅσα   
[16] δριμεῖαν ἤ ὅλως λεπτυντικὴν τε καὶ τμητικὴν ἔχει δύναμιν;   
[17] ἡ προσφορὰ γίνηται τῶν ἰσχάδων, ὠφέλιμός ἐστιν σύ μόνον [p. 6.573]   
[1] τοῖς οὕτω πάσχουσιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν· ἀνεῳγμένας   
[2] γὰρ εἶναι τὰς καθ᾽ ἤπαρ διεξόδους τῆς τροφῆς ου   
[3] τοῖς κάμνουσι μόνοις, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν ἀσφαλέστατ   
[4] τον. οὕτως οὑν καὶ τὰ σῦκα μετά τε τῶν λεπτυνόντων ἁλῶν   
[5] σκευάζοντες καὶ ὄξους καὶ γάρου προσφέρονται πολλοὶ,   
[6] τῇ πείρᾳ τὸ χρήσιμον εὑρηκότες. εἰκὸς δὲ καὶ τῶν ἰατρῶν   
[7] τινος ὑποτιθεμένου, προσάγειν οὕτως ἐνίους αὐτῶν, καὶ εἰς   
[8] πολλούς ἐκταθῆναι τὴν γνῶσιν. ὅσοι δὲ μετά τινος τῶν   
[9] παχυνόντων ἐδεσμάτων ἐσθίουσι τὰ σῦκα καὶ τὰς ἰσχάδας,   
[10] οὑ σμικρὰ βλάπτονται.

### [chapter:9]

[11] [ed2page:6.341] [Περὶ σταφυλῶν.] Σῦκα καὶ σταφυλαὶ   
[12] τῆς ὀπώρας ὥσπερ κεφάλαιόν εἰσι, καὶ τρέφουσι μᾶλλον   
[13] ἀπάντων τῶν ὡραίων ταῦτα, καἴ ἤκιστα κακόχυμα, καὶ μάλισθ᾽   
[14] ὅταν ἀκριβως ᾖ πέπειρα. τοῦ μὲν οὐν τρέφειν αὐτὰ   
[15] μέγιστον σημεῖον οἱ φυλαττοντες τὸν καρπὸν τῶν ἀμπέλων,   
[16] ἐσθίοντες μὲν ἐν δύο μησὶν οἷς φυλάττουσιν μόνα διαπαντὸς   
[17] τὰ σῦκα μετὰ τῶν σταφυλῶν, ἤ που καὶ βραχύ τι [p. 6.574]   
[1] παρεντιθέντες ἄρτου, πιαινόμενοι δὲ ἱκανῶς. οὐ μὴν ἰσχυρά   
[2] γε καὶ πυκνὴ ἢ σάρξ ἐστιν ἡ ἐξ αὐτῶν γινομένη, καθάπερ   
[3] ἡ ἐκ τῶν κρεῶν, ἀλλα καὶ χαύνη καἴ πλαδαρὰ., διὸ καὶ   
[4] ταχέως προστέλλεται, παυσαμένης τῆς ἐδωδῆς. ἦττον δὲ τῶν   
[5] σύκων αἱ σταφυλαὶ τρέφουσιν, καὶ μέγιστον ἀγαθόν αὐταῖς   
[6] ὑπάρχει τό ταχέως ὑπέρχεσθαι. διό κἂν ἐπισχεθῶσί ποτε,   
[7] βλάπτουσιν ἱκανῶς, οὐκ ἐχόντων τοὐτο τῶν πεπείρων σύκων.   
[8] εἰ γὰρ καὶ μὴ διαχωροῦσιν ἀξιολόγως, πεφθείη δ᾽ ἐν τῇ   
[9] γαστρὶ καλῶς, ἀβλαβῆ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι. ταῖς   
[10] σταφυλαῖς δὲ οὐδέτερον ὑπάρχει τούτων, οὔτε γὰρ πέττονται   
[11] καλῶς, ὅταν ἐπισχεθῶσιν, καὶ κατὰ τὴν εἰς ἦπάρ τε καὶ   
[12] φλέβας ἀνάδοσιν ὠμόν γεννῶσι χυμόν, οὐ ῥᾳδίως εἰς αἔμα   
[13] μεταβαλλόμενον. ἡ γάρ τοι τῶν ῥαγῶν οὐσία σύνθετός   
[14] ἐστιν ἔκ τε τῆς σίον σαρκὸς αὐτῶν καὶ της παρεσπαρμένης   
[15] καθ αὐτὴν ὑγρότητος, ἐξ ἤς ὁ οἶνος γίγνεται, καὶ πρὸς   
[16] τούτοις ἔτι γιγάρτων τε καὶ τοῦ ταῦτα πάντα περιέχοντος   
[17] ἔξωθεν ὑμενώδους σκεπάσματος. ἀλλ᾽ ἡ μὲν τῶν γιγάρτων [p. 6.575]   
[1] οὐσία ξηρὰ καὶ στύφουσά πώς ἐστι, διεξέρχεταί τε τὰ ἐν-.   
[2] τερα παντα κατὰ μηδὲν ἑαυτῆς αἰσθητῶς ἀλλοιουμένη, παραπλησίως   
[3] ταῖς ἐν τοῖς σύκοις κεγχραμίσιν. ἀνάλογον γὰρ ἑκάτερον   
[4] ἑκατέρῳ τῶν καρπων ἐστι , σπέρμα μὲν ὑπάρχον ὅλου τοῦ   
[5] φυτοῦ, διεξιὸν δὲ ἀναλλοίωτόν τε καὶ ἀχύλωτον καὶ ἀμετάβλητον.   
[6] ἀναλογία δ᾽ ἐστὶ καὶ τοῖς περιέχουσιν ἑκάτερον   
[7] τὸν καρπὸν σκεπάσμασι, τοιαύτην χρείαν παρεχομένοις αὐτοῖς,   
[8] οἴαν τοῖς ζώοις τὸ δέρμα. βραχεῖα δὲ καὶ᾽ἡ τουδε μεταβολὴ   
[9] γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα, καί τινες ὡς ἄχρηστον άποπτυουσιν   
[10] μυζήσαντες αὐτὸ καὶ ἃπαν τὸ ἔνδον ἄμα τοῖς .γιγάρτοις.   
[11] ἔνιοι δὲ καὶ ταῦτ᾽ ἐκπτύειν πειρῶνται, καὶ μαλισθ' ὅταν αἱ   
[12] ῥᾶγες ὧσι μεγάλαι · δύσκολον γὰρ ἐν ταῖς μικραῖς αὐτό   
[13] .πράττειν. εὔδηλον δὲ ὅτι μᾶλλον ἤ γαστὴρ ὑπέρχεται , μάνης   
[14] τῆς σαρκὸς τῶν ῥαγων ἄμα τῷ χυλῷ καταποθείσης   
[15] ἄνευ τῶν γιγάρτων καὶ του περικειμένου χιτῶνος ἔξωθεν, ἔτι   
[16] .δὲ μᾶλλον, ὅταν αὐτὸς μόνος ὁ χυλός λκθλιβεὶς καταποθῇ,   
[17] (καλοῦσι δ᾽ αὐτὸν οἱ ἄνθρωποι γλεῦκος,) ἐμπιπλῶν τι φύσης [p. 6.576]   
[1] τήν κοιλίαν, εἰ μὴ διεξέλθοι ταχέως. γίνεται μὲν οὑν τις   
[2] κὰκ τούτου τροφὴ τῷ σώματι, πλείων δὲ ἐκ τῆς σαρκώδους   
[3] οὐσίας, καὶ διὰ τοῦτό τινες μὲν σταφυλῶν τρέφουσι μᾶλλον   
[4] ἢ διαχωροῦνται, τινὲς δὲ διαχωροῦνται μᾶλλον, ἢ τρέφουσιν.   
[5] ὧν μὲν ἂν οὐν ὁ χυλὸς ὀλίγος ἢ, τρέφουσι μᾶλλον, ὡν δὲ   
[6] πλείων, ηττον μὲν τρέφουσιν, ὑπέρχονται δὲ μᾶλλον. ὀνομάζουσι   
[7] δὲ εὐγενεῖς τὰς τοιαυτας σταφυλὰς, ἐν αἷς αἱ ῥᾶγες   
[8] ὀλίγην μὲν ἔχουσι τήν ὑγρὰν οὐσίαν, οὐκ ὀλίγην δὲ τὴν   
[9] στερεωτέραν, ἤν ὥσπερ σάρκα τῆς ῥαγὸς ἔφην εἰναι. καὶ   
[10] χρῶνταί γε κατὰ τὸν τῆς ὀπώρας καιρὸν ἀποτιθέμενοι πολυειδῶς.   
[11] καὶ γὰρ εἰς γλεῦκος ἐμβάλλουσιν αὐτὰς, καὶ χυτρας   
[12] καινὰς πληροῦντες ἐναποτίθενται τοῖς στεμφύλοις.   
[13] [ed2page:6.342] καλω δὲ στέμφυλα τὰ στερεὰ λείψανα τῆς σταφυλῆς,   
[14] ἐπειδὰν ἐν τοῖς ληνοῖς ἐκθλιβῇ πᾶς ὁ χυλὸς αὐτῶν. ἃ καὶ   
[15] αὐτὰ συντιθέασιν ἐν πίθοις οἱ ἄνθρωποι, σφίγγοντές τε καὶ   
[16] πιλοῦντες ἰσχυρῶς, ὀνομάζοντές τε τρύγα .αὐτὸ τοῦτο, ὅπερ   
[17] ἐγῶ στέμφυλον ἐκάλεσα. τὴν δὲ τοῦ στεμφύλου προσηγορίαν   
[18] ἐπιφέρουσιν αυ τῷ τῶν κλημάτων ἐκπεφυκότι ριζὼματι τῶν [p. 6.577]   
[1] ῥαγῶν. τοῦτον ἡμεῖς βότρυχον καλοῦμεν, ὅθεν ἐξήρτηνται αῖ   
[2] ῥαγάδες. εἰς ταύτην οὐν τὴν τρύγα τὰς καινὰς χύτρας πλήρεις   
[3] τῶν σταφυλῶν ἐντιθέασι, πώμασι στεγνοῦντες ἀκριβῶς, ὡς   
[4] μηδαμοθι παραπνεῖσθαι, καὶ καθ᾽ ὃ συμβάλλει γε τὸ πῶμά τῇ   
[5] χύτρᾳ, πίτταν ἐπαναλύουσιν, ἁπάσας τὰς διαπνοὰς ἐμφραττοντες.   
[6] ειθαι δὲ χρὴ καὶ τὴν χύτραν αὐτὴν ἐξ εὐώδους τε   
[7] πηλοῦ καὶ τελέως ὠπτημένου. τονωτικὴ μὲν οὐν ἐκλύτου   
[8] γαστρος ἡ τοιαυτη σταφυλὴ, καὶ τοὺς ἀνορέκτους ἐπεγείρει   
[9] πρὸς ἐδωδὴν σιτίων, οὐ μῆν ὑπέρχεταί γε κατὰ γαστέρα, καῖ,   
[10] εἰ πλείων βρωθείη , κεφαλῆς ἃπτεταα ταύτης δ᾽ ἔτι μᾶλλόν   
[11] ἐστι κεφαλαλγὴς, ἤν ἀποτίθενται κατὰ τοῦ γλεύκους. ἡ μέντοι   
[12] κρεμασθεῖσα κεφαλην ουδ᾽ ὅλως βλάπτει, γαστέρα δὲ οὔτ ἐπεχειν,   
[13] ουτ ἐπιτρέπειν εἰς διαχώρησιν πέφυκεν. ὡσαύτως δ᾽ ,   
[14] ἔχει καὶ προς την ορεξινγ οὔτ ἐπεγείρουσα τὴν ἄρρωστον, οὔτ   
[15] ἐκλύουσα τὴν εὔρωστον. εὐπεπτοτέρα δ᾽ ἐστὶ τῶν ἄλλων σταφυλῶν,   
[16] ἤν ἐν γλεύκει καὶ στεμφύλοις ἔφην ἀποτίθεσθαι   
[17] τοὺς ἀνθρώπους ὅλον τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν ἄχρι τοῦ δευτέρου   
[18] ὶτρυγητου. αἱ κρεμασθεῖσαι δ᾽ αὐτῶν, ὅταν ξηρανθῶσιν, ἄχρἐμν [p. 6.578]   
[1] στοι γίνονται, τινες μεν. κατα το εαρ ευθε᾽ῶς, ἐν γοῦν τῷ   
[2] θέρει πάντως. οὐ σμικρα δὲ διαφορα τῶν σταφυλῶν ἐστι   
[3] καὶ κατὰ τὸ γλυκείας, ἤ ὀξείας, ἤ αὐστηρὰς εἶναι, ἤ μηδε-μίαν   
[4] ἐχούσας σφοδρὰν ποιότητα · καλοῦσι δ αὐτὰς οἰνώδεις.   
[5] αἱ μὲν οὐν γλυκεῖαι θερμότερον ἔχουσι τὸν χυλὸν, διὸ καὶ   
[6] διψώδεις εἰσὶν , αἱ δ᾽ αὐστηραὶ καὶ ὀξεῖαι ψυχρότερον , αἱ δ᾽   
[7] οἰνώδεις ἐν τῷ μέσῳ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ. γαστέρα δ᾽ ὐπάγουσιν   
[8] αἱ γλυκεῖαι, καὶ μάλισθ ὅταν ὠσιν ὑγραί ] μοχθηραὶ   
[9] δ᾽ οὐκ εἰς τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὴν ἐν γαστρὶ πέψιν   
[10] ἡ νάδοσίν τε καὶ θρέψιν αἷ τ᾽ ὀξεῖαι καὶ αὐστηραὶ σταφυλαί.   
[11] αἱ μὲν οὐν ὀξεῖαι, κᾂν ἀκριβῶς ἐπὶ τῆς ἀμπέλου πεπανθεῖσαι   
[12] κρεμασθῶσιν, οὐδ᾽ οὕτως γίγνονται γλυκεῖαι, τῶν δ᾽ αὐστηρῶν   
[13] ἔνιαι μεταβάλλουσιν εἰς τὸ γλυκύτερον ἐπὶ πλέον   
[14] κρεμασθεῖσαι. ταῖς στρυφναῖς δὲ, καθαπερ καὶ ταῖς ὀξείαις,   
[15] οὐδ᾽ ἂν ἐπὶ πλεῖον κρεμασθῶσιν, τὴν εἰς γλυκύτητα μεταβο-·   
[16] λὴν οἷόν τε ἔχειν διο καὶ φυλάττε[ed1page:4.323]σθαι τὴν ἐδωδὴν   
[17] αὐτῶν ἀεὶ προσήκει. πασῶν μὲν σύν ἀσφαλεστάτη χρῆσις [p. 6.579]   
[1] ἐστιν, ὅταν σαρκώδεις ωσιν αἰ σταφυλαὶ φύσει πέπειραί τε,   
[2] τῶν δ᾽ αὐτῶν τις ἐσθίῃ συμμέτρως, εὶτ᾽ οὑν ἐπὶ τῶν ἀμπέλωνἐπὶ   
[3] πλεῖστον πεπανθεισῶν, εἴτε καὶ το λεῖπον ἐκ τοῦ κρέ..   
[4] μασθαι προσλαβουσῶν. ἐφεξῆς δὲ τῶν κρεμασθεισῶν τὰς ἄνευ   
[5] ποιότητος αὐστηρὰς ἤ ὀξείας ἕνεκεν ὑπαγωγῆς γαστρὸς ἐγχωρεῖ   
[6] δαψιλῶς ἐσθίειν. ἔνιοι δὲ καὶ γλεῦκος πίνουσι τῆς αὐτῆς   
[7] χρείας ἕνεκα, καὶ μάλιστα τὸ γλυκύτατον · ὑπακτικώτατον γὰρ   
[8] τοῦτο, τὸ δ᾽ ἐξ αὐστηρῶν ἤ ὀξειῶν σταφυλῶν φαυλότατ   
[9] τον εἰς πάντα. ἐγώ μὲν οὑν τοῖς ὀνόμασιν οὕτως ἐχρησάμην,   
[10] ὡς οἱ νῦν ἄνθρωποι χρῶνται, βέλτιον ἡγούμενος εἶναι διδάἌ   
[11] ξαι σαφῶς τὰ πράγματα τοῦ παλαιῶς Ἀττικίζειν. οἷς δὲ   
[12] τοῦτο τιμιώτερόν ἐστι τῆς σαφοῦς διδασκαλίας , βρύτια μὲν   
[13] ὀνομάζουσι τὰ τῶν στερεῶν σταφυλῶν στερεὰ μόρια, τοῦ γλεύ-.   
[14] κους ἐκθλιβέντος, στέμφυλα δὲ τὰ τῶν ἐλαιῶν, ὅταν ἐκθλιβῆ   
[15] τοὔλαιον · τό γε μὴν ὑφιστάμενον τοῖς οἴνοις παχὺ οι   
[16] πολλοὶ τῶν ᾽Ἀττικιζόντων ὀνομάζουσι τρύγαν [ed2page:6.343] ὥστἐ   
[17] οὐ δ᾽ ὁμωνυμία τίς ἐστιν παρ αὐτοῖς, ὥσπερ παρὰ τοῖς ἄλνε   
[18] λοις ἀνθρώποις , ὅσοι καὶ τὰ βρύτια τρυγία καλοῦσι καὶ μὴν [p. 6.580]   
[1] καὶ τρίτον τι σημαινομενον ἐστι του τῆς τρυγος ὀνοματος ἐν   
[2] ἔθει τοῖς νῦν Ἕλλησιν τὸ γάρ τοι τῶν βρυτίων ἀπόβρεγμα   
[3] τρύγα καλοῦσιν; ὅπερ αῦ πάλιν οἱῶΔτέικίζοντες ὀνομάζουσι   
[4] δευτερίαν. στεμφυλίτης οὕτος παρ ἡμῖν καλεῖται. ἐμβάλλον-τες   
[5] γὰρ εἰς πιθάκνας μικρὰς τὰ βρύτμτ, προσεπιχέουσιν ὕδω (μ   
[6] ὡς διαβρόχους ἁπάσας γενέσθαι, κἀπειδὰν ἱκανῶς τοῦτο πεπρᾶχθαι   
[7] δοκῇ, τὸ παρὰ τὸν πυθμένα τρῆμα τῆς πιθάκνης   
[8] ἀνοιγνύουσιν, ὡς ἐκρυῆναι τὸ ἀπόβρεγμα, καὶ πίνουσιν ἀντὶ   
[9] οἴνου τοῦτο. πρόδηλον δὲ, ὅτι κατὰ τὴν τῶν βρυτίων ποσότητα   
[10] καὶ τὸ ὕδωρ ἐπιχέουσιν ἐξ ἐμπειρίας, ὡς μήθ' ὑδαρῆ   
[11] πάνυ , μήτε ἄκρατον γενέσθαι τὴν δευτερίαν. εἶτα πάλιν έτε-ι·   
[12] ρον ὕδωρ ἐπιχέουσι τοῖς βρυτίοις, ἔλαττον τοῦ προτέρου, ὥ στε   
[13] καὶ τοῦτο γενέσθαι σύμμετρον εἰς πόσιν, ὅπερ ἀξιοῦσιν   
[14] ἔνιοι τῶν ᾽ Ἀττικιζόντων ὀνομάζεσθαι δευτερίαν ἰδίως, οὐχ ὡς   
[15] τὸ πρότερον. ἔστι δὲ κεφαλαλγὲς μὲν ἑκάτερον, εἰ μή τι[;   
[16] ὑδατωδέστερον αὐτὸ πίνοι, μᾶλλον δὲ τὸ πρότερον ἃπτετατ   
[17] τῆς κεφαλῆς. ἀγαθὸν δ᾽ ἐνυπάρχει τῷ τοιούτῳ πόματι τὸ   
[18] ταχέως οὐρεῖσθαι, διαφορὰς οὐκ ὀλίγης ἐν αὐτῷ γινομένης [p. 6.581]   
[1] παρὰ τὸ τῶν σταφυλῶν εἶδος , ἐξ ὧν ἐστι τὰ βρύτια. γλυκειῶν   
[2] μὲν γὰρ οὐσῶν αὐτῶν ἥδιον τε πολλῷ γίνεται τὸ πόμα   
[3] καὶ θάττον οὐρεῖται, στρυφνῶν δὲ καὶ ὀξειῶν ἀηδέστερόν τε   
[4] μακρῷ καὶ ἥττον οὐρητικόν. ἰσχυρότερον δὲ τὸ ἀπόβρεγμα   
[5] τοῦτο γίνεται καὶ μᾶλλον οἰνῶδες, ὅταν εἰς το ἔαρ ἤ καὶ τὸ   
[6] θέρος ἡ τρὺξ φυλαχθῇ · κατὰ δὲ τὸν χειμῶνα χρωμένων, ὥσπερ   
[7] ἦττον ἃπτεται κεφαλῆς, ὡσαύτως καὶ ἦττον οὐρεῖται,

### [chapter:10]

[8] [Περὶ σταφίδων.] Τὸν αὐτὸν λόγον ἔχουσιν   
[9] αἱ σταφίδες πρὸς τὰς σταφυλὰς , οἷον αἱ ἰσχάδες Πρὸς   
[10] τὰἱ σῦκα. γίγνονται μὲν γὰρ γλυκεῖαι πολλαὶ , στρυφναὶ δὲ .   
[11] παντάπασιν ὀλίγαν, μικταὶ δὲ ἔκ τε αὐστηράς καὶ γλυκείας   
[12] ποιότητος αἱ πλεῖσται. μέτεστί γε μην καὶ ταῖς γλυκείαις ἀμυδρᾶς   
[13] ποιότητος αὐστηράς , καὶ ταῖς αὐστηραῖς τῆς γλυκείας,   
[14] αἷ μὲν οὑν αὐστηραὶ ψυχρότεραι τὴν κρασίν εἰσιν , ὥσπερ αἱ   
[15] γλυκεῖαι θερμότεραι. καὶ τἄν μὲν στόμαχον χωννύουσι καὶ   
[16] τὴν γαστέρα στεγνοῦσιν αἱ αὐστηραὶ, καὶ δηλονότι μᾶλλον αὐτῶν   
[17] αἱ στρυφναὶ, μέσην δέ πως κατάστασιν ἐν αὐταῖς αἷ γλυκεῖαι   
[18] ποιοῦσιν, μήτ ἐκλύουσαι σαφῶς τὸν στόμαχον, μὴθ' [p. 6.582]   
[1] ὑπάγουσαι τὴν γαστέρα, τό γε μὴν ἐπικεραστικὸν ὑπάρχει   
[2] ταῖς γλυκείαις ἀεὶ, καθαπερ καὶ τὸ μετρίως ῥυπτικὸν, ὥσθ   
[3] ἐξ ἀμφοτέρων τῶν δυνάμεων τὰς μικρὰς κατὰ τὸ στόμα τῆς   
[4] κοιλίας, ὅνπερ καὶ στόμαχον ὀνομάζομεν, ἀμβλύνουσιν δήξεις   
[5] ὡς αἷ γε μείζους τῶν δήξεων εὔδηλον ὅτι γενναιοτέρων   
[6] χρήζουσι βοηθημάτων. ἀμείνους δ᾽ ἐν ταῖς σταφίσιν αἱ λιπαραί   
[7] τε καὶ τὸν οἷον φλοιὸν ἔχουσαι λεπτόν. ἔνιοι δὲ Ικιτ   
[8] λῶς ποιοῦντες ἐκ τῶν γλυκειῶν τῶν μεγάλων, οἷαί πέρ   
[9] εἰσιν αἱ Σκυβελίτιδες , πρὶν ἐσθίειν , ἐξαιροῦσι τὰ γίγαρτα.   
[10] χρονισθεῖσαι γοῦν καὶ αὑται σκληρὸν ἔχουσι καὶ παχὺ τὸ   
[11] δέρμα, καὶ χρὴ προδιαβρέχειν αὐτὰς ἐν ὕδατ τ καὶ γάρ τοι καἴ   
[12] το γίγαρτον ἑτοιμότερον οὕτως ἐξαιρεῖται. ἔμπαλιν δὲ ταῦταις   
[13] ἕτεραί τινές εἰσιν στερεαὶ καὶ παχεῖαι, γίγαρτον ὅλως   
[14] οὐδὲν ἔχουσαι. γεννῶνται δ᾽ αὑται μὲν ἐν [Κιλικίᾳ, τὴν   
[15] χροιὰν ὑπόξανθοι, κατὰ δὲ τὴν Παμφυλίαν αἷ τε Σκυβελίττδες   
[16] καὶ αἱ μέλαιναι τὸ χρῶμα. μέγισται μὲν οὐν, ὡς ἔφην,   
[17] αὑταιί μικρόταται δὲ αἱ κιρραὶ ἐν [344[] Κιλικίᾳ, γινομένων.   
[18] γε καὶ ἄλλων ἐν Κιλικία μελαινῶν σταφίδων μέσων τὸ μέγεθος, [p. 6.583]   
[1] ὥσπερ ναγ΄ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν, καὶ μάλιστα ἐν τῇ Δυβύῃτ   
[2] κατὰ δὲ τὴν ᾽Ἀσίαν ποικίλον εἶδος ἀσταφίδων μέσων   
[3] τὸ μέγεθος γεννᾶται καὶ γὰρ ὑπόξανθοι καὶ μέλαιναι καὶ   
[4] γλυκεῖαι καὶ ὑπαύστηροι φαίνονται. κατὰ μέντοι τὰς ψυχρὰς   
[5] χώρας οὐδὲ σταφυλαὶ τελέως πεπαίνονται, μήτι γε τῶν   
[6] ἀσταφίδων τινὲς, ὅθεν ἐπεμβάλλουσι τοῖς οἴνοις ῥητίνην,   
[7] ὅπως μὴ ταχέως ὁξυνθῶσιν. ἡ μὲν οὐν κατὰ χροιὰν διαφορὰ   
[8] τῶν σταφίδων ὡς πρὸς τὴν δύναμιν αὐτῶν οὐδὲν συντελεῖ,   
[9] καθάπερ οὐδὲ ἡ κατὰ μέγεθος · ἡ δὲ κατὰ τὴν γευστὴν ποιότητα   
[10] τὸ συμπαν δύναται, καὶ ταύτῃ μόνη προσέχων τὸν νοῦν,   
[11] ἐπὶ τίνων δεῖ χρῆσθαι καὶ καθ᾽ ὅντινα καιρὸν, εὑρήσεις, ὡς   
[12] προείρηται.. τροφη δ᾽ ἐκ τῶν ἀσταφίδων ἀναδίδοται τῷ   
[13] σωματι παραπλησία κατα τὴν ποιότητα ταῖς ἀσταφίσιν αὐταῖς   
[14] · γλυκεῖα μὲν οὑν ἐκ τῶν γλυκειῶν, αὐστηρὰ δ᾽ ἐκ τῶν   
[15] αὐστηρῶν, μικτὴ δ᾽; ἐκ τῶν ἀμφοτέρας ἐχουσῶν τὰς ποιότης   
[16] τας· τῇ δὲ ποσοτητι πλείων μὲν ἐκ τῶν λιπαρῶν τε καὶ γλυκειῶν,   
[17] ἐλάττων δ᾽ ἐκ τῶν αὐστηρῶν τε καὶ ἀλιπῶν. εἰ δὲ τὸν   
[18] ἴσον ὄγκον ἀσταφίδος .λιπαρὰς γλυκείας ἐκγεγιγαρτισμένη ώ παραβαλλοις [p. 6.584]   
[1] ὄγκῳ ῥαγῶν ἴσῳ, μᾶλλον τροφιμωτέρας εὑρήσεις   
[2] τὰς σταφίδας. ἦττον μὲν οὑν ἰσχάδων αἱ τοιαῦται.τὸ ὑπακτικὸν   
[3] ἔχουσι καὶ τὸ ῥυπτικὸν, εὐστομαχώτεραι δ᾽ εἰσὶν τῶν   
[4] ἰσχάδων.

### [chapter:11]

[5] [Περὶ συκαμίνων, ἃ καὶ μόρα καλοῦσι.]   
[6] Οὐ τοῖς Ἀττικίζειν ἐν τῆ φωνῇ προῃρημένοις γράφεται ταῦτα,   
[7] τάχα γαρ οὐδὲ ἀναγνῶναί τις αὐτὰ βουλή έεται καταφρονῶν   
[8] ὑγιείας σώματος, ὥσπερ καὶ ψυχῆς,) ὰλλί ἰατροῖς   
[9] μὲν μάλιστα, μὴ πάνυ τι φροντίζουσιν ᾽Ἀττικισμοῦ, ἤδη δὲ   
[10] καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσοι ζῶσιν, ὡς λογικὰ ζῶα, πρὸ τῆς τιμῆς   
[11] καὶ δοξης καὶ πλούτου καὶ δυνάμεως πολιτικῆς ἐπιμελεῖσθαι   
[12] προῃρημένοι σώματος καὶ ψυχῆς. οὔτοι γὰρ οἰδ᾽   
[13] οτι την μὲν ᾽ Ἀθηναίων φωνὴν οὐδὲν ἡγοῦνται τιμιωτέραν   
[14] τῆς τῶν ἄλλων ἀνθρώπων, ὑγείαν δὲ σώματος ἀξιολογώτερόν   
[15] τι εἷναι νομίζουσι πρᾶγμα τῷ κατὰ φύσιν βιοῦν   
[16] ἐσπουδακότι. τούτοις οὐν ἔδως ὠφελιμώτερον ἔσεσθαι τὸν   
[17] λόγον τὸν ἀσφαλέστερον, ἃ γιγνώσκουσιν ὀνόματα γράψων   
[18] κᾂν μὴ τοῖς παλαιοῖς Ἕλλησιν ᾖ συνήθη, τὸ μὲν οὐν τῶν [p. 6.585]   
[1] μόρων ὄνομα γνώριμόν πώς ἐστι τοῖς πολλοῖς, εἰ καὶ διὰ   
[2] μηδὲν ἄλλο, ἀλλὰ γοῦν διὰ τὸ [ed1page:4.324] στοματικὸν φάρμαθ   
[3] κον, ὃ διὰ μόρων ὀνομάζεται, χυλὸν ἔχον αυτῶν· ἐνίας δὲ   
[4] τῶν ἐφεξῆς εἰρημένων ὀπωρῶν ἀγνοοῦσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων   
[5] ὅπως ὠνόμαζον οἱ προ ἑξακοσίων ἐτῶν ᾽ Ἀθηναῖοι.   
[6] τοὺς μὲν γὰρ .νῦν ὁρῶσιν οὐδέν τι διαφορώτερον τῶν ἃλλων   
[7] Ἕλλήνων ἕκαστον τῶν καρπῶν ὀνομαζοντας, ἀλλὰ καὶ ·   
[8] τὰ μόρα συκάμινα καλοῦντας οὐδὲν ἦττον, ἤ τὰ μόρα καὶ   
[9] τὰ περσικὰ καψτὰ κάρυα καὶ τα πρεκόκκια καὶ τὰ ἄλλα ἀπλῶς,   
[10] ὡς ἔθος ἐστὶ τοῖς ἄλλοις Ἕλλησιν. οὐδἔ γὰρ βλαβήσονταί   
[11] τι τὰς παλαιοτάτας προσηγορίας ἀγνοοῦντες , ἂν γιγνώσκωσι   
[12] τὰς δυνάμεις αὐτῶν. ἄμεινον γαρ ἐστιν ἐπίστασθαι,   
[13] τῶν ἐπὶ τὴν διαχώρησιν ὁρμώντων ἐδεσμάτων ὕστερα μὲν   
[14] χρῆναι τὰ βραδύπορα λαμβάνειν, ἀπάντων δὲ πρῶτα τὰ   
[15] διεξερχόμενα μὲν ταχέως, διαφθειρομενα δὲ, εἰ χρονίσειεν ἐν   
[16] τῆ γαστρὶ, τοῦ τας προσηγορίας αὐτῶν .ἐγνωκέναι. οὐ μήνι [p. 6.586]   
[1] οὐδ΄ ἀγνοεῖν μοι δοκοῦσι παντάπασιν οἱ ἄνθρωποι τὴν τάξιν.   
[2] τῶν ἐσθιομένων [ed2page:6.345] αὐτοῖς, θεώμεθα γὰρ αὐτοὺς ἐπὶ τῶν   
[3] πλείστων ἐδεσμάτων φυλάττοντας αὐτήν. προλαμβάνουσι   
[4] μέντοι γε ῥαφανίδας ἐλαίας τε καὶ τῆλιν ἐκ γάρου, καὶ μετὰ   
[5] ταῦτα μαλάχας τε καὶ τεῦτλα καὶ ἄλλα τοιαῦτα λάχανα μεθ   
[6] ἐλαίου τε καὶ γάρου. τῶν μὲν γὰρ ὁσημέραι παρασκευαζομένων   
[7] αὐτοῖς εἰς ἐδωδὴν η΄μακρὰ πεῖρα διδάσκαλος γίγνεται   
[8] τῆς δυνάμεως, εἰ καὶ μικρὸν ἔχοιεν φρενῶν · ὅσα δὲ διὰ χρόνου   
[9] πολλοῦ εἰς πεῖραν ἔρχεται, μόνοις τοῖς ἐπιμελέσιν παραφυλάττεται   
[10] καὶ μνημονεύεται. τὰ τοίνυν συκάμινα καθαρὰ   
[11] μὲν ἐμπεσόντα τῇ γαστρὶ καὶ πρῶτα ληφθέντα διεξέρχεται   
[12] τάχιστα, καὶ τοῖς ἄλλαις σιτίοις ὑφηγεῖται δεύτερα δὲ ἐφ   
[13] ἑτέροις ἤ καὶ χυμὸν εὑροντα μοχθηρὸν ἐν αὐτὴ συνδιαφθείρεται   
[14] τάχιστα καὶ τοῖς αλλοις σιτίοις, διαφθορὰν ἀλλόκοτόν   
[15] τινα καὶ οὐ ῥητὴν ἔχοντα ταῖς κολοκύνθαις ὁμοίως. ἀβλαβέλτερα   
[16] γὰρ πάντα ταῦτα τῶν ὡραίων ἐδεσμάτων, ὅταν μὴ   
[17] διαφθαρέντα. ταχέως ὑποχωρήσῃ ·. ἤν δὲ μὴ - μοχθηρὰν ἴσχει [p. 6.587]   
[1] διαφθορὰν ὁμοίως τοῖς πέποσι, καίτοι κἀκεῖνοι ταχέως ὑπελθόντες   
[2] οὐδὲν μέγα βλάπτουσιν. καιρὸς δὲ τῆς χρήσεως,   
[3] · ὥσπερ τοῖς πέποσιν, οὕτω καὶ τοῖς μόροις, ὅταν αὐχμηρὸν   
[4] καὶ θερμὸν γένηται τὸ τῆς γαστρὸς σῶμα · τοιοῦτον γάρ

[5] πως αναγκαιον εστι τηνικαυτα και το ηπαρ ειναι. τῃ μεν   
[6] οὑν κολοκύνθῃ καὶ τῷ σικύῳ τῷ ἤδη πέπονι καὶ πρὶν πεπανθῆναι   
[7] , σὺν αὐτοῖς δὲ καὶ μηλοπέπονι στυφούσης οὐ μέτεστι   
[8] ποιότητος · ἐν δὲ τοῖς συκαμίνοις, καὶ μάλιστα ὅταν ᾖ μὴ   
[9] πάνυ πέπειρα, σαφής ἐστιν ἡ τοιαυτη ποιοτης, ἀωροτέροις   
[10] δὲ οὐσιν καὶ ἡ ὀξεῖα. καί τινες αὐτα καθαιροῦντες ἀπὸ τοῦ .   
[11] δένδρου καὶ ξηραίνοντες ἀποτίθενται φάρμακον ἐσόμενον αὐτοῖς   
[12] ἀγαθὸν εἰς δυσεντερίας τε καὶ διαρροίας χρονίας ἴασιν,.   
[13] ἀλλ᾽ οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν περὶ δυναμεως φαρμάκων διεξέρχεσθαι.   
[14] πάλιν · σύν ὅσα τοῖς συκαμίνοις ὡς τροφῇ δρᾶν   
[15] ὑπάρχει λέγωμεν. ὅτι μὲν ὑπέρχεται ῥᾳδίως, εἴρηται; τάχα   
[16] μὲν τῷ τῆς οὐσίας ὑγρῷ τε καὶ ὀλισθηρῷ μόνῳ , τάχα δὲ καί   
[17] τινος ἐπιμιξίᾳ ποιότητος δριμυτέρας, ἐρεθίζειν εἰς ἔκκρισιν [p. 6.588]   
[1] ἱκανῆς, ὡς ἤ γέ στύφουσα ποιότης οὐ μόνον οὐδὲν ὀνίνησιν   
[2] εἰς ὑποχώρησιν, ἀλλὰ καὶ στεγνοῦν πέφυκεν. ὅτι δὲ ἐναντίων   
[3] δυνάμεων οὐκ ὀλίγα μετέσχηκεν σώματα, .μεμάθηκας ἐν   
[4] τοῖς περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήμασι.   
[5] τεκμαίρομαι τοίνυν, τὰ μόρα δύναμιν ἔχειν ἐν ἑαυτοῖς τοιαύτην   
[6] βραχεῖαν, ὁποία τοῖς καθαρτικοῖς μεγάλη ὑπάρχει, δέ ἤν   
[7] οὐ μόνον ὑποχωρεῖ ῥᾳδίως, ἀλλὰ καὶ διαφθείρεται χρονίσαντα   
[8] κατὰ τὴν γαστέρα. καὶ μὴ διαφθαρέντα, ὡς ἔφην, ὑγραθ   
[9] νει μὲν πάντως, ψύχει δὲ οὐ πάντως, εἰ μὴ ψυχρὰ ληφθείη.   
[10] τροφην δ᾽ ἐλαχίστην δίδωσι τῷ σώματι, παραπλησίως τοῖς   
[11] πέποσιν, οὐ μὴν ἐμετικόν γέ τι πρόσεστιν αὐτοῖς οὐδὲ κακο-.   
[12] στόμαχον, ὡς ἐκείνοις.

### [chapter:12]

[13] [Περὶ κερασίων.] Τῶν κερασίων ἔνια   
[14] μὲν ἔοικε τοῖς μόροις, ἐλαχίστην ἔχοντα στῦψιν, ἔνια δὲ τοῖςβαπίνοις,   
[15] σαφέστερον στύφοντα, τινὰ δὲ καὶ τούτων ἐστὶστυπτι-.   
[16] κώτερα, ὥστε καἴ περὶ τῆς δυνάμεως ἑκάστοτε τῶν εἰρημενων [p. 6.589]   
[1] εἰδῶν ἐκ τῶν λεγομένων ἐπὶ συκαμίνοις τε καἴ βατίσ   
[2] νοις ἔνεστί σοι τεκμήρασθαι.

### [chapter:13]

[3] [ed2page:6.346] [Περὶ τῶν τοῦ βάτου καρπῶν.] Τὸν   
[4] τῶν βάτων καρπὸν ὀνομάζουσιν οἱ παρ ἡμῖν ἄνθρωποι βάττνον,   
[5] καθάπερ μόρα τε καὶ συκάμινα · καλοῦσι γὰρ ἑκατέρως   
[6] αὐτά. ἔστι δὲ στυπτικώτερα τὰ βάτινα τῶν μόρων, κἂν πολλά   
[7] τις αὐτὰ προσενέγκηται, κεφαλαλγήσει τινὲς δὲ καὶ στόμαχον   
[8] ἀνιῶνται. διὸ χρὴ καλῶς ἐκπλύνειν, πρὶν ἐπιχειρεῖν   
[9] προσφέρεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον , ὅπερ οὐχ ἤκιστα κἀπὶ τῶν   
[10] συκαμίνων ἐστὶ ποιητέον. οὐ μὴν υπάγει γε τὰ κατὰ τὴν κοιλίαν,   
[11] ἀλλὰ μᾶλλον ἐπέχει, κἂν ἀγρότερά τις αὐτὰ ξηράνας   
[12] ἀπόθηται, πολὺ μᾶλλον ἐφεκτικὰ γίνονται. πάντα γε μὴν   
[13] ὅσα διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν μόρων σκευάζεται φάρμακα καί διὰ   
[14] τούτων γενόμενα δραστικωτέραν ἐχει τὴν δύναμιν,

### [chapter:14]

[15] [Περὶ τῶν τοῦ κυνοσβάτου καρπῶν.] Ὁ   
[16] τῶν κυνοσβάτων καρπὸς μακρῷ στυπτικώτερός ἐστι τοῦ τῶν   
[17] βάτων, καὶ διὰ τοῦτο καἴ τῆς γαστρός ἐστιν ἐφεκτικώτεροι [p. 6.590]   
[1] ἐσθίουσι δ᾽ οὖν αὐτὸν οἱ ἄγροικοι πολλάκις ὀλίγην τροφὴν   
[2] διδόντα τῷ σώματι καὶ καλοῦσι κυνόσβατον.

### [chapter:15]

[3] [Περὶ τῶν τῆς ἀρκεύθου καρπῶν.] Τὸν   
[4] τῆς ἀρκεύθου καρπὸν ἀρκευθίδας ὀνομάζουσι, δριμέα ἱκανῶς   
[5] ἄντα μετὰ βραχείας γλυκύτητος, ἔτι τε βραχυτέρας στύψεως·   
[6] ἔχει δέ τι καὶ ἀρωματίζον. εὔδηλον οὐν, ὅτι θερμαίνει μὲν   
[7] καὶ διὰ τὴν δριμύτητα, (πάν γὰρ ἐδείχθη τὸ δριμὺ θερμαῖνον,)   
[8] οὐχ ἤκιστα δὲ καὶ διὰ τὴν ὀσμὴν καὶ γεῦσιν ἀρωματιζούσας,   
[9] πάν γὰρ ἄρωμα θερμόν. ἐκκαθαίρει δὲ καὶ τὰ καθ᾽ ἡπαρ τε   
[10] καὶ νεφροὺς, καὶ δηλονότι λεπτύνει τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους   
[11] χυμούς · καὶ διὰ τοῦτο τοῖς ὑγιεινοῖς φαρμάκοις μίγνυται.   
[12] τροφὴ δὲ ἐξ αὐτοῦ βραχεῖα τῷ τῶν ἀνθρώπων σώματι προστίθεται.   
[13] πολλὰς δὲ εἴ τις αὐτὰς προσενέγκαιτο, δάκνουσί   
[14] τε τὸν στόμαχον καὶ τὴν κεφαλὴν θερμαίνουσι, καὶ κατὰ   
[15] τοῦτο καὶ πληροῦσιν ἐνίοτε καὶ ὀδυνώδη ποιοῦσι. διαχώρηστν   
[16] δὲ κατὰ τὴν κοιλίαν οὔτ ἐπέχουσιν, οὔτε προτρέπουσιν,   
[17] οὐρα μέντοι κινοῦσι μετρίως.

[p. 6.591]

### [chapter:16]

[1] [Περὶ τῶν τοῦ κέδρου καρπῶν.] Κεδρίδας   
[2] ὀνομάζουσι τὸν τοῦ κέδρου καρπὸν, ομοίας μὲν οὔσας   
[3] ταῖς ἀρκευθίσιν κατά τε χρόαν καὶ σχῆμα, (καὶ γὰρ ὑπό···   
[4] ξανθοι καὶ στρογγύλαι,) διαφέρουσι δὲ τῇ δριμυτητα κινδυνεύει   
[5] γὰρ ἤδη τοῦ γένους τῶν φαρμάκων ὁ [ed1page:4.325] καρπὸς οὑτος   
[6] ὑπάρχειν, οὐδεμίαν τροφὴν τῷ σώματι διδοὺς, πλὴν εἴ   
[7] τις αὐτὰς ἀποβρέξει ἐν ὕδατι. κοινὸν γὰρ τοῦτο πάντων τῶν   
[8] δριμέων, ὥστε βραχεῖαν τροφην διδόναι τῷ σώματι, τῆς δριμύτητος   
[9] αὐτῶν ἐκλυθείσης. καὶ μέντοι καὶ σκληρότερός τε   
[10] καὶ ξηρότερός ἐστιν ὁ τῶν κέδρων καρπος τοῦ τῶν ἀρκεύθων,   
[11] ὥσπερ ἀμέλει καὶ μικρότερος, οὐδὲν τὸ ἀρωματίζον ὁμοίως   
[12] ἔχων. εὔδηλον οὑν, ὅτι δακνώδης τέ ἐστιν ἱκανῶς τοῦ στομάχου,   
[13] καὶ κεφαλαλγὴς, εῖ μὴ πάνυ τις ὀλίγον αὐτὸν προσενέγκαιτο.   
[14]

### [chapter:17]

[15] [ed2page:6.347] [Περὶ τοῦ τῶν κώνων καρποῦ.] Εὔχυμος   
[16] και παχυχυμος και τροφιμος εστιν ο του κωνου καρπος, ου   
[17] μὴν εὔπεπτος. καλοῦσι δὲ οἱ νῦν Ἕλληνες οὐ κώνους, ἀλλὰ   
[18] στροβίλους αὐτούς.

[p. 6.592]

### [chapter:18]

[1] [Περὶ τοῦ τῶν μυρρινῶν καρποῦ.] Μύρτα   
[2] καλοῦσι τὸν καρπὸν τοῦτον οἱ Ἕλληνες, ὁμοίως μὲν ἄτροφον   
[3] ὄντα τῷ τῶν ἀρκευθων, ἐναντίαν δὲ δύναμιν ἔχοντα. στύφει   
[4] γὰρ ἱκανῶς, καὶ δία τοῦτο καὶ την κοιλίαν ἐπεχει. οὐ μὴν   
[5] ἀνάλογόν γε τῇ στύψει ψυχρός ἐστι τὴν δύναμιν, ὅτι μηδὲ   
[6] μόνην ἔχει τὴν στῦψιν, ἀλλά τι καὶ δριμύτητος αὐτῇ μέμικται.   
[7] κοινὸν δ᾽ ἐπὶ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὅσα φαρμακώδη ὲχει τινὰ   
[8] ποιότητα σφοδρὰν, ὅταν ἀπόθηται ταύτην ἑψήσεσιν, ἤ ὀπτήσεσιν,   
[9] ἤ τέγξεσιν, ὀλίγην τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, πρότερον   
[10] οὐδ᾽ ὅλως διδόντα · ταὐτὸ γὰρ τοῦτο καὶ κρομμύοις   
[11] καὶ πράσοις συμβέβηκεν.

### [chapter:19]

[12] [Περὶ περσικῶν.] Εἴτε μῆλα καλεῖν ἐθέλεις   
[13] περσικὰ τὸν καρπὸν τοῦτον, εἴθ' ἀπλῶς περσικὰ τοῖς   
[14] νῦν Ἕλλησιν ὡσαύτως, εἴτ ἄλλο τι βούλει παλαιὸν ὄνομα   
[15] ζητεῖν ἐπ αὐτοῖς, ἔξεστί σοι τοῦτο πράττειν μετὰ πολλῆς   
[16] σχολῆς. ἤδη δὴ ἴσθι τὸ τῶν ὀνομάτων χρησιμώτερον, ὡς καὶ   
[17] τούτων ὁ χυλός τε καὶ οἷον σὰρξ εὔφθαρτός τέ ἐστι καὶ [p. 6.593]   
[1] πάντη μοχθηρά. ὥστε οὐ χρὴ, καθάπερ ἔνιοι, τελευταῖα τῆς   
[2] ἄλλης τροφῆς αὐτὰ προσφέρεσθαι · διαφθείρεται γὰρ ἐπιπολάζοντα.   
[3] μεμνῆσθαι δὲ χρὴ τοῦδε, κοινοῦ πάντων ὄντος · ὅσα   
[4] κακόχυμα μὲν, ὑγρὰ δὲ καὶ ὀλισθηρὰ, καὶ ῥᾳδίως ὑπιέναι δυνάμενα   
[5] , διὰ τοῦτο ἐσθίειν αὐτὰ πρότερον τῶν ὰλλων· οὕτω   
[6] γὰρ αὐτὰ ταχέως ὑπέρχεται κἀκείνοις ποδηγεῖ · τὰ ὕστατα   
[7] ληφθέντα συνδιαφθείρει καὶ τὰ ἄλλα.

### [chapter:20]

[8] [Περὶ ᾽Ἀρμενιακῶν καὶ πρεκοκκίων.] Ἕν   
[9] τῷ περσικῶν γένει καὶ ταῦτ ἐστὶ διαφοραν τινα αὐτῶν ἐχοντα   
[10] πρὸς τὸ βέλτιον· οὔτε γὰρ ὁμοίως. διαφθείρεται κατὰ τὴν   
[11] κοιλίαν, οὔτ ὀξύνεται. φαίνεται δὲ τοῖς πολλοῖς ἡδίω , καὶ   
[12] διὰ τοῦτο καὶ εὐστομαχώτερα · τούτοις γὰρ τἄλλα ὁμοίως.   
[13] ἡδέσι δὲ τοῦθ' ὑπάρχει πᾶσιν, ὥσπερ τοῖς ἀηδέσιν ὑπτιάζειν   
[14] τε καὶ ἀνατρέπειν τὴν γαστέρα καὶ πρὸς ἔμετον ἐρεθίζειν, ὀρεγομένην   
[15] ὅτι τάχιστα τὸ λυποῦν ἀπορρίψαι. καὶ τοίνυν καὶ   
[16] ποιεῖ τοῦτο κατὰ τὴν ῥοπὴν τῶν λυπούντων. ὅσα μὲν γὰρ   
[17] κάτω ῥέπει, ταύτῃ διωθεῖ, τὰ δ᾽ ἐπιπολάζοντα δι ἐμέτων [p. 6.594]   
[1] ἐκβάλλει, ταὐτὸ τοῦτο κᾳπὶ τῶν ἐξ ὅλου τοῦ σώματος   
[2] εἰς αὐτὴν καταρρεόντων μοχθηρῶν χυμῶν ἐργαζομένη. καὶ   
[3] γὰρ καὶ τούτων ὅσοι μὲν εἰς την ἄνω κοιλίαν συρρέουσιν, ἐκκενοῦνται   
[4] δύ ἐμέτων, ὅσοι δ᾽ [ed2page:6.346] εἰς τὴν κάτω, διάῥῥοιαν   
[5] ἐργάζονται. τροφὴ δὲ ὅτι βραχεῖα ταῖς ὀπώραις ἀπάσαις ὑπάρχει,   
[6] λέλεκται πρόσθεν. ἔστι μὲν οὑν ἀμείνω τὰ πρεκόκκια   
[7] καλούμενα τῶν ᾽Ἀρμενιακῶν. ὅσοι δὲ φεύγουσι τὴν τῶνπρεκοκκίων   
[8] προσηγορίαν, ᾽ Ἀρμενιακὰ μῆλα καλοῦσιν ἀμφότερα·   
[9] τινὲς δὲ ᾽ Ἀρμένια διὰ τεσσάρων συλλαβῶν, οὐ διὰ πέντε.

### [chapter:21]

[10] [Περὶ μήλων.] Ἐστι μὲν οὐχ ἔν αὐτῶν   
[11] γένος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἀπίων τε καὶ ῥοιῶν. ἔνια μὲν γὰρ   
[12] αὐστηρὸν ἔχει χυμὸν, ἔνια δ᾽ ὀξὺν ἤ γλυκὺν, ἔστι δ᾽ ἃ καὶ   
[13] μικτὸν ἐκ τούτων, ὡς ἃμα τε γλυκέα φαίνεται καὶ στύφοντα,   
[14] καί τινα έτερα μετὰ γλυκύτητος ὀξέα σαφῶς γίνεται, καὶ πρὸς   
[15] τούτοις ἄλλα στρυφνὰ μετ ὀξύτητος. εὕροις δ΄ ἄν ποτε καὶ   
[16] τῶν τριῶν χυμῶν ἔνια μετέχοντα σαφῶς, ὡς ὀξέα τε φαίνὲσθαι   
[17] καὶ γλυκέα καί τι καὶ στρυφνότητος ἔχειν. ὅτι δὲ μίαν [p. 6.595]   
[1] ερμηνευει ποιοτητα τα τρια ταυτα ονοματα χυμου, το στυφον   
[2] καὶ αυστηρον καὶ στρυφνὴν, πρόδηλον· ὅτι δύ τὰ μὲν στρυφνὰ   
[3] τῷ μᾶλλον στυφειν διαφέρει τῶν αὐστηρῶν, κοινὸν δ᾽ αὐτῶν   
[4] γένος ἐστὶ το στέφον, ἐν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν   
[5] φαρμακων θυναμεως ἔμαθες, ἐν ῷ περὶ τῆς τῶν χυμῶν οὐσίας   
[6] τε καὶ δυναμεως σ λογος ἐστίν. ἀναμνησθεὶς οὑν ἐκείνων,   
[7] οσα μεν στυφει μῆλα, ψυχρον ἴσθι ὲχειν καὶ γεώδη χυμόν·   
[8] οσα δ᾽ ὀξέα φαίνεται, ψυχρὸν μὲν, ἀλλὰ λεπτομερῆ· μέσης   
[9] δ εἰναι κράσεως τὰ γλυκέα, πρὸς τὸ θερμότερον ῥέποντα,   
[10] καθαπερ τὰ τελέως ἄποια καὶ οἷον ὑδατώδη πρὸς τὸ. ψυχρότερον   
[11] ἐγκεκλιμένα. χρήσῃ τοιγαροῦν κατὰ τὰς τῶν ἐπικρατουντων   
[12] δυνάμεις χυμῶν τοῖς μὲν αὐστηροῖς μήλοις, ὅταν ἤτοι   
[13] δια δυσκρασίαν θερμὴν ἤ ὑγρότητα πολλὴν ἄτονος ἡ   
[14] γαστὴρ ὑπάρχῃ , τοῖς στρυφνοῖς δὲ, ὅταν ἱκανῶς αὐξηθῇ ταῦτα,   
[15] τοῖς δ οξέσιν, οταν υπολάβῃς ἐν αὐτὴ παχὺν ἡθροῖσθαι   
[16] χυμον, ου πανυ τι ψυχρόν. ὡς ὅ γε ψυχρός οὐ τῶν ὀξέων,   
[17] ἀλλα τῶν δριμέων δεῖται · τέμνει μὲν γὰρ ἄμφω πάχος χυμῶν, [p. 6.596]   
[1] τά ἔ ὀξέα καὶ τὰ δριμέα, διαφέρει δὲ τῷ τὰ μὲν μετὰ ψύξεως,   
[2] τὰ δὲ μετὰ θερμασίας τοῦτο δράν. εὔδηλον δὲ ἐκ τῶν ἤδη   
[3] πολλάκις εἰρημένων, ὡς τὰ μὲν στύφοντα τὰς κάτω διαχῶρήσεις   
[4] ἐπέχει διαπαντὸς, ὅσον ἐφ ἑαυτοῖς, τὰ δ᾽ ὀξέα, χυμὸν   
[5] μὲν εὑρόντα παχὺν ἐν τῆ γαστρὶ, τέμνει τε τοῦτον, ὑπάγει τε   
[6] κατω καὶ διὰ τοῦτο ὑγραίνει τὰ διαχωρήματα, καθαρὰν δ᾽ -εὑρόντα   
[7] τὴν κοιλίαν, ἐπέχει μᾶλλον αὐτήν; ὁ δὲ γλυκὺς ἄνευ   
[8] δριμύτητός τε καὶ πάχους, τουτέστι ν ἐὰν ἀκριβῶς ᾖ μόνος,   
[9] ἀναδίδοται μᾶλλον, ὅσον ἐφ ἑαυτῷ, δριμύτητα δ᾽ ἔχων ἤ   
[10] πάχος ὑπέρχεται μᾶλλον. ἔστι -δέ τι καὶ ἄλλο χυμοῦ γένος,   
[11] οὐκ ἐν μήλοις μόνον, ἀλλὰ κκὶ ἐν τοῖς ἄλλοις ἀπασιν, ὃ καλοῦσιν   
[12] ὑδατῶδές τε καὶ ἄποιον, ὡς καὶ πρόσθεν εἰπον, ἤκιστα   
[13] . μὲν εὐστόμαχον, ἐν τῷ μέσῳ δὲ ὃν ὧν διῆλθον δυνάμεων, ὥσπερ   
[14] καὶ τὸ ὕδωρ αὐτό. κακία δ᾽ ἐστὶν ἐν μήλῳ τὸ τοιοῦτον, τῶν ἐπὶ   
[15] τὴν ἐδωδὴν αὐτοῦ παραγινομένων ἤ δέ ἡδονὴν τοῦτο πραττόν-ι.   
[16] των, ἤδἰ ὠφέλειαν. ὅταν οὑν μήθ' ἡδέα φαγεῖν ᾖ τοιαῦτα, μήτε   
[17] ῥώμην ἐντιθῇ γαστέρι, καθάπερ τὰ στύφοντα, μήτ ἴσχῃ ῥεομένην, [p. 6.597]   
[1] εἰκότως ἀτιμάζεται, καθάπερ καὶ παρ ἡμῖν γε [ed2page:6.349] τῆς   
[2] ᾽Ἀσίας πολλαχόθι τοῖς ὑσὶν αὐτὰ ῥίπτομεν, πλατανίστινα   
[3] καλοῦντες, ἐπειδὴ παραπλήσιά πώς ἐστι γευόμενα [ed1page:4.326] τοῖς   
[4] ἁπαλοῖς φύλλοις τῶν πλατάνων. φυλάττεσθαι δὲ χρὴ καὶ τὰ   
[5] κάλλιστα τῷ γένει μῆλα, πρὶν ἐπὶ τῶν δένδρων πεπανθῆναι·   
[6] δύσπεπτα γάρ ἐστι καὶ ψυχρὰ καὶ βραδύπορα καὶ κακόχυμα   
[7] μετὰ τοῦ καὶ ψυχρὸν καὶ παχὺν ἀτρέμα τὸν χυμὸν ἐχειν. ὅσα   
[8] δὲ καλῶς πεπανθέντα φυλάττουσιν εἴς τε τὸν χειμῶνα καὶ τὸ   
[9] μετ αὐτὸν ἔαρ, ὠφελιμώτατα γίνονται πολλάκις ἐν νόσοις, ἤτοι   
[10] περιπλασθέντα σταιτὶ, ἤ καὶ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα   
[11] συμμέτρως; ἤ ἐφ ὕδατος ζέοντος ἀτμῷ καλῶς ἑψηθέν,,,   
[12] τα, διδόναι δ᾽ αὐτὰ χρὴ μετὰ τὴν τροφὴν εὐθέως, ἐνίοτε δὲ   
[13] καὶ μεθ ἄρτου, ῥώμης τε γαστρὸς ἕνεκα καὶ στομάχου τοῖς   
[14] ἀνορέκτοις τε καὶ βραδυπεπτοῦσιν, ἐμετικοῖς τέ καὶ διαῥῥοἱζομένοις   
[15] καὶ δυσεντερικοῖς. ἐπιτήδεια δὲ εἰς τοιάνδε χρείαν   
[16] ἐστὶ τὰ στρυφνά · συμμετρίαν γὰρ ἴσχει τῆς στύψεως, ὡς εἷ-.   
[17] πον ἄρτι παρασκευασθέντα, τῶν μετρίως αὐστηρῶν εἴπασαν [p. 6.598]   
[1] ἀποτιθεμένων τὴν στῦψιν ἐν τῇ τοιαύτῃ παρασκευῇ , καὶ διὰ   
[2] τοῦτο παραπλησίων γιγνομένων τοῖς ἐξ ἀρχῆς ὑδατωδεσιν.   
[3]

### [chapter:22]

[4] Ἐπειδὴ δέ τινων ἤκουσα λεγόντων, ὑπέρχεσθαι   
[5] τὴν κοιλίαν αὐτοῖς ἐπὶ τῇ τῶν στυφόντων ἐδωδῇ , θέλτιον   
[6] ἐνόμισα καὶ περὶ τούτου διελθεῖν ἐπὶ πλέον ἀπαξ ἐν τῷδε   
[7] τά τε διὰ τοῦ λόγου καὶ τῆς πείρας ἡμῖν ἐγνωσμένα πολλάκις,   
[8] ἐπειδή τινος Πρώτα ῥήτορος, ἡμετέρου πολίτου, λέγοντος,   
[9] ἐπὶ τῆ τῶν αὐστηρῶν ἀπίωνΠε καὶ μήλων ἐδωδὴ λαπαττεσθαι   
[10] τὴν κοιλίαν, ἐνόησα τὸ γενόμενον, ἐπαγαγών τε   
[11] τὴν ἐκ τῆς πείρας βάσανον αὐτῷ, μετὰ ταῦτ ἤδη θαῥῥαλεώτερον   
[12] ἐπ ἄλλων ἐπὶ τὴν αὐτὴν πεῖραν ἡκον. ἡξίωσα γὰρ   
[13] ὁμοδίαιτόν μοι γενέσθαι τὸν ἄνδρα κᾳν μιᾶς ἡμέρας, ὅπως   
[14] ἴδοιμι, πηνίκα τε καὶ πόσα προσφέρεται τὰ στύφοντα. καὶ κατά   
[15] γε τὴν πρώτην εὐθέως, ὡς εἴθιστο, διαιτηθῆναι παρεκάλουν   
[16] αὐτὸν, ὑπαλλάξαντα μηδὲν ὅλως τῶν κατὰ τὴν δίαιταν. ὁ δὲ   
[17] μετὰ τὸ λουτρὸν, ὕδατος οὐ πολὺ προπιών, εἶτα τῆλίν τε   
[18] καἴ ραφανῖδα καὶ ὅσα τοιαῦτα τοῖς πλείστοις εἴθισται προσφέρεσθαι, [p. 6.599]   
[1] πρὶν ἄλλου τινος γεύσασθαι, καὶ αὐτὸς ὁμοίως   
[2] προσενεγκάμενος, ἐπιπιών δὲ σύμμετρον οἴνου γλυκέος, ἐφεξῆς   
[3] ἔφαγεν δύ ἐλαίου καὶ γάρου μαλάχας, μικρὸν ἐχούσας οὔνου,   
[4] καὶ μετὰ ταῦτα ἰχθύος τι καὶ χοιρείου κρέατος καὶ ὄρνιθος,   
[5] εἶτα πιών που καὶ δεύτερον, ὀλίγον δὲ διαλιπών ἐπέ.   
[6] φαγεν ἀπίους τε αὐστηρούς. κἄπειτα προελθόντων ἡμῶν ἐπὶ   
[7] τὸ περιπατεῖν, ὀλίγα τε περιπατησάντων, ὑπῆλθεν ἀξιολόγως   
[8] ἡ γαστὴρ αὐτῷ. θεασάμενος οὑν ταῦτα ἐγώ συνεθέμην τῷ   
[9] φίλῳ , κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐμοὶ πάλιν ἐπιτρέψαι τὰ κατὰ τὴν   
[10] δίαιταν. ἑτοίμως δὲ πεισθέντι πρώτους ἀπάντων ἔδωκα   
[11] μετὰ βαλανεῖον ἀπίους φαγεῖν, εἰτα τἄλλα ἐφεξῆς, ὡς εἰώθει.   
[12] καὶ τούτων οὕτὥ γεγενημένων, οὐχ ὅπως ἀξιολόγως, ἀλλ᾽   
[13] οὐδὲ μετρίως ἀπέκρινεν ἡ γαστηρ. ἐθαυμαζεν οῦν εἰκότως τὸ   
[14] γιγνόμενον, ἤρετό α΄ ἐμὲ τὴν αἰτίαν αὐτοῦ κἀγώ διῆλθον   
[15] αὐτῷ ταῦτα τὰ νῦν εἰρησόμενα, τοῦ γάρου γὰρ, ἔφην, σὺν   
[16] τοῖς ἃμ αὐτῷ ληφθεῖσιν ὑπάγειν πεφυκότος τὴν γαστέρα καὶ   
[17] τοῦτ ἤδη προειργασμένου, τὰ στύφοντα, τελευταῖα ληφθέντα,   
[18] καὶ μάλιστα τοῖς ἀτόνοις τὸν στόμαχον, αἴτια γίγνονται τῆς [p. 6.600]   
[1] ὑπαγωγῆς, ῥωννύντα τε τὴν γαστέρα [ed2page:6.350] καὶ προτρέποντα   
[2] διωθεῖσθαι κατω τὰ περιεχόμενα κατ αὐτήν. μᾶλλον δ᾽   
[3] ἂν, ἔφην, πεισθείης τοῦτο, λαβῶνἐπί τῆς ὑστεραίας ὰπάντων   
[4] μὲν πρῶτα τὰ στύφοντα , δεύτερα δ᾽ ἐπ αὐτοῖς τὰ κρεώδη   
[5] , καὶ πάντων τελευταῖα τὰ δι ἐλαίου τε καὶ γάρου προσφερομενα,   
[6] μηδαμῶς, εἰπεν, ἐμέσαιμι γὰρ ἂν αὐτίκα, μαλάχας   
[7] ὑστάτας ἐπιφαγών μετ ἐλαίου καὶ γάρου. κάλλιστα, ἔφην,   
[8] εἶπες, ἀνατρέπει γὰρ ταῦτα τὴν᾽ γαστέρα καὶ μάλιστα αὐτῆς   
[9] τὸ στόμα, τὸ πρὸς ἁπάντων ἤδη συνήθως στόμαχος ἄνομαζόμενον,   
[10] ἐπιῥῥώννυσι δὲ καὶ τονοῖ τὰ στύφοντα. διὸ κἂν   
[11] ἄλλος τις χυμὸς αὐτὴν ἀνατρέψῃ, καθάπερ εἴωθεν ἐνίοις ὠχρὰ   
[12] χολὴ πλεῖον ἀθροισθεῖσα τοῦτο ποιεῖν, γευσάμενός τινος   
[13] τῶν στυφόντων ὁ οὕτως διακείμενος εὐθέως ἐκκρινεῖ κάτω   
[14] τὸν ἀνιῶντα χυμόν, εἰτα ἔδειξά τινα τῶν νεανίσκων αὐτῷ   
[15] πρὸ ἡμερῶν ὀλίγων εἰληφότα μὲν ἕνεκα τοῦ καθαρθῆναι σκαμ-μωνίας   
[16] ὀπὸν, ἤδη δὲ ὡρῶν γεγονυιῶν ἐπὶ τῆ προσφορά πέντε,   
[17] καὶ μηδεμιᾶς ἐκκρίσεως ήκολουθηκυίας, θλίβεσθαι μὲν λέγοντα   
[18] τὸν στόμαχον, ἐπάρθαι δὲ καὶ βαρύνεσθαι τὴν γαστέρα, [p. 6.601]   
[1] καἴ διὰ τοῦτο ωχριφν τε καὶ εὐπορεῖσθαι, καί μοι κοινωσασθαι   
[2] τὰ κατέχοντα συμπτώματα αὐτόν. ὅπως οὐν ἰασάμην   
[3] τὸν ἄνθρωπον, ἄκουσον, ἔφην, αὐτὸν τὸν νεανίσκον. καὶ   
[4] δὴ καὶ παρέσχον αὐτῷ παρόντα τε .καὶ διηγούμενον, ὡς ἐγῶ μὲν   
[5] ἐκέλευσα μήλου στύφοντος, ἤ ῥοάς , ἤ ἀπίου βραχύ τι φαγεῖν,   
[6] ὁ δ᾽ ἄμα τῷ καταπιεῖν εὐθέως ἀπηλλάγη τῶν ὀχληρῶν, ἐκκρινάσης   
[7] ἀθρόως αὐτοῦ πάμπολλα τῆς γαστρός. ἴσθι τοίνυν,   
[8] ὲφην τῷ ῥήτορι, καὶ σοὶ τοῦτο συμβαῖνον, ὅταν ἐπιφάγῃς τὰ   
[9] στύφοντα, διὰ τὴν ἀτονίαν τῆς γαστρος ὅλης καὶ τοῦ στομάχου.   
[10] ὁ δὲ , καὶ μᾶλλον , εἰπε , τοῦτο ἀληθὲς εἰπες. ἔστι τε   
[11] γάρ μοι φύσει τοιοῦτος ὁ στσμαχος, ἀνατρέπεταί τε ῥᾳδίως   
[12] ἐπὶ τοῖς τυχοῦσιν, ἐγώ τε τοτε μᾶλλον προσφέρομαι τῶν αὐστηρῶν   
[13] τι μετὰ τὴν τροφὴν, ὅταν αἴσθωμαί ποθ' ὕπτιον   
[14] ἱκανῶς αὐτὸν γεγονότα, ἤδη πλησίον ὲχοντα ναυτίας. αὕτη   
[15] σοι ἡ κατὰ τὸν ῥήτορα διήγησις αὐτάρκης εἰς γνῶσιν ἔστω   
[16] τοῦ λαπάττεσθαι τὴν γαστέρα τοῖς ἄτονον ἔχουσι τὸν στα΄   
[17] μαχον, ὅταν ἐπιφάγωσί τι τῶν στυφόντων,

[p. 6.602]

### [chapter:23]

[1] [Περὶ κυδωνίων καὶ στρουθιομήλων. ]   
[2] -χαίρετόν τι παρὰ τα ἄλλα μῆλα τούτοις ὑπάρχει, στύψιν   
[3] τε πλείονα κεκτημένοις καὶ το α΄; χυλὸν ἔχουσι μόνιμον, εἴ τις   
[4] ἑψήσας αὐτὸν σύν μέλιτι φυλάττειν ἐθέλοι · τῶν δ᾽ ἄλλων   
[5] μήλων ὁ χυλὸς ὀξύνεται κείμενος, ὑγρότητα πολλὴν ὲχων   
[6] ψυχράν. ἡμεῖς δὲ καὶ τὸ διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν στρουθομήλων   
[7] φάρμακον ἐπιτηδεότατον Ὑοῖς ἀνορέκτοις, οὐκ ἐν φανερῷ   
[8] κατὰ τύχην κείμενον, ὕστερόν ποθ' εὕρομεν ἐτῶν ἑπτὰ μεταξὺ   
[9] γεγονότων, οὐδεμίαν ἐσχηκότος μεταλλαγὴν τῆς ποιότητος.   
[10] ἐπεποιήκει δὲ κατὰ τό στόμα τοῦ ἀγγείου πυκνὸν ἐπίπαγον,   
[11] οἷον καὶ μέλιτι πολλάκις ἐπιπήγνυται καὶ ἀλλῶς   
[12] τισί· καὶ χρὴ φυλάττειν αὐτὸν ἐπικείμενον, ὅταν ἐθέλῃς ἀμετάβλητον   
[13] ἐπὶ πλεῖστον διαμεῖναι τὸ φάρμακον ἤ τὸ μέλι.   
[14] τοῦτο μὲν οὑν εἰρήσθω μοι κατὰ τὸ πάρεργον · οὑ δ᾽ ἕνεκα   
[15] ἐμνημόνευσα τοῦ μὴ διαφθαρέντος ἐν χρόνῳ πλείονι φαρμάκου,   
[16] πάλιν ἀναλήψομαι. μονιμος ὁ τῶν στρουθίων μήλων   
[17] χυλός ἐστιν, ὅταν καλῶς σκευασθῇ, καθάπερ καὶ ὁ τῶν κυδωνίων, [p. 6.603]   
[1] [ed2page:6.351] ἀλλ᾽ ἦττον οὕτος ἡδὺς ὑπάρχει, καὶ μάλιστα   
[2] στύφων· ὥστε εἴη τὶν ποτε καὶ τουτου χρεία προς ῥῶσιν ἱκανῶς   
[3] ἐκλύτου γαστρός. ἐν ᾽Ιβηρίᾳ δὲ τον καλουμενον μηλοπλακοῦντα   
[4] συντιθέασιν, ἔδεσμα μόνιμον οὕτως, ὡς εἰς Ῥώμην   
[5] κομίζεσθαι μεστὰς αὐτοῦ λοπάδας καινας. σύγκειται δὲ ἐκ   
[6] μέλιτός τε καὶ σαρκὸς λελειωμένης ἑφθῆς ἃβ΄α τῷ μέλιτι. τὸ   
[7] δ᾽ ἡμέτερον φάρμακον τὸ τοῖς ἀνορέκτοις σκευαζό [ed1page:4.327]μενον   
[8] οὐκ ἐκ μόνου μέλιτος καὶ χυλοῦ μήλων ἐστὶν, ἀλλὰ καὶ πεπέψεως   
[9] ὲχει τι λευκοῦ καὶ ζιγγιβέρεως καὶ ἄξους. οὐ μὴν νῦν γε   
[10] καιρὸς αὐτοῦ τῆς διδασκαλίας ἐστὶν, ἑτέρωθι τελέως εἰρη·μύνης.

### [chapter:24]

[11] [Περὶ ἀπίων καὶ ῥοιῶν.] Ἀ περὶ μήλων   
[12] εἷπον, ἃπαντα μεταφέρων ἐπὶ τὰς ἀπίους τε καὶ ῥοιὰς οὐδενὸς   
[13] ἔτι νεωτέρου περὶ αὐτῶν ἑτέρου δεήσῃ λόγου. καὶ γὰρ   
[14] ἐν ταύταις ἔνιαι μὲν αὐστηραὶ μόνον ἤ στρυφναὶ φαίνονται,   
[15] καθάπερ γε τινὲς μὲν ὀξεῖαι, τινὲς δὲ γλυκεῖαι, τινὲς δὲ εκ   
[16] τῆς τούτων μίξεως συγκείμεναι, καὶ τινὲς ὅλως οὐδεμίαν ὲχουσαι [p. 6.604]   
[1] τοιαύτην ἐπικρατοῦσαν ποιότητα, καὶ διὰ τοῦτο ὑδατώδεις   
[2] τε καὶ αμβλεῖαι οὐσαι , ῥωστικὸν οὐδὲν ἐχουσι, τῶν μὲν οὐν   
[3] απίων ἡ χρῆσις ὁμοία κατὰ πάν ἐστι τῇ τῶν μήλων· αἱ   
[4] ροιαὶ δὲ τα μὲν ἄλλα παραπλησίως , οὐδέποτε δ᾽ οὐδ᾽ ὀπτῶνται   
[5] μετα σταιτὸς, . οὐδ᾽ ἕψονται δι᾽ ὕδατος ἤ ἐν ἀτμῷ. χυλον   
[6] δε ἔχουσι πλείονα μήλων τε καὶ ἀπίων, ἔτι δὲ πρὸς τούτῳ   
[7] τὴν γεῦσιν ἡδὺν ὄντα μᾶλλον τοῦ κατ᾽ ἐκεῖνα χυλοῦ. γίνονται   
[8] δέ ποτε χρησιμώτεραι τῶν καρπῶν ἐκείνων εἰς ἄλλα τέ   
[9] τινα και το προς Ἱπποκράτους εἰρημένον ἐν Ἐπιδημιῶν δτυτέρῳ   
[10] κατι τήνδε. τὴν ῥῆσιν. γυνὴ ἐκαρδιάλγει, καὶ οὐδὲν   
[11] καθίστη, πρὶν ἐς ῥοιάς χυλὸν ἄλφιτον ἐπιπάσσουσα καὶ μονοσιτίῃ   
[12] ἤρκεσε καὶ οὐκ ἀνήμεεν οἱα τὰ Καρίωνος. εὔδηλον οὑν,   
[13] οτι, μοχθηρῶν χυμῶν τὰ κατὰ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς , ὃ δὴ   
[14] καὶ καρδίαν σνομάζουσι, διαβρεξάντων, ἡ γυνὴ ναυτιώδης τε   
[15] καὶ καρδιαλγὴς ἢν · οὐδὲ γὰρ οὐδ᾽ ἄλλο τι τὸ᾽ καρδιώσσειν

[16] ονομα σημαίνει του γινομενου συμπτωματος επι τῳ στομαχῳ   
[17] δακνομένῳ. τοῦτον οὐν τὸν χυμὸν ἐξήρανε μέν τὸ ἄλφιτον, [p. 6.605]   
[1] ὁ δὲ τῆς ῥοιάς χυλὸς ἃμ αὐτῷ λαμβανόμενος ἐῥῥώννυε   
[2] τὴν κοιλίαν, ὡς ἀποτρίψασθαι δύνασθαι τὸν ἐν τοῖς χιτῶσιν   
[3] αὐτῆς περιεχομενον χυμόν. τροφην δὲ τῷ σώματι παρέχουσιν   
[4] αἱ μὲν ροιαὶ παντάπασιν ἐλαχίστην, ὡς οὐδέποθ αὐτῶν   
[5] ὡς τροφῆς χρήζομεν, ἀλλ᾽ ἐν φαρμάκου μοίρᾳ μόνον. αἱ δ᾽   
[6] ἄπιοι καὶ μάλισθ αἱ μεγάλαι (καλοῦσι δ᾽ αὐτὰς μενάτας οἐ   
[7] παρ ἡμῖν) ἔχουσί τι καὶ τρόφιμον, ὥστε καὶ τέμνοντές τέ   
[8] αὐτὰς εἰς κυκλίσκους λεπτοὺς καὶ ξηραίνοντες ἀποτίθενται,   
[9] προσφέρονται δὲ κατὰ τὸν χειμῶνα καὶ τὸ ἔαρ ἅψοντες,   
[10] ὅταν ᾖ λιμὸς, ἐν χρείᾳ σιτίων ὀλιγοτροφων. οἱ δ᾽ Ἄττικοὶ   
[11] μὲν ἄνευ τοῦ ἰῶτα τὴν πρώτην τῶν ῥοιῶν ἔχουσι συλλαβὴν   
[12] μᾶλλον, οἱ ᾽Ιωνες δὲ μετὰ τοῦ ἰῶτα. χρήσιμον δὲ οὐδὲν   
[13] ἔχει τῷ βίῳ ταν ἀνθρώπων, ὥσπερ οὐδ᾽ ὠτὶ τῶν οἴων, ἃ   
[14] νῦν μὲν οὕτως ὀνομάζουσι πάντες Ἕλληνες , οὐ συγχωροῦσι   
[15] δὲ οἱ Ἀττικίζοντες μετὰ τοῦ υ λέγειν αὐτά. καταλιπών οὐν   
[16] ἐκείνους ὑπὲρ τῶν ὀνομάτων σκοπεῖσθαι περὶ τῆς δυνάμεως   
[17] τοῦ καρποῦ διαλέξομαι.

[p. 6.606]

### [chapter:25]

[1] [ed2page:6.352] [Περὶ μεσπίλων καὶ οὔων.] Καὶ   
[2] τουτων ὁ αὐτὸς λόγος ἐστὶ τῷ προειρημένῳ , στύφει μὲν γὰρ   
[3] αμφω , πολυ δὲ μᾶλλον οὔων τὰ μέσπιλα · διὸ καὶ συμφορῶτατον   
[4] ἔδεσμα ἐστι ῥεούσῃ γαστρί. ἡδίω δὲ αὐτῶν πρὸς ἐδω-δὴν   
[5] τα οὐα· την ἀρχὴν γὰρ οὐδέν τι στρυφνὸν ὲχει τοῖς με-σπίλοις   
[6] ομοίως, ἀλλ᾽ ἔστιν ὁ κατ αὐτὰς χυμὸς αὐστηρὸς   
[7] ανευ τοῦ στρυφνὸς εἰναι. πρόδηλον δ᾽, ὅτι τῶν τοιούτων   
[8] απὰντων ᾽ολίγον ἐσθίειν προσήκει, οὐχ, ὡς σύκων ἤ σταφυλῶν,   
[9] δαψιλῶς · οὐδὲν γὰρ ὡς τροφῆς αὐτῶν, ἀλλ᾽ ὡς φαρμάκων   
[10] μᾶλλον δεομεθα. ταῦτά σοι χρησιμώτερα τοῦ γνῶναι,   
[11] την προτέραν συλλαβὴν τοῦ τῶν οὔων ὀνόματος ὑπὸ τῶν   
[12] παλαιῶν Ἀθηναίων διὰ μόνου τοῦ ο γράμματος γράφεσθαί   
[13] τε καὶ λήγεσθαι.

### [chapter:26]

[14] [Περὶ τοῦ τῶν φοινίκων καρποῦ.] Εὔιε   
[15] βαλάνους φοινίκων ἐθέλεις ὀνομάζειν τὸν καρπὸν αὐτῶν, εἴθ'   
[16] ομωνύμως ὅλῳ τῷ δένδρῳ φοίνικας, ὥσπερ ἔθος ἐστὶν ἤδη   
[17] πάσι τοῖς Ἕλλησιν, οὐδὲν οὔτε βλαβήσῃ κατ οὐδέτερον οὔτ   
[18] ὠφεληθήσῃ πρὸς τὴν τῆς δυνάμεως γνῶσιν. ἔστι δ᾽ ἐν [p. 6.607]   
[1] αυτοῖς ου μικρα διαφορά · τινὲς μὲν γὰρ ξηροί τέ εἰσι καὶ   
[2] στυφοντες, ωσπερ οἱ Ἀἰγύπτιοι, τινὲς δὲ μαλακοὶ καὶ ὑγροὶ   
[3] καὶ γλυκεῖς, ὡσπερ οἱ καρυωτοὶ καλούμενοι, κάλλιστοι δ᾽   
[4] ουτοι γεννῶνται κατὰ τὴν Παλαιστίνην Συρίαν ἐν Ἱεριχοῦντρ᾽   
[5] μεταξὺ δὲ ἀμφοτέρων τῶν εἰρημένων γενῶν οἱ ἄλλοι πάντες   
[6] εἰσὶ φοίνικες. δυσπεπτοι δέ εἰσι καὶ κεφαλαλγεῖς, οἱ μὲν   
[7] μᾶλλον, οἱ δὲ ηττον, ὄντες ὑγροί τε καὶ γλυκεῖς καὶ ξηροὶ καὶ   
[8] στύφοντες. ἀλλα τῶν ἄκρων ἀφορισθέντων, εὐφορώτατον   
[9] ἤδη σοι τὸ μέσον ἔσται πάν. οὐδεὶς γοῦν αὐτῶν ἐστιν, ὃς   
[10] οὐ γλυκύτητά τινα καὶ στῦψιν ἐχει · καὶ γὰρ τῷ καρυωτῷ μέτεστι   
[11] βραχείας στύψεως καὶ τῷ Θηβαικῷ γλυκύτητος ἀμυδράς.   
[12] ἀλλ᾽ ὁ μὲν γλυκὺς χυμὸς ἐδείχθη τρόφιμος, ὁ δ᾽ αὐστηρὸς εὐστόμαχός   
[13] τε καὶ γαστρὸς ἐφεκτικός. ἄπαντες δὲ οἱ φοίνικες   
[14] δύσπεπτοί τέ εἰσι καὶ κεφαλαλγεῖς πλείονες βρωθέντες. ἔνιοι   
[15] δὲ καὶ δήξεώς τινος αἴσθησιν ἐμποιοῦσι τῷ στόματι τῆς κοιλίας   
[16] , ὃ στόμαχον ὀνομάζουσιν οἱ ἰατροί. ὁ δ᾽ ἀπ αὐτῶν   
[17] εἰς τὸ σῶμα ἀναδιδόμενος χυμὸς παχὺς μὲν πάντως ἐστὶν, [p. 6.608]   
[1] ἔχει δέ τι καὶ γλίσχρον, οταν ῃ ο φοῖνιξ λιπαρὸς, ὥσπερ ὁ   
[2] καρυωτος. οταν δὲ τῷ τοιουτῳ χυμῷ γλυκύτης μιχθῇ, τάχιστα   
[3] μὲν ὑπ᾽ αὐτοῦ τὸ ἤπαρ ἐμφράττεται , βλάπτεται δὲ καὶ   
[4] φλεγμαῖνον καὶ σκιρούμενον ἐσχάτως ὑπὸ τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν.   
[5] ἐφεξῆς δὲ τῷ ἥπατι καὶ ὁ σπλὴν ἐμφράττεται καὶ βλάπτεται.   
[6] πολυ δὲ δη μάλιστα βλάπτουσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες εἰς ἀπαντα,   
[7] βραχὺ πλέονες ἐδεσθέννες. εὔδηλον δ᾽, ὅτι θερμότερον   
[8] μεν ἔχουσι τον χυμον οἱ γλυκεῖς, ψυχρότερον δὲ οἷ στῦφον,   
[9] τες. ἀλλα καὶ φύσης ἐμπιπλᾶσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες, ὥσπερ   
[10] καὶ τα σῦκα· τὴν αὐτὴν γὰρ ἀναλογίαν ἐχει τὰ σῦκα πρὸς   
[11] τας ἰσχαδας, ην οἱ χλωροὶ φοίνικες πρὸς τοὺς ἄλλους. ,ἐν δὲ   
[12] τοῖς μη πανυ θερμοῖς -χωρίοις οὐ πεπαίνονται τελέως οἱ φοίνικες,   
[13] ὡς εἰς ἀπόθεσιν γίνεσθαι χρήσιμοι, καὶ διὰ τοῦτο χλωρους   
[14] ἀναγκαζόμενοι δαπανᾶν αὐτοὺς ὠμῶν τε χυμῶν ἐμπιλτλανται   
[15] καὶ ῥίγεσι δυσεκθερμάντοις ἁλίσκονται καὶ καθ'   
[16] ἦπαρ εμφραςεις εχουσα

### [chapter:27]

[17] [ed2page:6.353] [Περὶ ἐλατῶν.] ᾽Ολίγην μὲν πάνυ   
[18] καὶ αυται τροφὴν διδόασι τῷ σώματι καὶ μάλιστα αἱ δρυοπετεῖς. [p. 6.609]   
[1] ἐσθίουσι δὲ οἱ ἄνθρωποι ταύτας μὲν σὺν ἄρτῳ μᾶλλον,   
[2] ανευ δε αρτου τας ἁλμάδας τε καὶ κολυμβάδας ὀνομαζομένας,   
[3] ενεκα γαστρος υπαγωγῆς, μετὰ γάρου πρὸ τῶν σιτίων. ὥσπερ   
[4] δὲ αἱ δρυοπετεῖς πλεῖστον λιπαρὸν, οὕτως αὑται τὸν στῦφοντα   
[5] χυμον ὲχουσι. διὸ καὶ ῥωννύουσί τε τὸν στόμαχον, ἐπεγείρουσί   
[6] τε την ὄρεξιν. ἐπιτήδειοι δέ εἰσιν εἰς τοῦτο αἱ μετ   
[7] ὄξους αποτιθἔμεναι. πολυειδῶς δ᾽ αὐτὰς σκευάζουσιν οἱ τῆν   
[8] οψαρτυτικην ἐμπειρίαν ἀσκήσαντες, ης οὐδ᾽ αὐτῆς παντάπασιν   
[9] αμαθῶς ὲχειν ἀξιῶ τὸν ἰατρόν· ἄμεινον γὰρ εἰς τὴν πέψιν   
[10] ἐστὶ τῶν ἴσως ὑγιεινῶν τὸ ἡδίονι ἀλλ᾽ οὐ νῦν καιρὸς οὔτε   
[11] τῆς ἐμπειρίας τῆς κατὰ τὴν ὀψαρτυτικὴν θεωρίαν, οὔτε τῆς   
[12] τέχνης ἐστίν · ἴδιος γὰρ λόγος ἀνάκειται αὐταῖς.

### [chapter:28]

[13] [ed1page:4.328] [Περὶ καρύων.] Βασιλικά τινες   
[14] ονομαζουσι κάρυα ταῦτα τὰ νῦν ὑπὸ πάντων ὀνομαζόμενα   
[15] καρυα· καλεῖται δὲ καὶ ἄλλα τινα λεπτοκάρυα, πολλῶ τινκροτερα   
[16] τουτων, ἃ προσαγορεύουσιν ἔνιοι Ποντικά. πολλὴ   
[17] δὲ ἀμφοτέρων ἡ χρῆσίς ἐστιν, οὐ πολλὴν τροφὴν διδόντων   
[18] τῷ σωματι. πλείων δ᾽ ὅμως ἐστὶν ἐν τῷ Ποντικῷ λεγομένῳ [p. 6.610]   
[1] τῆς ἐν τῷ βασιλικῷ καρύῳ, καὶ γὰρ καὶ πεπίληται μᾶλλον ἤ   
[2] οὐσία αὐτοῦ καὶ ἦττον ἐλαιώδης ἐστὶν, ἤ δὲ τοῦ καρύου χαυνοῦερα   
[3] εστι και πλεον εχουσα το λιπαρον ἐν ἑαυτη. μετέχει δὲ   
[4] καὶ τῆς στυφουσης ποιότητος οὐκ ὀλίγον, ἤτις ἐν τῷ χρόνῳ   
[5] προιόντι μαραίνεται, μεταπιπτούσης ὅλης, αὐτοῦ τῆς οὐσίας   
[6] εἰς τὸν λιπαρὸν χυμὸν, ὥστε καὶ τελείως ἄβρωτον γίνεσθαι,   
[7] διὰ το παραπλήσιον ἐλαίῳ παλαιῷ τῆ κατ αὐτὸ λιπαρότητι   
[8] φαίνεσθαι. τὸ δὲ χλωρὸν ἔτι καὶ ὑγρὸν οὔτε τῆς στυφοῦσης   
[9] σαφῶς μετέχει ποιότητος, οὔτε τῆς ἐλαιώδους, ·ἀλλ᾽ ἔστιν   
[10] ἄποιόν πως μᾶλλον ὅπερ ὑδατῶδες καλεῖν, ὡς ἔφην, εῶ   
[11] θίσμεθα. πέττεταί γε μὴν μᾶλλον τὸ κάρυον τοῦ λεπτοκαρύου   
[12] καὶ μᾶλλον εὐστομαχώτερόν ἐστι, καὶ πολὺ μᾶλλον ὅταν   
[13] σὺν ἰσχάσιν ἐσθίηται. γέγραπται δὲ ὑπὸ πολλῶν ἰατρῶν, ὡς,   
[14] ἐαν ἄμφω ταῦτα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων λαμβάνωνται μετὰ   
[15] πηγανου, μηδὲν ὑπὸ τῶν θανασίμων φαρμάκων μέγα βλαβήσεσθαι   
[16] τὸν ἄνθρωπον. εὔδηλον δ᾽, ὅτι καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν   
[17] πρὸς διαχώρησιν ἔτι ἐπιτήδειόν ἐστι, τὸ δὲ ξηρὸν ἥττον ἐπιτήδειον.   
[18] οὐκ ὀλίγοι δὲ καὶ μετὰ γάρου προσλαμβάνουσιν αὐτο [p. 6.611]   
[1] γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἔτεκεν, εἰς τοῦτο δ᾽ ἐπιτήδειόν ἐστι   
[2] τὸ χλωρὸν, ὡς ᾖττον τῆς στυφούσης μετέχον ποιότητος. ἀλλὰ   
[3] καὶ τῶν ἤδη ξηρῶν προαποβρεχομένων ἐν ὕδατι, καθάπερ ἔνιοι   
[4] ποιοῦσιν , ἡ δύναμις παραπλησία τοῖς χλωροῖς ἐστι.

### [chapter:29]

[5] [ Περὶ ἀμυγδάλων.] Οὐδ᾽ ὅλως μετέχει   
[6] ταῦτα τῆς στυφούσης ποιότητος, ἐπικρατεῖ γὰρ ἐν αὐτοῖς ἡ   
[7] λεπτυντική τε καὶ ῥυπτικὴ μόνη, δύ ἤν ἐκκαθαίρει τὰ σπλάγχνα   
[8] καὶ τὰς ἐκ πνεύμονός τε καὶ θώρακος ἀναπτύσεις τῶν ὑγρῶν   
[9] ἐργάζεται. τινὰ δ᾽ αὐτῶν οὕτως ἐπικρατοῦσαν ὲχει τὴν   
[10] τμητικὴν τῶν παχέων τε καὶ [ed2page:6.354] γλίσχρων ὑγρῶν δύναμιν,   
[11] ὡς μηδὲ βρωθῆναι δύνασθαι διὰ πικρότητα. τῆς γε μὴν ἐλαιώδους   
[12] τε καὶ λιπαράς μετέχει ποιότητος, ὥσπερ καὶ τὰ κάρυα,   
[13] δύ ἤν καὶ αὐτὰ τοῦ χρόνου προιόντος ἐλαιηρὰ γίνεται , καθαπερ   
[14] ἐκεῖνα. βραχυτέρα δ᾽ αὐτοῖς ἐστιν ἡ ποιότης ἤδε τῆς   
[15] ἐν τοῖς καρύοις, διὸ καὶ μετὰ χρόνον πλείονα τῶν καρύων   
[16] ἐλαιηρὰ φαίνεται γινόμενα. δῆλον οὐν ἐκ τούτων ἐστὶν, ὡς   
[17] οὔτε πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρὸς ὑπάρχει/ χρήσιμα, τροφήν τε τῷ   
[18] σώματι δίδωσιν ὀλίγην. ὅσα δ] .ἐπικρατοῦσαν ἱκανὴν ὲχει [p. 6.612]   
[1] την πίκραν ποιότητα, πρὸς τὰς ἐκ θώρακός τε καὶ πνεύμονος   
[2] αναπτυσεις πύου τε καὶ τῶν παχέων καὶ γλίσχρων χυμῶν ἐστι   
[3] χρησιμωτατα. τῶν δὲ μηδεμίαν μὲν τέχνην ἡσκηκότων τῷ βίῳ   
[4] χρησιμον, Ἀττικίζοντας δὲ καλούντων ἑαυτοὺς, ἔνιοι μὲν   
[5] ἀμυγδάλας θηλυκῶς ἀξιοῦσι λέγεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον, ἔνιοι   
[6] δὲ ουδετέρως ἀμύγδαλα, μηδ᾽ αὐτὸ τοῦτο γινώσκοντες, ὃ   
[7] σπουδαζουσιν , ὡς ἄμφω τὰ ὀνόματα παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ἀνδρασι   
[8] γέγραπται.

### [chapter:30]

[9] [Περὶ πιστακίων.] Κεντᾶται μὲν κατὰ τὴν   
[10] γμεγαλην Ἀλεξάνδρειαν ταῦτα, πολὺ πλείω δ᾽ ἐν Βεῥῥοίᾳ τῆς   
[11] Συρίας, τροφην μὲν ὀλίγην ἔχοντα, χρήσιμα δὲ εἰς ἥπατος   
[12] ευρωστιαν αμα και καθαρσιν τῶν εμπεφραγμενων κατα τας   
[13] διεξόδους αυτοῦ χυμῶν, μετέχει γὰρ ὑποπίκρου καὶ ὑποστυφουσης   
[14] ποιοτητος ἀρωματιζούσης. ἴδμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ   
[15] των τοιουτων ηπατι χρησᾳιωτατα, καθαπερ εν τη των   
[16] απλῶν φαρμάκων ἐδείχθη πραγματείᾳ. στομάχῳ δὲ οὔτε   
[17] ωφέλειαν ουτε βλαβην ἀξιόλογον ἐξ αὐτῶν ὲχω μαρτυρεῖν,   
[18] ωσπερ ουδὲ υπαγωγὴν γαστρὸς ἤ στάσιν.

[p. 6.613]

### [chapter:31]

[1] [ Περὶ κοκκυμήλων,] Σπανίως ἄν εὕροις   
[2] αυστηρον ἤ ὀξυν ἤ ὅλως τινὰ ἀηδίαν ἔχοντα τὸν καρπὸν   
[3] τοῦτον, οταν ἀκριβῶς πεπανθἢ· πρὶν γὰρ ἐς τοῦτ ἀφικέσθαι,   
[4] σχεδον απαντες οἱ μὲν ὀξύτητος, οἱ δὲ στρυφνότητος, ἔνιοι   
[5] δε και πικροτητὁς ἐμφαίνουσι, τροφὴν μὲν οὐν ἐλαχίστην ἐκ   
[6] τοῦ καρποῦ τούτου το σῶμα λαμβάνει, χρήσιμος δέ ἐστι τοῖς   
[7] υγρὰναί τε καὶ ψύξαι τὰ μέτρια τὴν γαστέρα προαιρουμένοις.   
[8] υπαγει δ᾽ αὐτὴν καὶ ταῦτα διά τε τὴν ὑγρότητα καὶ γλισχρότητα,   
[9] καθάπερ καὶ ἄλλα τινὰ τῶν προειρημένων, ὑπάρχει   
[10] δ αὐτοῖς καὶ ξηρανθεῖσιν εἷναι έχρησᾷιοις, ὥνπερ καὶ τοῖς   
[11] συκοις, καὶ δόξαν ὲχει πολλὴν ἄριστα τῶν ἄλλων εἷναι τὰ   
[12] κατα Συρίαν ἐν Δαμασκῷ γινόμενα, δεύτερα δ᾽ ἐπὶ τούτοις   
[13] τα κατὰ τὴν Ὑβηρίαν τε καὶ Ἱσπανίαν ὀνομαζομένην. ἀλλὰ   
[14] ταῦτα μὲν οὐκ ἐμφαίνει τινὸς στύψεως, τὰ Δαμασκηνὰ δὲ καὶ   
[15] παντί πολλῆς ἔνια. κάλλιστα δ᾽ αὐτῶν εἰσιν, ὅσα μετρίως   
[16] στέφοντα μεγάλα τε καὶ χαῦνα· τὰ δὲ σμικρὰ καὶ σκληρὰ καὶ   
[17] στρυφνὰ μοχθηρὰ πρόςΑ·ι τὴν ἐδωδὴν εστι καὶ πρὸς τὴν [p. 6.614]   
[1] τῆς γαστρὸς ὑπαγωγὴν, ἤτις ἀκολουθεῖ μάλιστα τοῖς ἀπὸ τῆς   
[2] Ἰβηρίας. ἐψομενα δ᾽ ἐν μελικράτῳ, πλέον ἔχοντι μέλιτος,   
[3] ἱκανῶς λαπάττει τὴν γαστέρα, κἀν μόνα τις αὐτὰ φάγῃ, καὶ   
[4] πολυ μᾶλλον, ἐὰν ἐπιῥῥοφήσῃ τοῦ μελικράτου. πρόδηλον δὲ,   
[5] οτι συντελεῖ γαστρὸς ὑπαγωγῇ μετὰ τὴν προσφορὰν αὐτῶν   
[6] επιπίνειν τι γλυκέος οἴνου καὶ διαλιπεῖν .τινα χρόνον, οὐδ᾽   
[7] ευθέως ἀριστᾶν ἐπ αὐτοῖς. ἀλλὰ καὶ τοῦτο [ed2page:6.355] κοινὸν   
[8] απαντων, ὅσα λαπάττει γαστέρα, μνημονευέσθω σοι, καθάπερ   
[9] τἄλλα, ὅσα κοινὰ πλειόνων εἰδῶν ἐστι, μὴ δεομένῳ   
[10] πολλακις ἀκούειν περὶ αὐτῶν.

### [chapter:32]

[11] [Περὶ τῶν καλουμένων σηρικῶν,] Οὐδὲ   
[12] τσυτοις ὲχω τι μαρτυρῆσαι πρὸς ὑγείας φυλακὴν ἤ νόσων   
[13] ὔασιν· ἔδεσμα γάρ ἐστι γυναικῶν τε καὶ παιδίων ἀκρατούντων,   
[14] ὀλιγότροφόν τε καὶ, δύσπεπτον ὑπάρχον ἃμα τῷ μηδ᾽ εὐστομαχον   
[15] εῖναα τροφὴν . δηλονότι καὶ αὐτὰ δίδωσιν ὀλίγην   
[16] τῷ θώματι,

[p. 6.615]

### [chapter:33]

[1] [Περὶ κερατίων,] Τὰ κεράτια, διὰ τοῦ   
[2] τ γραμματος λεγομένης τε καὶ γραφομένης τῆς τρίτης συλλαβῆς,   
[3] ο.υδὲν ἔοικε τοῖς διά τοῦ σίγμα κερασίοις, ἔστι δὲ ἔδεσμα   
[4] κακοχυμόν τε καὶ ξυλῶδες, ἐξ ἀνάγκης δὲ καὶ δύσπεπτον ουδὲν   
[5] γαρ ξυλῶδες εὔπεπτον.. ἀλλὰ καὶ τῷ μὴ διαχωρεῖσθαι   
[6] ταχέως οὐ σμικρὸν αὐτοῖς ὑπάρχει κακόν. ὥστ ἄμεινον ἤν   
[7] αὐτα μηδὲ κομίζεσθαι πρὸς ἡμᾶς ἐκ τῶν ἀνατολικῶν χωρίων,   
[8] ἐν οις γεννἀταἄ

### [chapter:34]

[9] [Περὶ καππάρεως.] Θαμνῶδές ἐστι φυτὸν   
[10] ἡ κάππαρις , ἐν Κύπρῳ πλείστη φυομένη. δύναμις δ᾽ αὐτῆς   
[11] ἐστι λεπτομερὴς ἱκανῶς, καὶ διὰ [ed1page:4.329] τοῦτο τροφὴν ἐλαχίστην   
[12] ἀναδίδωσιν εἰς τὸ τῶν ἐσθιόντων αὐτὴν σῶμα, καθαπερ   
[13] καὶ τἄλλα πάντα, ὅσα λεπτομερῆ, χρώμεθα δὲ ὡς φαρμάκῳ   
[14] μᾶλλον ἤ ὡς τροφῇ τῷ τοῦ φυτοῦ καρπῷ. κομίζεται   
[15] δὲ πρὸς ἡμάς ἁλσὶ διαπασθεῖσα διὰ τὸ σήπεσθαἴμόνη ἀποτιθεμένη.   
[16] εὔδηλον σύν, ὅτι χλωρὰ μὲν ἔτι, πρὶν ταριχευθῆναι,   
[17] πλέον ὲχει τροφῆς· ἐκ δὲ τῆς ταριχείας ἀπόλλυσι πάμπολυ [p. 6.616]   
[1] καὶ γίνεται χωρὶς μὲν του τοὖς ἄλας ἀποπλυθῆναι παντιιπασιν   
[2] ἄτροφος, ὑπακτικὴ δὲ τῆς γαστρός · άποπλυθεῖσα δὲ   
[3] καὶ διαβραχεῖσα μέχρι τοῦ τελέως ἀποθέσθαι τὴν ἐκ τὰν   
[4] αλῶν δυναμιν, ως ἔδεσμαμὲν ὀλιγοτροφώτατόν ἐστιν, ὡς ὄψον   
[5] δὲ καὶ φάρμακον ἐπιτήδειον ἐπεγεῖραι καταπεπτωκυῖαν ὄρεξιν,   
[6] ἀποῥῥύψαι τε καὶ ὑπαγαγεῖν φὸ κατὰ τὴν γαστέρα φλέγμα κοὶ   
[7] τὰς κατὰ σπλῆνα καὶ ηπαρ ἐμφράξεις ἐκκαθαραι. χρῆσθαι   
[8] δὲ πρὸς ταῦτα προσηκει δύ όξυμέλπος ἤ ὀξελαίου πρὸ τὰν   
[9] ἄλλων σιτίων ἀπάντων. τούς δ᾽ ἁπαλούς ἀκρέμονας κοὶ   
[10] τουτου τοῦ φυτοῦ παραπλησίως ἐσθίουσι τοῖς τῆς τερμίνθου,   
[11] καὶ χλωρούς ἔτι συντιθέντες, ὡς ἐκείνους, έν ὀξάλμη τε   
[12] καὶ ἄξει.

### [chapter:35]

[13] [ Περὶ συκομσρισν.] Ἐν Ἀλεξανδρεία τὸ   
[14] τοῦ συκομόρου φυτὸν εἶδον ἄμα τῷ καρπῷ, παραπλησίῳ σύκῳ   
[15] μικρῷ λευκῷ. δριμύτητα [ed2page:6.306] δὲ οὐδεμίαν ὁ καρπὸς οὖτος   
[16] ἔχει, βραχείας μετέχων γλυκύτητος, ὑγρότερός πως καὶ ψυκτικωτερος   
[17] ὡν κατὰ τὴν δύναμιν, ὡσπερ τὰ μόρα· μᾶλλον δὲ   
[18] ἐν τῷ μεταξύ μόρων τε καὶ σύκων αὑτὸν εἰκότως ἄν τις θείη. [p. 6.617]   
[1] καί μοι δοκεῖ τοὔνομα ἐντεῦθεν αὐτῷ κεῖσθαι, γελοῖοι γὰρ,   
[2] οσοι δια τοῦτο φασιν ὠνομάσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον συκόμορα,   
[3] διοτι συκοις ἐοίκασι καὶ μόροις; ἡ γένεσις δ᾽ αὐτοῦ διῶφορωτέρα   
[4] πώς ἐστι παρὰ τοὺς ἄλλους καρποὺς τῶν δένδρων·   
[5] ουδὲ γαρ ἐκ τῶν ἀκρεμόνων καὶ βλαστημάτων, ἀλλ᾽ ἐξ αὐτῶν   
[6] τῶν κλαδων καὶ τῶν πρέμνων ἐκφύεται.

### [chapter:36]

[7] [Περὶ περσίου,] Εἶδον καὶ .τοῦτο τὸ   
[8] φυτον ἐν Ἀλεξανδρείᾳ, τῶν μεγάλων ὃν καὶ αὐτὸ δένδρων.   
[9] ἱστοροῦσι δὲ τὸν καρπὸν αὐτοῦ μοχθηρὸν οὕτως ὑπάρχειν ἐν   
[10] Πέρσαις, ως ἀναιρεῖν τοὺς φαγόντας, εἰς Ἀὶγυπτον δὲ κοΛ   
[11] μισθέντα ἐδώδιμόν τε γενέσθαι παραπλησίως ἐσθιόμενον   
[12] ἀπίοις τε καὶ μήλοις, ὧν καὶ κατὰ τὸ μέγεθός ἐστι,

### [chapter:37]

[13] [Περὶ κιτρίου,] Καὶ τοῦτο τὸ Μηδικὸν   
[14] ονομαζουσι μῆλον οἱ μηδένα νοεῖν ἃ φθέγγονται προῃρημένοι,   
[15] καίτοι τήν γε σαφήνειαν ἐν ταῖς ἀρεταῖς τοῦ λόγου τιθέμενοι.   
[16] βέλτιον δ᾽ ἢν τοῦ τὰ τοιαῦτα περιεργάζεσθαι, τίνα   
[17] δυναμιν ὲχειν τὰ μόρια τοῦ κιτρίου, καὶ τί χρήσιμον ἐξ αὐτοῦ [p. 6.618]   
[1] τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν, ἐζητηκέναι. τοῦτο οὑν ἐγώ πράξω,   
[2] τρία μὲν εἷναι εἰπών τοῦ καρποῦ τούτου τὰ μόρια, τό τε ὀξὺ   
[3] κατα το μέσον αὐτοῦ καὶ τὸ πέριξ τούτου τὴν οἷον σάρκα αὐτοῦ   
[4] τοῦ καρποῦ καὶ τρίτον ἐπ᾽ αὐτοῖς τὸ περικείμενον σκέπασμα   
[5] ἔξωθεν. τοῦτο μὲν εὐῶδές τέ ἐστι καὶ ἀρωματίζον,   
[6] ου κατὰ τὴν ὀσμὴν μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν. εἰκότως   
[7] σύν δύσπεπτόν ἐστιν, ὡς ἂν σκληρόν τε καὶ τετυλωμένον.   
[8] εἰ δ᾽ ὡς φαρμάκῳ τις αὐτῷ χρῷτο, συντελεῖ τι πρὸς πέψιν,   
[9] ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν δριμεῖαν ἐχόντων τὴν ποιότητα.   
[10] τῷ δ᾽ αὐτῷ λόγῳ καὶ στόμαχον ῥώννυσιν ὀλίγον ληφθὲν,   
[11] ῷστε καὶ κόπτοντες αὐτὸ καὶ τὸν χυλὸν ἐκθλίβοντες εἰώθασι   
[12] μιγνύναι τοῖς καταποτίοις φαρμάκοις, ὅσα λαπακτικὰ γαστρός   
[13] ἐστιν , ἤ καθαρτικὰ τοῦ σώματος ὅλου, τῷ δ᾽ ὀξεῖ καὶ ἀβρώτῳ   
[14] μέρει τοῦ καρποῦ , καθ᾽ ὃ καὶ τὸ σπέρμα περιέχεται, πρὸς   
[15] ἄλλα τινὰ χρῶνται καὶ πολλάκις εἰς ὄξος ἐμβάλλουσιν ἀμβλύ   
[16] χάριν τοῦ δριμύτερον ἐργάσασθαι. τὸ μέσον δ᾽ ἀμφοῖν, ὃ δὴ   
[17] καὶ τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν, οὔθ ὀξεῖαν, οὕτε δριμεῖαν [p. 6.619]   
[1] ὲχον ποιότητα, δύσπεπτόν ἐστι διὰ σκληρότητα. διὸ καὶ μετ.   
[2] ὄξους καὶ γάρου προσφέρονται πάντες αὐτὸ τὴν ἀμβλυτητα   
[3] τῆς γεύσεως ἐπεγεῖραι βουλόμενοι. τάχα δ᾽, ὅτι καὶ πέττεται   
[4] μᾶλλον οὕτω βρωθὲν, ἐπίστανται, τῆ πείρᾳ διδαχθέντες ἤ   
[5] παρα ἰατρῶν ἀκουσαντες.

### [chapter:38]

[6] [Περὶ τῶν ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς καρπῶν,   
[7] ἐν οἷς εἰσι καὶ αἱ ἀπὸ τῶν δρυῶν βάλανοι.] ᾽Ἀγρια καλεῖν εἰώθασιν   
[8] πάντες ἄνθρωποι φυτὰ τὰ κατὰ τὴν χώραν φυόμενα,   
[9] χωρὶς ἐπιμελείας γεωρ[ed2page:6.357]γικῆς ἀμέλει, καὶ ἀμπέλους ἀγρίας   
[10] ὀνομάζουσιν, ων οὐδεὶς ἀμπελουργὸς προνοεῖται περισκαπτων   
[11] ἤ περισκάλλων ἤ βλαστολογῶν ἤ τι τοιοῦτον διαπραττόμενος.   
[12] ἐκ τούτων τῶν φυτῶν ἐστι καὶ φηγὸς καὶ δρῦς καὶ   
[13] πρίνος καὶ κρανία καὶ κόμαρος, ἕτερά τε δένδρα τοιαῦτα, κα-·   
[14] θάπερ γε καὶ θάμνοι τινὲς, οἷον ὅ τε τῆς βάτου καὶ τῆς κυνοσβάτου,   
[15] καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου τε καὶ ἀχράδος, ὅ τε τῶν ἀγριοκοκκυμήλων,   
[16] ἃ προῦμνα παρ ἡμῖν καλοῦσι, καὶ ὁ τοῦ τὰς   
[17] ἐπιμηλίδας φέροντος. καλεῖται δὲ κατὰ τὴν Ἰταλίαν οὐνέδων   
[18] ὁ καρπὸς τοῦ θάμνοι/ τούτου, κακοστόμαχόν τε καὶ κεφαλαλγὴς [p. 6.620]   
[1] ὑπάρχων καὶ στρυφνὸς ἱκανῶς μετά τινος βραχείας γλυκύτητοςς   
[2] τὰ μὲν ουν κράνα καὶ τὰ βάτινα καὶ τὰς βαλάνους   
[3] καὶ τὰ μιμαίκυλα, καλεῖται δὲ οὕτως ὁ τοῦ κομάρου καρπος,)   
[4] ἐσθίουσι συνήθως οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς, τοὺς δὲ τῶν   
[5] αλλων δένδρων τε καὶ θάμνων οὐ πάνυ τι. λιμοῦ μὴν κατασχοντος   
[6] ποτὲ τὴν ἡμετέραν χώραν, εὐφορίας δὲ γενομένης   
[7] τῶν τε βαλάνων καὶ τῶν μεσπίλων, ἐν σειροῖς αὐτὰ οἱ ἂγροικοι   
[8] θησαυρίσαντες ἀντὶ τῶν σιτηρῶν ἐδεσμάτων ἔσχον ἔν τε   
[9] τῶ χειμῶνι παντὶ καὶ τοῖς πρώτοις τοῦ ἡρος, ἔμπροσθεν δὲ   
[10] βορα συῶν ἤσαν αἱ τοιαῦται βάλανοι, ἀλλὰ τότε άποτρεπόμενοι   
[11] τοῦ διαθρέψαι τούτους ἐν τῷ χειμῶνι, καθάπερ ἔμπροσθεν   
[12] εἰωθεσαν, ἐν ἀρχῇ μὲν τούτους σφάξαντες, ἐχρήσαντο τούτοις   
[13] εἰς ἐδωδην, ὕστερον δὲ τοὺς σειροὺς ἀνοίξαντες, ἤσθιον   
[14] τὰς βαλάνους, παρασκευάζοντες ἐπιτηδείους εἰς βρῶσιν ἄλλοτε   
[15] ἄλλως. ἐν ὕδατι γὰρ ἡψον ἐνίοτε, καὶ κατὰ τὴν θερμὴν   
[16] σποδιὰν ἐγκρυβοντες ὥπτουν συμμέτρως, αὐθις δ᾽ ἄν ποτε   
[17] καταπλάσαντες, ἔτνος ἐξ αὐτῶν ἐποίουν, ἐνίοτε μὲν ὕδατι μόνῳ   
[18] δευοντες, ἐπεμβάλλοντες δέ τι τῶν ἡδυσμάτων, ἐνίοτε δὲ [p. 6.621]   
[1] καὶ μέλιτος ἐπιχέοντες, ἤ μετὰ γάλακτος ἕψοντες. ἡ δ᾽ ἀπ αὐτῶν   
[2] τροφὴ δαψιλής ἐστιν οὐδὲν ὁμοίως τοῖς εἰρημένοις ἄχρι   
[3] δεῦρο τοῦ λόγου κατὰ τόδε τὸ γράμμα. πολλοῖς γὰρ τῶν σιτηρῶν   
[4] ἐδεσμάτων ὁμοίως τρέφουσιν αἱ βάλανοι, καὶ τό γε παλαιὸν,   
[5] ὥς φασιν, ἀπὸ τούτων μόνον διέζων οἱ ἄνθρωποι,   
[6] Ἀρκάδες δὲ καὶ μέχρι πολλοῦ χρόνου, τῶν ἄλλων ἀπάντων   
[7] Ἐλλήνων τοῖς Δημητρίοις καρποῖς χρωμένων, ἔστι δὲ βραδύπορος   
[8] ἡ ἀπ αὐτῶν τροφὴ καὶ παχύχυμος, οἷς ἀκόλουθόν   
[9] ἐστι καὶ δύσπεπτον ὑπάρχειν αὐτήν. . εἰς ᾷπαντα δὲ χείρων   
[10] ἐστὶν ἡ μιμαίκυλος τῆς ἀπὸ τῶν δρυῶν βαλάνου, καθάπερ αὕτη   
[11] τῆς τῶν καστανῶν ὀνομαζομένων · ἄρισται γὰρ ἐκεῖναι τῶν   
[12] βαλάνων εἰσὶν, ἔνιοι δὲ λοπίμους αὐτὰς ὀνομάζουσιν. οὔτοι   
[13] καὶ μόνοι [ed1page:4.330] τῶν ἀγρίων καρπῶν ἀξιόλογον τροφὴν διδόασι   
[14] τῷ σώματι. κράνια γὰρ καὶ πρίνα καὶ βάτινα καὶ κυνόσβατα   
[15] καὶ βράβυλα καὶ μιμαίκυλα καὶ ζίζυφα καὶ διόσπυρα   
[16] καὶ ἁλικάκαβα, καὶ ὁ τῆς τερεμίνθου καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου   
[17] καρπὸς, ὅσα α΄ ἄλλα. τοιαῦτα, βραχὺ μέν τι τρόφιμον ὲχει, [p. 6.622]   
[1] κακόχυμα δὲ πάντ ἐστὶ καί τινά γ΄ αὐτῶν καὶ κακοστόμαχα   
[2] καὶ ἀηδῆ, συῶν ὄντα βρώματα, καὶ τούτων οὐχ ἡμέρων, ἀλλὐ   
[3] ἐν τοῖς ὄρεσι διαιτωμένων · ἀπ αὐτῶν οὐν ἐκεῖνοι πλείστην   
[4] ἔχουσι τροφήν.

### [chapter:39]

[5] [Περὶ τῆς δι αὐτῶν τῶν φυτῶν τροφῆς.]   
[6] Οὐ μόνον σπέρματα καὶ καρποὺς τῶν φυτῶν ἐσθίομεν, ἀλλὰ   
[7] καὶ αὐτὰ, πολλάκις μὲν ὅλα, πολλάκις δὲ ῥίζας μόνον, ἤ   
[8] ἀκρέμονας, ὔ τὰ νέα βλαστήματα, κατὰ τὴν ἐπείγουσαν ἑκάστοτε   
[9] χρείαν. ἀπορρίπτειν γοῦν εἰωθότες οἱ παρ ἡμῖν ἄνθρωποι   
[10] τόν τε καυλὸν καὶ τὰ φύλλα τῶν γογγυλίδων, ἃς   
[11] καὶ βουνιάδας [ed2page:6.358] ὀνομάζουσιν, ἐσθίουσιν ἐνίοτε καὶ ταῦτα   
[12] ἐν ἀπορίᾳ καταστάντες ἀμεινόνων ἐδεσμάτων, οὕτω τε καί   
[13] τα τῶν ῥαφανίδων, καὶ τὰ τῶν καλουμένων ἐπιχωρίῳ φωνή   
[14] . παρ ἡμῖν ῥαπιῶν. ἐστι δὲ, ὡς ἂν τις; εἴποι, ῥαφανὶς ἀγρία   
[15] τὸ φυτὸν τοῦτο. καὶ πύρεθρον δὲ καὶ σία, καὶ ἱπποσέλινα,   
[16] καὶ μάραθρα, σκάνδικα καὶ κιχώρια, καὶ χονδρίλας, καὶ   
[17] γιγγίδια, καὶ δαύκους, καὶ πλείστων δένδρων τε καὶ θάμνων   
[18] τὰς ἁπαλὰς βλάστας ἕψοντες ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι πολλακις [p. 6.623]   
[1] υπο λιμοῦ βιαζομενοι, τινὰ δὲ καὶ χωρὶς λιμοῦ, καθάπερ   
[2] ἔνιοι τὴν κορυφὴν τοῦ φοίνικος, ἤν ὀνομάζουσιν ἐγκέφαλον   
[3] αυτοῦ. τί δεῖ λέγειν ἔτι περὶ τῶν ἀπαλῶν ἀκανθῶν; εἰσὶ   
[4] γαρ αυταί γε καὶ χωρὶς λιμοῦ δύ ὄξους ἐσθιόμεναι καὶ γάρου   
[5] μετριον ἔδεσμα. προσεπιβάλλουσι δὲ ἔνιοι καὶ τοὔλαιον ὰὺταῖς,   
[6] μάλιστα ὅταν ἐν ὕδατι προαποζεσθῶσι· διττῶς γὰρ αὐταῖς   
[7] χρῶνται, πολλάκις μὲν ὠμαῖς, ἐνίοτε δὲ καὶ ἑψημέναις.   
[8] ακανθωδη δὲ λέγω φυτὰ · σκολύμους, ἀτρακτυλίδας, ἡρύγγιόν   
[9] τε καὶ κνίζον καὶ ἀτραγίδα, καὶ τὴν καλουμένην λευκάκανθον,   
[10] ἔτι τε τὸ ἕτερον εἰδος τοῦ χαμαιλέοντος, ὧν ἔνια τινὲς τῶν   
[11] κατὰ τοὺς ἀγροὺς ἐμβαλόντες εἰς ὄξος ἤ ἃλμην, ἀποτίθετο   
[12] ται αὐτὰ, καθάπερ καὶ τὰς γογγυλίδας καὶ τὰ κρόμμυα καὶ   
[13] τὰ ἀμπελόπρασα καλούμενα καὶ πύρεθρα, ἐτερά τε τοιαῦτα.   
[14] τούτου δέ πως τοῦ γένους ἐστὶ καὶ κιβώρια καὶ κολοκάσια;   
[15] καὶ τὸ καλούμενον ἄβατον. πρόδηλον δ᾽, ὅτι πρὸς ἐῷ βραχεῖαν   
[16] τροφὴν διδοναι τῷ σώματι κακόχυμα πάντ ἐσθ ταῦτα. .   
[17] καί τινά γ΄ αὐτῶν ἐστι κακοστόμαχα, πλὴν, ὡς ἔφην, τῶν   
[18] ἀκανθῶν ἄρτι τῆς γῆς ἀνισχουσῶν. ὅσα δ᾽ αὐτῶν ἐμβάλλοντες [p. 6.624]   
[1] εἰς ἃλμην ἤ ὄξος απο τίθενται καὶ φυλασσουσιν εἰς ὅλον   
[2] τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν, ἐπικτᾶταί τι παρα τῆς σκευασίας προκλητικὸν   
[3] εἰς ἐδωδὴν, εἰ μετρίως αὐτῶν τις γεύοιτο , καθάπερ οι   
[4] τε. τῆς ἄγνου βλαστοὶ καὶ οἱ τῆς τερμίνθου. ταῦτα μὲν οὑν   
[5] ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς ἀριθμοῦσι, καὶ κοινῇ περὶ αυτῶν αὔταρκες   
[6] ἐγνωκέναι, κακόχυμα πάντ εἰναιι περὶ δὲ τῶν ἡμέρων,   
[7] οὐ κατὰ κοινὸν λόγον, ἀλλ᾽ ἰδίᾳ τὴν ἑκάστου δύναμιν   
[8] ἐπίστασθαι πολὺ κάλλιστόν ἐστι, καὶ μάλιστα τῶν συνεχῆ   
[9] τὴν χρῆσιν ἐσχηκότων, ἃ καὶ δύ αὐτὸ τοῦτο σπουδάζεται τοῖς   
[10] ἀνθρώποις, ὑπὸ μακράς πείρας βασανισθέντα τῶν ἄλλων εἷ·ναι   
[11] βελτίω. καὶ τοίνυν ἤδη περὶ αὐτῶν ἐφεξῆς ἐρῶ, τὴν ἀρχη΄   
[12] ἀπὸ τῶν λαχάνων ποιησάμενος.

### [chapter:40]

[13] [Περὶ θριδακίνης.] Προὔκριναν πολλοὶ   
[14] τῶν ἰατρῶν τὸ λάχανον τοῦτο τῶν ἄλλων ἀπάντων, ὥσπερ   
[15] τὰ σῦκα τῆς ὀπώρας · εὐχυμώτερον γάρ ἐστιν αὐτῶν. ὃ δὲ   
[16] μέμφονταί τινες αὐτοῦ, μέγιστον ἔπαινον ὲχερ᾽ καὶ εἴπερ αὐτῷ   
[17] ὡς αληθὲς ἤν, οὐτ μόνον λαχάνων, ἀλλὰ καὶ τῶν εὐχυμοτάτων   
[18] τε καὶ τροφιμωτάτων ἐδεσμάτων οὐδὲν ἂν ἢν δεύτερον, [p. 6.625]   
[1] αἷμα γὰρ αὐτήν φασι γεννᾷν, ἔνιοι δὲ οὐχ ἁπλῶς αἷμα   
[2] λέγουσιν, ἀλλὰ πολὺ προστιθέασι, πολυ γεννᾶν αἷμα λέγοντες   
[3] τὴν θριδακίνην. ἀλλ᾽ οὔτοι, κἀν εἰ φρονιμώτερον ἐγκαλοῦσι,   
[4] μείζονά γε ψεύδονται τῶν ἑτέρων · καίτοι καὶ αὐτὸ τὸ   
[5] πολὺ γεννᾶν αἷμα λεγόμενον οὐκ ἂν τις εὐλογως μέμψαιτο.   
[6] δῆλον γὰρ, ὅτι τὸ τοιοῦτον πάντων ἂν εἴη τῶ ν ἐδεσμάτων εὑχυμότατον,   
[7] εἴ γε πλεῖστον μὲν αίμα, τῶν δ᾽ ἄλλων χυμῶν   
[8] οὐδένα γεννᾷν πέφυκεν. εἰ δὲ πλεῖστον αθροίζεσθαι φήσουσιν   
[9] ἐκ τῆς θριδα [ed2page:6.359] κίνης καὶ διὰ τοῦτο μέμφοιντο, ῥάστον   
[10] ἐπανορθώσασθαι τὸ ἔγκλημα, δυναμένων γε τῶν ἐσθιόντων   
[11] αὐτὰς διαπονεῖσθαι μὲν πλείω, προσφέρεσθαι δὲ ὁλίγας.   
[12] ταῦτα μὲν οὐν ἀπόχρη λήγεσθαι πρὸς τοὺς ψέγοντας οὐκ   
[13] ὀρθῶς τὸ λάχανα τοῦτο. γινώσκειν δὲ χρὴ, πάντων τῶν λαχάνων   
[14] ὁλίγιστόντε καὶ κακόχυμον αἷμα γεννώντων, ἐκ τῆς θριδακίνης   
[15] οὐ πολὺ μὲν, οὐδὲ κακόχυμον, οὐ μὴν εὔχυμόν γε   
[16] τελέως αἷμα γίνεσθαι. ἐσθίουσι δὲ αὐτὴν ὡς τὰ πολλὰ   
[17] μὲν ὠμήν· ὅταν δὲ εἰς σπέρματος γένεσιν εξορμᾳν ὑπάρξηται [p. 6.626]   
[1] θέρους ωρᾳ, προαφεψήσαντες ἐν ὕδατι γλυκεῖ, προσφέρονται   
[2] δι ἐλαίου καὶ γάρου καὶ ἄξους, ἤ δια τινος τῶν ὑποτριμμάτων,   
[3] καὶ μάλιστα ὅσα διὰ τυροῦ σκευάζονται. χρῶνται δ᾽   
[4] αὐτῇ καὶ πρὶν εἰς καυλὸν ὁρμῆσαι πολλοὶ δι ὕδατος ἕψοντες,   
[5] ὥσπερ κᾧγὡ νῦν ὴρξάμην ἀφ οὑ τῶν ὀδόντων φαύλως   
[6] ὲχω. ἰδών γάρ τις τῶν ἑταίρων ἐν ἔθει μὲν ὄν μοι ἐκ πολλοῦ   
[7] τὸ λάχανον, ἐπίπονον δὲ νῦν ἴσχοντα τὴν μάσησιν, εἰσηγήσατο   
[8] τὴν εψησιν. ἐχρώμην δὲ θριδακίναις ἐν νεότητι   
[9] μὲν ἐκχολουμένης μοι συνεχῶς τῆς ἄνω γαστρος ἐμψύξεως   
[10] ἕνεκεν, ὁπότε δὲ εἰς τὴν καθεστηκυῖαν ἡλικίαν ηκον, ἄκος ἢν   
[11] μοι τὸ λάχανον τοῦτο τῆς ἀγρυπνίας, ἔμπαλιν, ἤ ὡς ὅτε μευράκιον   
[12] ἤν, ἐσπουδακότι περὶ τὸν ὕπνον. εἰθισμένος τε γὰρ   
[13] ἑκουσίως ἀγρυπνεῖν ἐπὶ νεοτητος, ἃμα τε καθ τῆς τῶν παρακμαζόντων   
[14] ἡλικίας ἀγρυπνητικῆς οὔσης , ἀκουσίως ἀγρυπνῶν   
[15] ἐδυσφόρουν, καί μοι μονον ἀλεξιφάρμακον ἀγρυπνίας ἤν   
[16] ἑσπέρας ἐσθιομένη θριδακίνη. λέγω δὲ οὐκ ἄλλο τι θριδακίνην,   
[17] ἤ ὃ πάντες οἱ νῦν ἄνθρωποι καλοῦσιν θρίδακα, ἐπεί τοι [p. 6.627]   
[1] παρ ἡμῖν έτερόν τι λάχανον ἄγριον ὀνομάζεται θριδακίνη,   
[2] παρά τε τὰς ὁδοὺς φυόμενον, ἐπί τε τοῖς ὑψηλοῖς τῶν τάφρων   
[3] , ἔτι τε κατὰ τὰς καλουμένας λιβαδας καὶ πολλὰς τῶν   
[4] ἀσπόρων χωρῶν. ἔστι δὲ μικρὸν ἐκεῖνο τὸ λαχανον, οἷόν   
[5] περ ἡ ἄρτι φυομένη θρίδαξ ἡ κηπευομένη, καί τι καὶ βραχὺ   
[6] πικρότητος ἐμφαίνει, καὶ μᾶλλον ἔτι κατὰ τὴν αὔξησιν, ἐκκαυλῆσαν   
[7] δὲ καὶ πάνυ σαφῆ τὸν πικρὸν ἔχει χυμόν. ὅμοιον   
[8] δέ τι λάχανον τῇ θριδακίνῃ τῇδε καὶ ἤν ὀνομάζουσι χονδρίλην   
[9] ἐστὶ, καὶ θάττον εἰς καυλον ἐξορμᾳ , πικρότητα σαφεστέραν   
[10] ἔχων καί τινα γλίσχρον τε καὶ λευκὸν ὀπῶν, οἷός περ ὁ τῶν   
[11] τιθυμάλλων ἐστὶν, ἀλλ᾽ οὐ δριμὺς, ὡς ἐκείνοις, ῷ πρὸς ἀνακόλλησιν   
[12] ἐνίοτε χρώμεθα τῶν ἐν τοῖς βλεφάροις τριχῶν. ταῦτα   
[13] μὲν οὐν ἄγρια καλεῖται λάχανα πρὸς διορισμὸν τῶν κηπαίων,   
[14] εἴρηται δε μικρὸν ἔμπροσθεν περὶ αὐτῶν κοινῇ. περὶ δὲ τῆς   
[15] κηπευομένης θριδακίνης τῆς ἃπασι συνήθως ἐσθιομένης τε καὶ   
[16] καλουμένης θρίδακος ἔν κεφαλαίῳ πάλιν ἀναλαβών ἐρῶ   
[17] μνήμης ἕνεκεν, ὡς ὑγρὸν μὲν ὲχει τὸν χυμὸν καὶ ψυχρὸν, οὐ [p. 6.628]   
[1] μήν γε καὶ [ed1page:4.331] κακόχυμός ἐστι. διὰ τοῦτο οὐν οὐδ᾽ ἀπεπνεῖται   
[2] τοῖς ἄλλοις λαχανοις ὁμοίως, οὐδ᾽ ἐπέχει τὴν γαστέρ   
[3] ρα, ὥσπερ οὐδὲ προτρέπει. καὶ ταῦτ εἰκότως αὐτῇ συμβέβηκε,   
[4] μήτ αὐστηρόν τι ἐχούσῃ, μήτε στρυφνὸν, ὑφ᾽ ὡν ἴσχεται   
[5] τοὐπίπαν ἡ᾽ γαστὴρ , ὥσπερ ὑπὸ τῶν ἁλυκῶν τε καὶ δριμέων   
[6] καὶ άὅλως ῥυπτικὸν ἐχόντων τι προτρέπεται πρὸς ἔκκρισιν,   
[7] ων οὐδ᾽ αὐτῶν ὑπάρχει τι τῇ θριδακίνῃ.

### [chapter:41]

[8] [ed2page:6.360] [Περὶ σέρεως.] Εἴτε τοὺς παρὰ Ῥωμαίοις   
[9] ἰντύβους προσαγορευομένους μόνους ὠνόμαζον οἱ προσθεν   
[10] Ἀθηναῖοι σύρεις, εἴτε τινὰ ,καὶ ἄλλα τῶν ἀγρίων λαχανων   
[11] φυτῶν, οὐκ ἀκριβῶς ὲχω φάναι. οἱ δ᾽ ἴντυβοι ταῖς θρίδαξι   
[12] παραπλησίαν ἔχουσι τὴν δύναμιν, ἀπολειπόμενοι καθ᾽   
[13] ἡδονὴν αὐτῶν καὶ τἀλλὰ τὰ πρόσθεν εἰρημένα περὶ θριδακίνης.   
[14]

### [chapter:42]

[15] [Περὶ μαλάχης.] Ἐστι καὶ ταύτης ἑτέρα   
[16] τῆς κηπευομένης ἡ ἀγρίοι μαλάχη , καθάπερ τῆς θρίδακος ἤ   
[17] θριδακίνη. διαφέρει δὲ τῶν ὁμοειδῶν φυτῶν ξηρότητι μὲν   
[18] τὸ ἄγριον, ὑγρότητι δὲ τὸ κηπευόμενον. ὲχει δέ τι καὶ γλίαχρον [p. 6.629]   
[1] κατα τον χυλὸν ἡ μαλάχη, τῆς θρίδακος οὐκ ἐχούσης,   
[2] αποκεχώρηκέ τε σαφῶς τοῦ ψύχειν, ὡς καὶ πρὸ τῆς ἐδωδῆς   
[3] ἔνεστι γνῶναι, καταπλάσαντά τι τῶν θερμῶν παθῶν, οἷόν   
[4] πέρ ἐστι το ἐρυσίπελας, ἀμφοτέροις ἐν μέρει τοῖς λαχάνοις,   
[5] ωσπερ καὶ ποιοῦσιν οἱ ἄνθρωποι, τρίβοντες ἐπιμελῶς τὰ μαλακα   
[6] τῶν φύλλων ἄχρι τοῦ λειότατα γενέσθαι, γνώσεται   
[7] γαρ ἐν τῷδε τὴν μὲν θρίδακα ψύχουσαν φανερῶς, μετρίαν   
[8] δέ τινα καὶ οἷον χλιαρὰν θερμασίαν ἔχουσαν τὴν μαλάχην.   
[9] ὑπέρχεται δὲ τὸ λάχανον ῥᾳδίως τοῦτο, οὐ διὰ τὴν ὑγρότητα   
[10] μονον, ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν γλισχρότητα, καὶ μάλιστα ὅταν ἐλαίου   
[11] τε καὶ γάρου δαψιλῶς τις οὕτως συγκαταπίῃ, μετρίως δὲ   
[12] ὲχει καὶ κατὰ τὴν θρέψιν αὕτη, τῶν τριῶν δὲ λαχάνων τούτων   
[13] εἰ παραβάλλοις τὸν χυλὸν, ὁ μὲν τοῦ τεύτλου λεπτομερης   
[14] τε καὶ ῥυπτικος ἐστιν, ὁ δὲ τῆς μαλάχης παχύτερός τε   
[15] καὶ γλισχρότερος, ὁ δὲ τῆς θριδακίνης μέσος ἀμφοῖν,

### [chapter:43]

[16] [Περὶ τεύτλου.] Μαλάχην μὲν ἔφην οὐ   
[17] μόνον ἥμερον, ἀλλὰ καὶ ἀγρίαν εἷναί τινα,, καθάπερ γε καἱ [p. 6.630]   
[1] θριδακίνην, ἄγριον δὲ τεῦτλον οὐκ ἔστιν, εἰ μή τις ἄρα τὸ   
[2] λάπαθον οὕτως ὀνομάζειν βούλοιτο. χυλὸς δ᾽ ἐν τοῖς τεύτλοις   
[3] εἶναι φαίνεται ῥυπτικὸς, ὃς καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν   
[4] ἐπεγείρει, καὶ τὸν στόμαχον ἐνίοτε δάκνει, καὶ μάλιστ   
[5] ἐκείνων, ὅσοι περ ἂν εὐαίσθητον αὐτὸν ὲχωσι φύσει, καὶ   
[6] διὰ τοῦτο κακοστόμαχόν ἐστιν ἔδεσμα πλεῖον βρωθέν. ἡ τροφὴ   
[7] δὲ ἡ ἀπ αὐτοῦ βραχεῖα, καθάπερ ἡ ἀπό τῶν ἄλλων λαχάνωνε   
[8] ἐπιτηδειότερον δὲ αὐ ἐστι μαλάχης εἰς τὰς κατα΄ τὸ   
[9] ἤπαρ ἐμφράξεις, ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν μετὰ νάπυος ἤ πάντως   
[10] γε μετ ὄξους ἐσθίηται. καὶ τοῖς ὑποσπλήνοις δὲ τὸν αὐτὸν   
[11] τρόπον ἐσθιόμενον ἀγαθὸν γίνεται φάρμακον· εἰκότως   
[12] γὰρ ἂν τις αὐτὸ φάρμακον εἴποι μᾶλλον, ἤ τροφὴν, ὅταν   
[13] οὕτως ἐσθίηται. καὶ τοῖς ἀνθρώποις δὲ ὁρῶ σχεδὸν ἃπαντα   
[14] τὰ τοιαῦτα δίκην ὄψων, οὐ τροφῶν ἐσθιόμενα, καθάπερ ἐνίοτε   
[15] καὶ πράσον καὶ γληχωνα καὶ θυμα καὶ ὀρίγανον, ἔτι τε καὶ   
[16] κρόμμυον καὶ σκόροδον καὶ κάρδαμον, ὅσα τε ἀλλὰ τοιαῦτα.

### [chapter:44]

[17] [ed2page:6.361] [Περὶ κράμβης.] Καὶ ταύτην οἱ πολλοὶ   
[18] μὲν ὡς ὄψον ἐσθίουσιν, ἰατροὶ δὲ ὡς φαρμάκῳ ξηραίνοντι [p. 6.631]   
[1] χρῶνται, λέλεκται δὲ περὶ αὐτῆς ἤδη μέν τινα κᾷν ταῖς τῶν   
[2] φαρμάκων δυνάμεσι, κὰν τῷ πρὸ τοῦδε συγγράμματι, καὶ   
[3] νῦν δὲ καἴ ἐπὶ κεφαλαίων εἷρησεται, τὸν μὲν χυλὸν αὐτῆς   
[4] ὲχειν τι καθαρτικὸν, αὐτσ δὲ τὸ σῶμα κατὰ τὸν τοῦ ξηραίνοντος   
[5] λόγον ἐπέχειν μᾶλλον, ἤ προτρέπειν εἰς ὑποχώρησιν.   
[6] ὅταν μὲν οὑν ἐκκρίνεσθαι βουλώμεθα πὰ κατὰ τὴν γαστέρα,   
[7] πλησίον κειμένης τῆς κακκάβης, ἐν ᾖπερ ἃν ἑψημένη τύχῃ   
[8] μετὰ ὕδατος, ἀνασπῶντας αὐτὴν εὐθέως ἐμβάλλειν χρὴ τοῖς   
[9] ἀγγείοις, ἐν οἷςπερ ἐσκεύασται τοὔλαιον ἃμα τῷ γάρῳ. διαφέρει   
[10] δ᾽ οὐδέν, εῖ ἀλῶν ἀντὶ γάρου λαμβάνοιτο, ξηράναι δὲ   
[11] ὑγρὰν γαστέρα βουληθέντες, ὅταν ἤδη μετρίως ἐψῆσθαι δοκῆ,   
[12] τὸ πρότερον ὕδωρ ἀποχέοντες ἐμβάλλομεν εὐθέως ἑτέρῳ   
[13] θερμῷ, κᾂπειτα πάλιν ἐκείνῳ καθεψήσομεν, ὧς τακερὰν γενέσθαι,   
[14] μὴ καθέψοντες, ὅταν ὑπαγωγῆς ἕνεκα λαμβάνηται.   
[15] βουλόμεθα γὰρ οὐκ ἀποθέσθαι πάντα τὸν ἴδιον αὐτῆς χυλὸν   
[16] ἐπὶ τῆς τοιαύτης χρείας, ἀλλὰ φυλάττειν ὅσον οἷόν τε μάλιστα,   
[17] τελέως μὲν ουν φυλάττειν τὸν ἴδιον χυλὸν οὐδὲν ἑψόμενῶν   
[18] δύναται , μᾶλλον δὲ ἀποβάλλει τὰ μεχρι πλείονος ἐψηθέντα. [p. 6.632]   
[1] καὶ μέντοι καὶ φακῆν ἔφαμεν ὁμοίως κράμβῃ χρῆναι   
[2] σκευαζειν, ἀμφότερα καὶ αὐτὴν ἐργάζεσθαι δυναμένην,   
[3] υπαγωγην τε καὶ στασιν γαστρός. ὀνομάζεται δὺ ἡ οὕτως   
[4] σκευασθεῖσα δίσεφθος καὶ κράμβη καὶ φακῆ. καὶ κρόμμυον   
[5] δὲ καὶ πρασον καὶ πολὺ μᾶλλον ἀμπελόπρασόν τε καὶ   
[6] σκοροδον, ὅ τι α΄ ἂν ἄλλο βουληθῇς ἐπὶ τοὐναντίον ἀποστῇ-σαι   
[7] της ἀρχαίας φύσεως, οὕτως σκεύαζε, μεμνημένος ἐκείνου   
[8] πρὸ πάντων, ὡς οὐ χρὴ ψαύειν οὔτ ἀέρος οὔθ' ὕδατος   
[9] ψυχροῦ τσδε ἑψόμενον, οὐκέτι γὰρ ἀκριβῶς γίνεται τακερὸν,   
[10] ουδ᾽αν ἐπὶ πλεῖστον ἕψῃς, ἀλλὰ χρὴ, καθάπερ εἹπον ἀρτίως,   
[11] ετοιμον ἔχοντας ὕδωρ θερμὸν, ἀνελκύσαντας ἐκ τοῦ προτέτ   
[12] ρου, μεταβάλλειν εὐθέως εἰς ἐκεῖνο. ξηραίνει μὲν οὐν ἀλλήλοις   
[13] παραπλησίως φακῆ τε καὶ κράμβη, καὶ διὰ τοῦτο τὴν   
[14] ὄψιν ἀμβλύνει, πλὴν εἰ τύχοι ποθ' ὑγρότερος ὧν παρὰ φύσιν   
[15] σύμπας ὁ ὀφθαλμός, ἀλλ᾽ ἡ μὲν φακῆ τροφὴν οὐκ ὀλίγην   
[16] δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταυτην παχεῖάν τε καὶ μελαγχολικὴν,   
[17] ἡ δὲ κράμβη βραχεῖαν τὴν τροφὴν ὲχει, καὶ ταύτην ὑγροτέραν   
[18] τῆς φακῆς, ὡς ἂν εἰ στερεὸν οὐκ οῦσα σιτίον, ἀλλὰ χαῦνον, [p. 6.633]   
[1] οὐ μὴν εὔχυμόν ἐστιν ἔδεσμα κράμβη, καθάπερ ἡ θριδακίνη,   
[2] ἀλλὰ καὶ μοχθηρὸν ἔχει καὶ δυσώδη τὸν χυλόν. ἐπιφανὲς   
[3] δ᾽ εἰς οὔρησιν οὔτ ἀγαθὸν οὔτε κακὸν ἐξ αὐτῆς ἀποβαῖνον   
[4] εἰπεῖν ὲχω. τοῦτο τὸ λάχανον οἱ τὴν ἐπίτριπτον ψευθῶπαιδείαν   
[5] ἀσκοῦντες ὀνομάζειν ἀξιοῦσι ῥάφανον, ὥσπερ τοῖς   
[6] πρὸ ἑξακοσίων ἐτῶν Ἀθηναίοις διαλεγομένων ἡμῶν, ἄλλ)   
[7] οὐχὶ τοῖς νῦν Ἕλλησιν, οἷς ἃπασιν ἔθος ἐστὶν σῦκ ἐπ ἄλλου   
[8] φυτοῦ τὸ τῆς κράμβης ἄνομα φέρειν.

### [chapter:45]

[9] [ed2page:6.362] [Περὶ ἀτραφάξυος καὶ βλίτου,]   
[10] Ὑδατωδέστερα λαχάνων ἐστὶ ταῦτα καὶ, ὡς ἂν εἴποι τις,   
[11] ἄποια, τῆς κολοκύνθης ἤτοι μᾶλλον, ἤ πάντως οὐχ ἤττενν,   
[12] ὅταν ἑψηθέντα τύχῃ δηλονότι μόνη γὰρ ἐν τοῖς τοιούτοις   
[13] ἡ θρίδαξ ἑκατέρως ἐσθίεται, κατανοησας δέ τις [ed1page:4.332] ἀτραφάξυός   
[14] τε καὶ βλίτου τὴν διὰ τῆς γεύσεως ποιότητα, κᾂπεττα   
[15] ἀναμνησθεὶς κράμβης, ἐν τῷ μέσῳ συγχωρήσει τὴν θρίδακα   
[16] τῶν λαχάνων τούτων εῖνατ καὶ τῆς κράμβης, ἐπειδὴ ξηραίνει   
[17] μὲν ἱκανῶς ἐκείνη, ταῦτα δὲὑδατωδη τελέως ἐστί. καὶ διὰ   
[18] τοῦτο ἐμβάλλοντες ὄξος, οὐκ ἐκ μόνων ἐλαίου τε καὶ χάρισμ [p. 6.634]   
[1] προσφέρονται μᾶλλον αὐτὰ, κακοστόμαχα γαρ αλλως λαμβπνόμενα,   
[2] λέλεκται δὲ, ὡς τὰ τοιαῦτα λάχανα ῥέπει μέν πως   
[3] ἐττὶ τὸ ῥᾳδίως ὑπιέναι, καὶ μάλιστ ἂν ἔχῃ μετὰ τῆς ὑγρότητως   
[4] ὀλισθηρὸν, οὐ μὴν ἰσχυράν γε τὴν κάτω ῥοπὴν, ἀλλὰ   
[5] βραχεῖαν ἔχει, διὰ τὸ μηδεμίαν ὑπάρχειν αὐτοῖς ἤ δριμεῖαν   
[6] ὴ νιτρωδη ποιότητα, πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρουσαν τὴν γαστέρα.   
[7] πρ σ δῆλον δ᾽, ὀύί καὶ τὴν ἀφ ἑαυτῶν τροφὴν ἐλαχίστην δίδωσι   
[8] τῷ σώματα

### [chapter:46]

[9] [Περὶ ἀνδράχνης.] Ὥς ἐδέσματι μὲν   
[10] χρῶνταί τινες, ὀλίγην δὲ τροφὴν ὲχει, καὶ ταύτην ὑγρὰν καὶ   
[11] ηί υχρὰν καὶ γλίσχραν, ὡς φάρμακον δ᾽ αἱμωδίαν ἰᾶταί διὰ   
[12] τγῖν ἄδηκτον γλισχρότητα, περὶ ἦς ἐπὶ πλέον ἐν τῇ τῶν   
[13] εώστορίστων φαρμάκων πραγματείᾳ λέγεται,

### [chapter:47]

[14] [Περὶ λαπάθου.] Δύναταί τις, ὧς πρόσθεν   
[15] ἔφην, ἄγριον εἶναι φάναι τεῦτλον αὐτὸ, παραπλήσιον   
[16] ὑι·τάρχον οὐ τῇ γεύσει μόνον, ἀλλὰ καὶ τῇ δυνάμει, τῷ κηπ   
[17] ευομένῳ τεύτλῳ. ἐπεὶ δὲ τὸ τεῦτλον ἤδιὰν ἐστι τοῦ λαπάθορ,   
[18] διὰ τοῦτο μᾶλλον ἐσθίουσιν αὐτὸ πάντες οἱ ἄνθρωποι, [p. 6.635]   
[1] διὰ τοῦτο ουν οὐδὲ ἐγῶ δεήσομαι λόγου τινὸς περὶ λαπάθου,   
[2] περὶ τοῦ τεύτλου πάνθ ὅσα προσήκει εἰρηκώς,

### [chapter:48]

[3] [Περὶ ὀξυλαπάθου.] Καὶ τοὔνομα ἐμφαίνει   
[4] τοῦ φυτοῦ τοῦδε τὴν ποιότητα καὶ τὴν δύναμιν, ἔστι   
[5] γὰρ λάπαθον ὀξύ. τὸ μὲν οὑν λάπαθον οὐκ ἂν τις ὠμὸν φάγοι,   
[6] καθάπερ οὐδὲ τὸ τεῦτλον, ὀξυλάπαθον δὲ ἐσθίουσιν   
[7] ὠμὸν ἐπὶ τῆς ἀγροικίας αἱ κιττῶσαι γυναῖκες, ἐνίοτε δὲ καί   
[8] -τινα τῶν περιέργων παιδίων. εὔδηλον δ᾽, ὅτι καὶ τοῦτο   
[9] τῶν ἀτρόφων λαχάνων ἐστὶ πολὺ μᾶλλον ἤ τὸ λάπαθον,

### [chapter:49]

[10] [ed2page:6.363] [ Περὶ στρύχνου.] Τῶν ἐσθιομἔ·.   
[11] νων λαχάνων οὐδὲν σίδα τοσαύτην ἔχοντα στῦψιν, ὅσην ὁ   
[12] στρύχνος. εἰκότως οὐν ὡς τροφῇ μὲν αὐτῷ σπανιάκις, ὡς   
[13] φαρμάκῳ δὲ συνεχῶς χρώμεθα. δραστήριον μὲν γάρ ἐστιν,   
[14] εἰς ὅσα ψύξεως στυφούσης ἐστὶ χρεία , τροφὴν δ] ἐλαχίστην   
[15] ἔχει.

### [chapter:50]

[16] [Περὶ ἀκανθωδῶν φυτῶν.] Ἀνίσχοντα   
[17] τῆς γῆς ἂρτι τὰ τοιαῦτα φυτὰ, πρὶν εἰς ἀκάνθας αὐτῶν τελευτῆσαι [p. 6.636]   
[1] τὰ φυλλα, πολλοὶ τῶν ἀγροίκων ἐσθίουσιν οὐκ ὠμὰ   
[2] μονον, αλλα καὶ δι᾽ ὕδατος ἕψοντες, ἐναποβάπτοντες δὲ τὰ   
[3] μὲν ωμα γαρῳ καὶ ὄξει, τὰ δὲ ἑφθὰ τούτοις αὐτοῖς ἐπιχέοντες   
[4] ἔλαιον. ὅτι δὲ ἐλαχίστην τροφὴν ὲχει πάντα τὰ λάχανα,   
[5] καὶ ταύτην ὑδατώδη καὶ λεπτὴν, ἔμπροσθεν εἴρηται.   
[6] τα δ ουν. ακανθωδη μετρίως ἐστὶν εὐστόμαχα. τούτων τῶν   
[7] φυτων καὶ σκόλυμός ἐστι καὶ ἀτρακτυλὶς, καὶ ἡ καλουμένη   
[8] λευκακανθα, δίψακός τε καὶ κνίκος, καὶ τραγάκανθα καὶ   
[9] ἀτραγὶς, η τε τετιμημένη μειζόνως ἤ προσήκει κινάρα.

### [chapter:51]

[10] [Περὶ κινάρας.] Καλοῦσι δ᾽ αὐτὴν πάντες   
[11] οἱ φεύγοντες τὸ συνήθες, οὐ διὰ τοῦ κ καὶ τοῦ ι τὴν   
[12] πρώτην συλλαβὴν ὀνομάζοντες, ἀλλὰ διὰ τοῦ κ καὶ υ. κακόΤυμον   
[13] δέ ἐστιν ἔδεσμα, καὶ μάλισθ᾽ ὅταν ἤδη σκληροτέρα γένηται,   
[14] καὶ γὰρ τὸν χολώδη χυμὸν ἐν ἑαυτῇ πλείονα τηνικαῦτὰ   
[15] ἴσχει, καὶ τὴν ὅλην οὐσίαν σκληρωδεστέραν, ὥστ ἐκ μὲν   
[16] ταύτης μελαγχολικόν γεννᾶσθαι χυμὸν, ἐκ δὲ τοῦ χυλοῦ τοῦ   
[17] καθ αὐτὴν λεπτὸν καὶ πικρόχολον, ἄμεινον ούν ἀφέψοντας   
[18] αὐτὴν οὕτως ἐσθίειν, εὶ μὲν δύ ἐλαίου καὶ γάρου καὶ [p. 6.637]   
[1] οἴνου προσφέροιτό τις, ἐπεμβάλλοντα κορίανον, εἰ δὲ ἐν λοπόδι   
[2] σκευάζων ἤ ταγηνίζων, ἄνευ τουτωνὶ πολλοὶ γὰρ   
[3] οὕτως ἐσθίουσι τὰς οἷον κεφαλὰς αὐτῶΙτ ἃς ὀνομάζουσι   
[4] σπονδύλους.

### [chapter:52]

[5] [Περὶ σελίνων καὶ ἱπποσελίνων καὶ σίων   
[6] καὶ σμυρνίου.] Πάντα ταῦτά ἐστιν οὐρητικαὶ συνηθέστατα   
[7] δ᾽ αὐτῶν ἔτι καὶ ἡδίω καὶ εὐστομαχώτερα τὰ σέλινα · τὸ δ᾽   
[8] Ἱπποσέλινον καὶ σίον ἀηθέστερα. τὸ μὲν ουν σμύρνιον οὐκ   
[9] ἂηθες· ἐν γοῦν τῇ Ῥώμῃ πάμπολυ πιπρασκεται· δριμύτε-.   
[10] ρον δ᾽ ἐστὶ καὶ θερμότερον πολλῷ τοῦ σελίνου , καί τι καὶ   
[11] ἀρωματῶδες ὲχει. μᾶλλόν τε οὑν οὐρητικόν ἐστι σελίνου καὶ   
[12] ἱπποσελίνου καὶ σίου, καὶ γυναιξὶ κινεῖ τὰ καταμήνια. ποιεῖ   
[13] δὲ καὶ καυλὸν ἦρος ὥρᾳ δυνάμενον ὠμὸν ἐσθίεσθαι παραπλησίως   
[14] τοῖς φύλλοις, ἃ δια τοῦ χειμῶνος ἡν μόνα τῷ φυτῷ,   
[15] μηδέπω καυλὸν ἔχοντι , καθάπερ οὐδὲ τὸ σέλινον. ὕστερον δὲ   
[16] προγενομένου τοῦ καυλοῦ, τὸ σύμπαν ὴδισν γίνεται, κᾳν   
[17] ὠμὸν ἐσθίῃ τις αὐτὸ, κᾳν ἑφθὸν, [ed2page:6.364] εἴτ ἐξ ἐλαίου καὶγάρου   
[18] τύχοι βουληθεὶς, εἴτ οἴνου προσεπεμβαλλων, εἴτε ὄξουςἶ [p. 6.638]   
[1] ἔνιοι δὲ καὶ δύ ὄξους καὶ γάρου μόνον ἐσθίουσι, καθάπερ τὰ   
[2] σέλινον τινὲς δὲ τούτοις ἐπεμβάλλουσιν ἐλαίου βραχύ. τὸ δὲ   
[3] ἱπποσέλινόν τε καὶ σίον ἕψοντες ἐσθίουσιν, ὠμὸν γὰρ ἑκάτερον   
[4] αὐτῶν ἀηδὲς φαίνεται. τά γε μὴν σέλινα καὶ τὰ σμύρ-,   
[5] νια καὶ τῆς θρίδακος φύλλοις μιγνύντες προσφέρονταί τινεψ   
[6] ἄποιον γὰρ οὔσα λάχανον ἡ θρίδαξ, ἔτι τε ψυχρὸν ἔχουσα   
[7] χυμον, ἡδίων τε ἃἤια καὶ ὠφελιμωτέρα γίνεται τῶν δριμέων   
[8] τι προλαμβάνουσα. κατὰ τοῦτο γοῦν ἔνιοι καὶ τὰ τῶν εὐζώμων   
[9] καὶ τὰ τῶν πράσων φύλλα μιγνύουσιν αὐτῇ· εἰσὶ δὲ   
[10] οἴ καὶ τῶν ὠκίμων. ὀνομάζουσι δ᾽ ἐν Ἕώμῃ συνήθως ἤδη   
[11] παντες οὐ σμύρνιον, ἀλλ᾽ ὀλούσατρον τὸ λάχανον τοῦτο. καί   
[12] τις ἴσως αὐτὸ τὴν ἀρχὴν οὐδὲ ἀριθμεῖν ἐν ταῖς τροφαῖς   
[13] ἀξιώσει, καθάπερ οὐδὲ τὸ σίον, οὐδὲ τὸ ἱπποσέλινον · εἶναι   
[14] γὰρ εἴπαντα τὰ τοιαῦτα τῶν σιτίων ὄψα, καθάπερ καὶ τὰ   
[15] κρόμμυα καὶ τὰ σκόροδα, πράσα τε καὶ ἀμπελόπρασα, καὶ   
[16] πάντα ἀπλῶς τὰ δριμέα. τούτου δὲ τοὺ γένους ἐστὶ καὶ πή-.   
[17] γανον καὶ ὕσσωπον, ὀρίγανόν τε καὶ μάραθρον καὶ κορίανον,   
[18] περὶ ὧν ἐν τοῖς ὀψαρτυτικοῖς συγγράμμασι λέγεται, κοινοῖς [p. 6.639]   
[1] μέν πως οὑσιν ἰατροῖς τε καὶ μαγείροις, ἔχουσι δὲ τέλος παὶ   
[2] σκοπὸν ἴδιον. ὠφελείας γὰρ ἡμεῖς στοχαζόμεθα τῆς τῶν ἔδεσμάτων,   
[3] οὐχ ἡδονῆς. ἐπὶ δ᾽ ἐνίων η κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἀηδία   
[4] μέ[ed1page:4.333]γα μέρος εἰς ἀπεψίαν συμβάλλεται· κατὰ τοῦτ α΄υν   
[5] μετρίως ἡδύνειν αὐτὰ βέλτιόν ἐστιν. ἡ δὲ τῶν μαγείρων ἡδονὴ   
[6] μοχθηροῖς οὕτως ἀρτύμασιν ὡς το πολὺ χρῆται συνή-·   
[7] θως, ὡς ἀπεψίαν μᾶλλον ἤ εὐπεψίαν αὐτοῖς ὥτεσθαα

### [chapter:53]

[8] [Περὶ εὐζώμου.] Θερμαίνει σαφῶς πάνε   
[9] τοῦτο τὸ λάχανον, ὥστε οὐδὲ μόνον ἐσθίειν αὐτὸ ῥᾴδιον   
[10] ἄνευ τοῦ μίξαι τοῖς φύλλοις τῆς θριδακίνης. ἀλλὰ καὶ σπέρμα   
[11] γεννᾶν πεπίστευται , καἴ τὰς πρὸς τὴν συνουσίαν ὁρμὰς ἐπεγείρειν.   
[12] κεφαλαλγὲς δ᾽ ἐστὶ, καὶ μᾶλλον ἐάν τις αὐτὸ μόνον   
[13] ἐσθίη.

### [chapter:54]

[14] [Περὶ ἀκαλήφης, ἤν καὶ κνίδην ὀνομάζουσι.]   
[15] Τῶν ἀγρίων βοτανῶν έν τι καὶ τοῦτό ἐστι , λεπτομερῆ   
[16] δύναμιν ἔχον. εἰκότως οὑν ὡς τροφῇ μὲν οὐδεὶς αὐτῷ   
[17] χρῆται χωρὶς τοῦ μεγίστῳ πιεσθῆναι λιμῷ. χρήσιμον δ ἐστὶν   
[18] ὡς ὄψον τε καὶ φάρμακον ὑπακτικὸν γαστρός.

[p. 6.640]

### [chapter:55]

[1] [Περὶ γιγγιδίου καὶ σκανδικος.] Πλεῖστον   
[2] εν Συρίᾳ τὸ γιγγίδιον φύεται καὶ βιβρώσκεταί παραπλήσιον   
[3] τῷ παρ ἡμῖν σκάνδικι. πάνυ δ᾽ ἐστὶν εὐστόμαχον, ἐάν τε   
[4] ὠμὸν, ἐάν τε καὶ ζέσας αὐτὸ βούλῃ προσφέρεσθαι. μακροτέρας   
[5] δ᾽ ἑψήσεως οὐκ ἀνίσχονται. προσφέρονται δ᾽ αὐτό τινες   
[6] δι᾽ ἐλαίου καὶ γάρου , τινὲς δὲ καὶ οἶνον ἤ ὄξος ἐπεμβάλλοντες·   
[7] καὶ πολύ γε μᾶλλον εὐστόμαχόν α΄ ἐστὶ καὶ τοὺς ἀποσίτους   
[8] προτρέπει μετ ὄξους ἐσθιόμενον. εὔδηλον δ᾽, ὅτι καὶ   
[9] τοῦτο τὸ βοτάνιον φάρμακόν ἐστι μᾶλλον, ἤ τροφὴ, καὶ γάρ   
[10] τοι καὶ στύψεως καὶ πικρότητος σαφοῦς οὐκ ὀλίγης μετέχει.

### [chapter:56]

[11] [ed2page:6.365] [Περὶ ὠκίμου.] Ὅψῳ μὲν καὶ τούτῳ   
[12] χρῶνται πολλοὶ, δύ ἐλαίου καὶ γάρου προσφερομενοι, κακοδμότερον   
[13] δέ ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο προσεπιψεύδονταί τινες   
[14] αὐτοῦ, φάσκοντες, εἰ τριφθὲν ἐμβληθείη χύτρᾳ καινῇ, τάχιστα   
[15] γεννᾶν ἐν ολίγαις ἡμέραις σκορπίους, καὶ μάλισθ ὅταν   
[16] ἐν ἡλίῳ τις ἐκάστης ἡμέρας θερμαίνῃ τὴν χύτραν. ἀλλὰ τοῦτο [p. 6.641]   
[1] μὲν ψεῦδός ἐστι, κακόχυμον δὲ καὶ κακοστόμαχον καὶ δύσπεπτον   
[2] εἰναι λαχανον ἀληθῶς ἂν εἴποις αὐτό.

### [chapter:57]

[3] [Περὶ μαράθρου.] Καὶ αὐτόματον μὲν   
[4] ἐνίοτε φύεται τοῦτο, καθάπερ καὶ τὸ ἄνηθον, ἀλλὰ καὶ   
[5] σπείρουσιν αὐτὸ κατα τοὺς κήπους, καὶ χρῶνται συνεχέστατα   
[6] μὲν εἰς τὰς ἀρτύσεις ἀνήθῳ, μαράθρῳ δὲ ὡς ὄψῳ. καὶ   
[7] γὰρ ἀποτίθενται παρ ἡμῖν αὐτὸ , παραπλησίως πυρέθρῳ καὶ   
[8] τερμίνθῳ συντιθέντες, ὡς εἰς ὅλον εἰναι ἐνιαυτὸν χρήσιμον,   
[9] ὥσπερ καὶ τὰ κρόμμυα καὶ τὰς γογγυλίδας καὶ ἕτερά τε τοιαῦτα,   
[10] τὰ μὲν δύ ὄξους μόνου, τὰ δὲ δύ ὀξάλμης συντιθἔμενοα   
[11]

### [chapter:58]

[12] [Περὶ ἀσπαράγων.] .Εἴτε διὰ τοῦ φ λέγειν   
[13] ἐθέλοις, εἴτε διὰ τοῦ π τὴν δευτέραν συλλαβὴν τῶν   
[14] ἀσπαράγων, καθάπερ ἄπαντες, οὐ νῦν πρόκειται σκοπεῖν, οὐ- ᾽   
[15] δὲ γὰρ τοῖς Ἀττικίζειν τῇ φωνὴ σπουδάζουσιν, ἀλλὰ τοῖς   
[16] ὑγιαίνειν ἐθέλουσι γραφεται ταῦτα, κἂν, τοῦτο δὴ τὸ τοῦ Πλάτωνος,   
[17] μήτε γράμματα, μήτε νοῦν ἐπίστανται. καλούντων   
[18] οὑν τῶν Ἐλλήνων σχεδὸν ἁπάντων τοὺς ἁπαλοὺς καυλοὺς, [p. 6.642]   
[1] ὅταν αὐξάνωνται πρὸς τὴν τοῦ καρποῦ τε καὶ σπέρματος ώῶ   
[2] βολὴν , ἀσπαράγους διὰ νοῦ π, τὴν δύναμιν αὐτῶν ἐροῦμεν,   
[3] ἐπιτρέψοντες ὅπως ἄν ὀνομάζειν ἐθέλωσιν οἱ χρώμενοι: πολλὰ   
[4] μὲν οὑν τῶν λαχάνων τε καὶ ὅλως τῶν φυτῶν γεννᾳν πέφυκεν   
[5] ἐκβλαστήματα τοιαῦτα, πάντα δὲ οὐκ ἐσθίουσιν αὐτάί καὶ   
[6] διὰ τοῦτο περὶ τῶν συνηθεστέρων ὁ λόγος ἡμῖν ἔσται, καθάπερ   
[7] ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν ἐποιήσαμεν. ὁ μὲν σύν τῆς κράμβης, ὃ   
[8] καὶ κῦμα καλοῦσιν ἔνιοι, κατὰ συναίρεσιν, ἐμοὶ δοκεῖν, τοῦ   
[9] διὰ τριῶν συλλαβῶν ὀνόματος λεγομένου τοῦ κυήματος, τῆς   
[10] κράμβης αὐτῆς ἦττον ξηραίνει καίτοι τῶν ἄλλων λαχάνων ξηρότερος   
[11] τὴν κρασίν ὁ καυλὸς τῶν φύλλων ἐστὶν ὡς ἐπὶ τὸ   
[12] πολὺ; καὶ μάλισθ' ὅταν ἐγγὺς ἤκη τοῦ τὸν καρπὸν ἀποχεῖν.   
[13] λέγω δὲ ἀλλὰ λάχανα τοιαῦτα εἶναι, θριδακίνην, ἀτράφαξυν,   
[14] βλίτον, τεῦτλον, μαλάχην. ἔμπαλιν τὸν ῥαφανῖδος τε καὶ   
[15] ἀσπαράγου καὶ γογγυλίδος καὶ νάπυος καὶ καρδάμου καὶ πυρέθρου   
[16] καὶ πάντων σχεδὸν , ὅσα δριμέα καὶ θερμὰ, ὑγρότερον   
[17] εἶναι συμβέβηκεν ποιεῖ δὲ καὶ βολβὸς καὶ σέλινον καὶ   
[18] σίον, εὔζωμόν τε καὶ ὧκιμον, ὀξυλάπαθόν τε καὶ λάπαθον, [p. 6.643]   
[1] ἃπασαί τε λαχανώδεις πόαι τοιοῦτόν τινα, πρὶν ἐκκαρπεῖν   
[2] καυλόν· ἐκκαρπησάντων δὲ, ξηραίνεταί τε καὶ ἄχρηστος εἰς   
[3] ἐδωδην ἀνθρωπων γίνεται. πάντα δὲ [ed2page:6.366] τὰ τοιαῦτα δύ   
[4] ὕδατος ἑψηθέντα μετ ἐλαίου καὶ γάρου προσφέρονται, βραχέος   
[5] ὄξους ἐπεμβάλλοντες · ἡδύτερα γὰρ οὕτως καὶ εὐστομα-.   
[6] χώτερα γίνονται, τροφὴν μέντοι τῷ σώματι δίδωσιν ὀλίγην   
[7] τε καὶ οὐκ εὔχυμον.

### [chapter:59]

[8] [Περὶ ἑτέρου γένους ἀσπαράγων.] Ἕτερον   
[9] δὲ γένος ἀσπαράγων, ἐπὶ τοῖς θαμνώδεσι φυτοῖς γιγνόμενον,   
[10] ὀξυμυρσίνη τε καὶ χαμαιδάφνη καὶ ὀξυάκανθα. καὶ   
[11] τούτων ἕτεροί τινες, ὁ μὲν βασιλικὸς, ὁ δὲ ἕλειος ὁνομαζόμενος,   
[12] ὥσπερ γε καὶ ὁ τῆς βρυωνίας ἐτερος τῶνδε. πάντες   
[13] δέ εἰσιν εὐστόμαχοί τε καὶ διουρητικοὶ καὶ βραχὺ τὸ τρόφιμον   
[14] ἔχοντες. εἰ μέντοι πεφθεῖεν καλῶς οἱ τοιοῦτοι, τροφιμώτεροι   
[15] τῶν ἐπὶ τοῖς λαχάνοις ἀσπαράγων εἰσὶν, ὅσῳ καὶ ξηρότεροι.   
[16] ὁμοιότης δέ τίς ἐστι τοῖς τε τῶν θάμνων καὶ τοῖς τῶν   
[17] δένδρων βλαστήμασιν, οὐκ ἀκριβὴς ταυτότης. καὶ γὰρ ξυλωδέστερα [p. 6.644]   
[1] τὰ τῶν δένδρων, διὸ καὶ ῥητέον ἐφεξῆς ὑπὲρ αὐτῶν   
[2] ἰδίᾳ.

### [chapter:60]

[3] [Περὶ βλαστῶν.] Οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων   
[4] τε καὶ θαμνων ἀναλογίαν ἔχουσι τοῖς ἐπὶ τῶν λαχάνων   
[5] ἀσπαράγοις· ἐκβλαστήματα γάρ εἰσι κἀκεῖνοι πρὸς καρποῦ γένεσιν   
[6] ἐξορμῶντος τοῦ φυτοῦ. διαφέρουσι δὲ τῷ τῶν δένδρων   
[7] μὲν τὸ στέλεχος ἀεὶ διαμένειν, ἀνάλογον ὑπάρχον τῷ κατὰ   
[8] τὰ λαχανώδη τε καὶ ποώδη καυλῷ, τὸν δ᾽ ἐπὶ τούτων καυλὸν   
[9] ἐπέτειον εἶναι. πάντες οὐν οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων τε   
[10] καὶ θάμνων, ἑψηθέντες ἐν ὕδατι, βιβρώσκεσθαι δύνανται,   
[11] πλὴν εἴ τινες ἤτοι ἀηδεῖς, ἤ φαρμακώδεις εἰσίν · οὐ μὴν   
[12] ἐσθίουσιν αὐτοὺς οἱ ἄνθρωποι διὰ τὴν τῶν ἄλλων ἔδεσματων,   
[13] ὅσα βελτίω τούτων, ἀφθονίαν. ἐν λιμῷ δὲ ὑπὸ τῆς   
[14] ἀνάγκης ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἔρχονται τρέφουσι γάρ πως,   
[15] ἐὰν καὶ αὐτοὶ καλῶς πεφθῶσι. καλλίους δ᾽ αὐτῶν εἰσιν οἱ   
[16] τῆς τερμίνθου τε καὶ ἄγνου καὶ ἀμπέλου καὶ σχοίνου καὶ βάτου   
[17] καὶ κυνοσβάτου. παρ ἡμῖν δὲ καὶ συντιθέντες εἰς ὄξος   
[18] ἤ ὀξάλμην τοὺς τῆς τερμίνθου βλαστοὺς ἀποτίθενται.

[p. 6.645]

### [chapter:61]

[1] [ed1page:4.334] [ Περὶ τῆς ἐν τοῖς μέρεσι τῶν ἐσθιομένων   
[2] φυτῶν διαφορὰς.] Ἐβουλόμην ἃν ἀληθῆ τὁν Μνησιθύου   
[3] λόγον υπάρχειν, σν ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων ἔγραφεν.   
[4] οἱ γὰρ καθόλου λόγοι διὰ βραχείας λέξεως πολλὰ διδάσκου-.   
[5] σιν, ὅταν γε ἀληθεῖς ώσιν, ὧὴπερ γε μεγάλα βλάπτουσιν   
[6] οὐκ ἀληθεύοντες. ἔστι δὲ, ἃ λέγει καθόλου περὶ τῶν ἐν τοῖς   
[7] φυτοῖς μορίων ὁ Μνησίθεος, ταῦτα. Πρῶτον μὲν οὑν αἱ   
[8] ῥίζαι πάσαι δύσπεπτοί τέ εἰσι καὶ ταρακτικαὶ, λέγω δὴ οἷον   
[9] ῥαφανῖδες, σκόροδα, κρόμμυα, γογγυλίδες, καὶ πάν το   
[10] τοιοῦτον γένος. ὅσων γὰρ ἡ ῥίζα καὶ τὸ κατὰ τῆς γῆς πεφυκσς   
[11] ἐδωδιμον ἐστι, παντα τα τοιαῦτα εἰ; τὴν δύσπεπτον   
[12] ἰδέαν καταχωρίζεται, συμβαίνει γὰρ τὰς τροφὰς ἐκ τῶν   
[13] ῥιζῶν ἃπασι τοῖς μέρεσι τῶν φυομένων ἀναπέμπεσθαι. συνἄγουσιν   
[14] οὑν εἰς αὑτὰς ὑγρότητα πολλὴν αἱ ῥίζαι , καὶ ταύτην   
[15] δυσπεπτον ἐχουσι τὴν πλείστην · οὐδὲ γὰρ [ed2page:6.367] ἐνδετ   
[16] χεται πεπεμμένην αὐτὴν εἷναι πᾶσαν, τὸ γὰρ πεπεμμένον δοκεῖ   
[17] τετελειῶσθαι, τὸ δ᾽ ἐν ταῖς ῥίζαις ὑγρὸν ἑτέρωθεν δεῖ   
[18] λαβεῖν τὸ τέλος τῆς πέψεως, διαδοθὲν ἐπὶ τὰ μόρια τοῦ φυομένοντ [p. 6.646]   
[1] πάντα γὰρ ἀπὸ τῆς ῥίζης τρέφεται, διόπερ ἀναγκαῖον   
[2] ἀπέπτους αὐτσθι τὰς ὑγρότητας εἶναι συνειλεγμέναι γὰρ .ἐνταῦθα,   
[3] προσμένουσι τὸ τέλος τῆς ἄνω πέψεως, ὥστ ἐν ταῖς   
[4] ῥίζαις εὔλογον ἀκατεργάστους εἶναι τὰς πλείστας ὑγρότητας,   
[5] εἰκστως οὐν καὶ τοῖς ἡμετέροις σώμασιν ἀπὸ τούτων τὴν τροφην   
[6] υγραν καταλείπεσθαι καὶ ταραχώδη. αὕτη σοι καὶ ἡ τοῦ   
[7] Μνησιθέου ῥῆσις, ἄχρι μὲν τοῦ λόγου πιθανὴ, τῇ πείρᾳ δὲ   
[8] κρινομένη ψευδης, αἱ γοῦν ῥαφανῖδες τὴν ῥίζαν ἔχουσι πολὺ   
[9] δριμυτέραν τοῦ τε καυλοῦ καὶ τῶν φύλλων· ὡσαύτως δὲ καὶ   
[10] τὸ κρόμμυον, ἀμπελόπρασόν τε καὶ πράσον καὶ σκόροδον,   
[11] εἰ δὲ καὶ τεύτλου καὶ μαλάχης καὶ γογγυλίδος ἐθέλοις παραβαλλειν   
[12] τὴν ῥίζαν τοῖς φύλλοις, ἰσχυροτέραν εὑρήσεις τὴν δύναμιν,   
[13] ὧσπερ γε καὶ τῆς ἀλθαίας, ἤπερ ἀγρία τις εἶναι δοκεῖ   
[14] μαλαχη. δηλοῖ γοῦν καὶ αὐτῆς ἡ ῥίζα τὴν δύναμιν, ὥσπερ   
[15] καὶ ὴ τοῦ τευτλου, διαφοροῦσα πολλοὺς τῶν φλεγμονωδῶν   
[16] ὄγκων, οὐ μήν γε τὰ φύλλα αὐτῶν ἱκανὰ δρᾶσαι τοῦτο,   
[17] καὶ μέντοι καὶ τῶν φαρμακωδῶν φυτῶν ὅσα τὰς ῥίζας   
[18] ὁμοίας τοῖς εἰρημένοις ὲχει, καὶ τούτων ἀσθενέστερα τὰ φύλλα [p. 6.647]   
[1] , κυκλαμίνου καὶ σκίλλης καὶ ἄρου καὶ δρακοντίου καὶ ἀλ-λων   
[2] πάνυ πολλῶν. ὧσπερ γὰρ ἐπ᾽ ἄλλων φυτῶν τὸ πλεῖστον   
[3] τῆς οὐσίας ἔν τε τοῖς καυλοῖς καὶ τοῖς στελέχεσιν, οὕτως   
[4] ἐπὶ τούτων ἐν τῇ ῥίζῃ , καὶ ταύτην ὴ φύσις αὑτῶν μά   
[5] λιστα αὐξάνει τε καὶ τρέφει, καὶ τὸ μὴ καλῶς ἐν αὐταῖς κατεργασθὲν   
[6] εἴς τε τὰ φύλλα καὶ τοὺς καυλοὺς ἀποκρίνει. τὴν μὲν   
[7] οὐν ῥίζαν ἐχει ταῦτα καὶ διὰ τοῦ χειμῶνος μεγάλην, τὸν καυ   
[8] λὸν δὲ φύει κατὰ τὸ ἔαρ , ἡνίκα πρὸς τὸν καρπὸν ἐξορμᾳ.   
[9] φαίνεται δὲ κἀπὶ τῶν ζώων ὴ φύσις ἐνίοτε τὸ περίττωμα τῆς   
[10] ὅλης οὐσίας τοῦ ζώου, καθάπερ καὶ Ἀριστοτέλης ἔλεγεν, εἴς   
[11] τινων μορίων οὐκ ἀναγκαίων καταχρῆσθαι γένεσιν, ὡς ἐπὶ   
[12] τῶν ἐλάφων μὲν εἰς τὰ κέρατα, κατ᾽ ἄλλα δὲ τῶν ζώων   
[13] εἰς πλῆθος καὶ μέγεθος ἀκανθῶν ἤ τριχῶν. ἐπισκοπεῖσθαι   
[14] τοίνυν ἀσφαλέστερόν ἐστιν ἕκαστον τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων   
[15] αὐτὸ καθ᾽ αὑτὸ , γευόμενον μὲν καὶ ὀσμώμενον πρότερον,   
[16] εἶτα καὶ διὰ τῆς ἐδωδῆς πειρώμενον, ἡ μὲν γὰρ ὄσφρησίς   
[17] τε καὶ ὴ γεῦσις, ὁποῖόν τινα τὸν χυμόν τε καὶ τὸν ἀτμὸν   
[18] ἔχει τὸ μόριον τοῦ φυτοῦ, διδάσκουσαι συνενδείκνυνται τούτοις   
[19] εὺθεῶς καὶ τὴν ὅλην κρᾶσιν αὐτοῦ. διὰ δὲ τῇς πείρας, [p. 6.648]   
[1] ἐάν γέ τις αὐτὴν ποιῆται μετὰ τῶν οἰκείων διορισμῶν, ἀκριβῶς   
[2] ἡ δύναμις εὑρίσκεται, συνενδεικνυμένης αὐτοῖς ἐνίοτε   
[3] καὶ τῆς συστάσεως τοῦ φυτοῦ μετὰ καὶ τοῦ κατ᾽ αὐτὸ χυλοῦ.   
[4] τινα μὲν γὰρ ὑγρὸν καὶ ὑδατώδη, τινὰ δὲ παχὺν ἤ γλίσχρον   
[5] ὲχει τὸν χυμὸν, ὧν καὶ αὐτῶν ἰδίᾳ πάλιν γεύεσθαι προσήκει.   
[6] ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν εἰσι δριμεῖς, ἤ ὀξεῖς, ἤ πικροὶ, ἔνιοι δὲ   
[7] αλυκοί τε καὶ ἁλμυροὶ, καθάπερ γε τινὲς μὲν αὐτῶν αὐστηροὶ,   
[8] τινὲς δὲ στρυφνοὶ, τινὲς δὲ ὑδατώδεις, ἤ γλυκεῖς. οὐκ οὑν   
[9] χρὴ πεισθέντας τῷ Μνησιθέῳ πιστεύειν ὡς ὑγιεῖ καθόλου τῷ   
[10] λογῳ , πειρᾶσθαι δὲ μᾶλλον ἑκάστου τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων   
[11] αὐτοῦ καθ᾽ ἐαυτό.

### [chapter:62]

[12] [Περὶ γογγυλίδων.] Εἴτε γογγυλίδα καλεῖν,   
[13] εἴτε βουνιαδα βουλοιο τὸ φυτὸν τοῦτο, λαχανῶδες μὲν   
[14] αὐτοῦ τὸ τῆς γῆς ἐξέχον, ἡ δ᾽ ἐν [ed2page:6.368] αὐτῇ περιεχομένη ῥίζα,   
[15] πρὶν μὲν ἑψηθῆναι, σκληρὰ καὶ ἄβρωτος ὑπάρχει, δι᾽ ὕδατος   
[16] δ᾽ ἑψηθεῖσα θαυμάσαιμ ἂν εἴ τινος τῶν ὁμογενῶν φυτῶν   
[17] ἔλαττον τρέφοι, πολυειδῶς δὲ καὶ ταύτην σκευάζουσιν ἂνθρωποι [p. 6.649]   
[1] ἄχρι τοῦ συντιθέναι δι᾽ ἃλμης ἤ ὄξους, ὡς έχειν   
[2] εἰς ὅλον ἐνιαυτὸν χρῆσθαι. χυμὸν δ᾽ ἀναδίδωσιν εἰς τὸ σῷμα   
[3] παχύτερον τοῦ συμμέτρου, διὸ κἂν καὶ πλεονάσῃ τις ἐπὶ   
[4] τῆς ἐδωδῆς αὐτοῦ , καὶ μάλιστα ἐάν τις ἐνδεῶς ἐν τῇ γαστρὶ   
[5] πέττῃ αὐτην, ἀθροίσει τὸν καλούμενον ὠμὸν χυμόν. εἰς   
[6] ὑποχώρησιν δὲ γαστρός οὔτ ἐναντιοῦσθαι ἃν αὐτήν τις οὔτε   
[7] συντελεῖν φαίη, καὶ μάλισθ ὅταν ἑψηθῇ καλῶς. χρήζει γὰρ   
[8] αὕτη πλείονος ἑψήσεως, καὶ γίνεται καλλίστη δὶς ἑψηθεῖσα,   
[9] καθότι λέλεκται πρόσθεν ὑπὲρ τῆς τοιαύτης σκευασίας, εῖ   
[10] δ᾽ ὠμοτέρα ληφθείη, δυσπεπτότερός ἐστὶ καὶ φυσώδης   
[11] καὶ κακοστόμαχος, ἐνίοτε δὲ καὶ δῆξιν ἐργάζεται κατὰ τὴν   
[12] γαστέρα.

### [chapter:63]

[13] [Περὶ ἄρου.] Ἐστι μὲν ἡ ῥίζα καὶ τουτου   
[14] τοῦ φυτοῦ παραπλησίως ἐσθιομένη τῇ τῆς γογγυλίδος,   
[15] ἐν χώραις δέ τισι φύεται δριμυτέρα πως, ὡς ἐγγὺς εἷναι τῇ   
[16] τοῦ δρακοντίου. καὶ χρὴ τὸ πρότερον αὐτῆς ὕδωρ ἀποχέοντα   
[17] κατὰ τὴν ἕψιν εἰς ἕτερον ἐπεμβάλλειν θερμὸν, ὡς   
[18] ἐπὶ κράμβης τε καὶ φακῆς εἴρηται. πατὰ δὲ Κυρήνην ἔμπαλιν [p. 6.650]   
[1] εχει τὸ φυτον πρὸς τὴν παρ ἡμῖν χώρανν ἤκιστα   
[2] γὰρ ἕχει φαρμακῶδές τι καὶ δριμὺ τὸ ἄρον ἐν ἐκείνοις τοῖς   
[3] τόποις, ὡς καὶ τῶν γογγυλίδων εἷναι χρησιμώτερον. καὶ   
[4] διὰ τοῦτο καὶ εἰς ᾽ Βαλίαν κομίζουσι τὴν ῥίζαν, ὡς ἂν καὶ   
[5] διαμένειν δυναμένην χρόνῳ πλείονι χωρὶς τοῦ σαπῆναί τε   
[6] καὶ βλαστῆσαι. πρόδηλον δ᾽, ὅτι πρὸς μὲν τροφὴν ὴ τοιαὕτη   
[7] κρείττων ἐστὶν, εἰ δέ τις ἀναβήττειν ἐκ θώρακός τε καὶ   
[8] πνεύμονος βούλοιτό τι τῶν ἀθροιζομένων ἐν αὐτοῖς παχέων   
[9] ἤ γλίσχρων ὑγρῶν, ἡ δριμυτέρα καὶ φαρμακωδεστέρα βελτίων.   
[10] ἐσθίεται δὲ δύ ὕδατος ἑψηθεῖσα μετὰ νάπυος, ἤ μεθ   
[11] ὄξους, σὺν ἐλαίῳ καὶ γάρῳ, καὶ μέντοι καὶ μεθ' ὑποτριμμάτων,   
[12] φλῶν τε καὶ τῶν διὰ τοῦ τυροῦ σκευαζομένων.   
[13] οὐκ ἄδηλον δ᾽, ὅτι καὶ ὁ ἐξ αὐτῆς ἀναδιδόμενος εἰς ὴπάρ τε   
[14] καὶ ὅλον τὸ σῶμα χυμὸς, ἐξ οὑ τρέφεται τὰ ζῶα, παχύτερός   
[15] πώς ἐστιν, ὡς ἐπὶ τῶν γογγυλίδων εἴρηται, καὶ μάλισθ ὅταν   
[16] ὠσιν αἱ ῥίζαι, καθάπερ αἱ ἀπὸ τῆς Κυρήνης, ἀφάρμακοι.   
[17] παρ ἡμῖν γὰρ ἐν ᾽Ἀσίᾳ πολλὰ τῶν ἄρων δριμύτερά ἐστι καὶ   
[18] ἤδη φαρμακώδη τὴν δύναμιν ε΄χει.

[p. 6.651]

### [chapter:64]

[1] [ed1page:4.335] [Περὶ δρακοντίου.] Καὶ τουτσυ   
[2] τὴν ῥίζαν ἅψοντες δίς που καὶ τρὶς, ὧς ἀποθέσθαι τὸ φαρμακῶδες,   
[3] ἐσθίειν ἐνίοτε δίδομεν, ῷςπερ καὶ τὰς τῶν ἄρων,   
[4] ὅταν ἰσχυροτέρας δέηται δυνάμεως τὰ κατὰ θώρακα καὶ   
[5] πνεύμονα περιεχόμενα γλίσχρα καὶ; παχέα. κοινὸν δὲ ἐπὶ   
[6] πάντων ἐδεσμάτων μεμνῆσθαί σε χρὴ, τὰ μὲν δριμέα καὶ   
[7] πικρὰ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἐλάττονα τροφὴν διδόναι τῷ σώ-·   
[8] ματι, τὰ δ᾽ ἄποια καὶ μᾶλλον αὐτῶν τὰ γλυκέα πολλὴν,   
[9] ἔτι δὲ μᾶλλον, ἐὰν ἐσφιγμένην ἐχωσι τὴν οὐσίαν, ὧς μήτε   
[10] ὑγρὰ, μήτε παχέα, μήτε χαῦνα ταῖς συστάσεσιν ὄντα. τοἔμ   
[11] των οὑν [ed2page:6.369] ἀεὶ μεμνημένος, ἔτι δὲ καὶ προσέχων, εῖ κατὰ   
[12] τὰς ἑψήσεις, ἤ ὀπτήσεις, ἤ τὰς δια τηγανου σκευασίας ἀπο.τίθεται   
[13] τὰς ἰσχυρὰς ποιότητας ἕκαστα τῶν εἰς πεῖραν ἀγομένων,   
[14] οὐ δεήσῃ παρ ἐμοῦ περὶ πάντων ὶ ἀκοῦσαι κατ εἶδος,   
[15] ἀλλ᾽, ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων ἐποίησα, τὰ συνεχῶς ἐσθιόμενα   
[16] μάλιστα ἐξηγησομαι.

### [chapter:65]

[17] [Περὶ ἀσφοδέλου.] Τῇ τῆς σκίλλης ῥίζῃ   
[18] παραπλησία πώς ἐστιν ἤ τοῦ ἀσφοδέλου μέγεθος καὶ σχῆμα [p. 6.652]   
[1] καὶ πικρότητα, σκευαζομένη μέντοι, καθάπερ οἱ θέρμοι,   
[2] τσ πλεῖστον τῆς πικρότητος ἀποτίθεται, καὶ ταύτῃ σκίλλης   
[3] διαφέρετ δυσέκνιπτος γάρ ἐστιν ἱκανῶς ἡ ἐκείνης ποιότης.   
[4] Πσίοδος μὴν οὑν ἔοικεν ἐπαινεῖν τὸν ἀσφόδελον ἐν οἷς   
[5] φησιν·

Οὐδ᾽ ὅσον ἐν μαλάχῃ τε καὶ ἀσφοδέλῳ μέγ ὄνειαρ.

[7] ἐγω δ᾽ οἰδα διὰ λιμὸν ἀγροίκους τινὰς ἑψήσεσί τε πλείοσι   
[8] καὶ αποβρέξεσιν ἐν ὕδατι γλυκεῖ μόλις αὐτὴν ἐδώδιμον ἐργαφαμένους.   
[9] η γε μην δυναμις καὶ ταύτης τῆς ῥίζης ἐστὶν ἐκφρακτικη   
[10] τε καὶ λεπτυντικὴ, καθάπερ καὶ ἡ τοῦ δρακοντίου.   
[11] διὸ καὶ τὸν ἀσπάραγον αὐτοῦ τοῖς ἰκτεριώδεσι διδόασί τινες,   
[12] ὡς μέγιστον ἴαμα.

### [chapter:66]

[13] [Περὶ βολβῶν.] Ἕκ ταὐτοῦ γένους εἰσὶ   
[14] καὶ αἱ βολβοὶ τοῖς προειρημένοις. ἐσθίεται γὰρ αὐτῶν   
[15] η ῥίζα χωρὶς τῶν φύλλων, ἐν ἡρι δέ ποτε καὶ ὁ ἀσπάραγος.   
[16] ἔχει δ᾽ ἐν αὑτῷ πικράν τε καὶ αὐστηρὰν δύναμιν ἐπιφανῆ:.   
[17] δισ καὶ τὸν στόμαχον ἐκλελυμένον ἐπεγείρει πως εἰς ὄρεξιν.   
[18] οὐᾳ ἐναντιοῦται δὲ οὐδὲ τοῖς ἀναπτύειν τι δεομένοις ἐκ θώρακος [p. 6.653]   
[1] τε καὶ πνευμονος, καίτοι τὴν οὐσίαν τοῦ σώματος παχυτέραν   
[2] τε καὶ γλισχροτέραν ἔχοιεν. ἀλλ᾽ ἡ πικρότης ἀντιπραττει   
[3] τῷ πάχει , τέμνειν τὰ γλίσχρα καὶ παχέα πεφυκυῖα,   
[4] καθαπερ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων εἴρηται, διὸ κἂν δίσεφθοι   
[5] γενηθῶσι, τροφιμώτεροι μέν εἰσι , ἐναντιοῦνται δὲ ἤδη   
[6] τοῖς αναπτύεσθαι δεομένοις, ὡς ἂν ἀποτιθέμενοι τὸ πικρὸν   
[7] απαν. ἐσθίειν δ᾽ αὐτοὺς ἄμεινον τηνικαῦτα δι ὄξους ἃμα ἐλαίῳ   
[8] καὶ γάρῳ , καὶ ἡδίους οὕτω γέ καὶ τροφιμώτεροι καὶ ἀφυσότεροι   
[9] καὶ πεφθῆναι ῥὰουξ γίγνονται. πλεονάσαντες δὲ κατὰ   
[10] τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἔνιοι προδήλως ἤσθοντο καὶ σπέρμα   
[11] πλεῖον ἴσχοντες καὶ προθυμότεροι γιγνόμενοι πρὸς ἀφροδίσια,   
[12] σκευάζουσι δὲ καὶ τουτους οἱ ἄνθρωποι πολυειδῶς. οὐ γὰρ   
[13] μόνον ἑφθοὺς, ὡς ἔφην, δύ ὕδατος , ἀλλὰ καὶ λοπάδας ἐξ   
[14] αὐτῶν ποικίλως ἡρτυμένας συντιθέασιν, ἐκ ταγήνου τέ τινες   
[15] ἄλλοι προσφέρονται, πολλοὶ δ΄ ὀπτῶντες ἐπ᾽ ἐσχάρας. ἀλλ᾽   
[16] οὑτοί γε τὴν πολλὴν ἕψησιν οὐκ ἀναμένουσιν, ἀρκοῦνται δὲ   
[17] πάνυ βραχείᾳ. τινὲς δ᾽ οὐδ᾽ ὅλως προέψουσι χαίροντες αὐτῶν [p. 6.654]   
[1] τῷ πικρῷ τε καὶ αὐστηρῷ διασωζομένων προτρέπει γὰρ   
[2] αυτους μᾶλλον ἐπὶ τὴν ἐδωδήν. ἀλλ᾽ εἰ μὲν ὡς προτρέποντι   
[3] χρήσαιντο, μέχρι δυοῖν ἤ καὶ τριῶν προελθόντες, εἴη ἄν τι   
[4] πλέον αυτοῖς · εἰ δὲ πλεονάσαιεν ἐπὶ τῶν οὕτω σκευασθέντων,   
[5] καὶ μαλισθ' ὅταν, ὡς εἰώθασιν, ὠμοτέρους αὐτοὺς λαβόντες,   
[6] αυτσὶ πάλιν ἀπεπτήσονται. καί τινές γε καὶ φύσαν καὶ   
[7] στροφον ἐπιφέρουσι μὴ πεφθέντες καλῶς. ἐκ μὲν δὴ τῶν οὕτως   
[8] ἐσθιομένων οὐκ εὔχυμος ἡ τροφὴ γίνεται · τῶν δ᾽ ἐπὶ   
[9] πλεῖστον ἑψηθέντων ἤ καὶ δὶς, ὡς εἴρηται, παχύτερος μὲν   
[10] ο χυμὸς, ἀμείνων δὲ τἄλλα καὶ τροφιμώτερος γίνεται.

### [chapter:67]

[11] [ed2page:6.370] [Περὶ σταφυλίνου καὶ δαύκου καὶ   
[12] καρους.] Ἀἱ ῥίζαι καὶ τούτων ἐσθίονται , τροφὴν δῆ ἥττονα   
[13] γογγυλίδων ἔχουσι, καθάπερ γε καὶ τῶν Κυρηναίων ἄρων.   
[14] θερμαίνουσι δὲ σαφῶς, καί τι καὶ ἀρωματίζον ἐμφαίνουσι.   
[15] το μὲν οὐν δύσπεπτον αὐταῖς ὁμοίως ὑπάρχει ταῖς ἄλλαις   
[16] ρίζαις. ουρητικὰ δ᾽ εἰσὶ καὶ, εἰ πλεονάζοι τις αὐτῶν ἐν τῆ   
[17] χρήσει , κακοχυμα μετρίως. εὐχυμότερός γε μήν ἐστιν ἡ κάρους   
[18] τοῦ σταφυλίνου. τινὲς δὲ τὸν ἄγριον σταφυλῖνον [p. 6.655]   
[1] ὀνομάζουσι δαῦκον, οὐρητικώτερον μὲν ὄντα, φαρμακωδέστερον   
[2] δ ηδη καὶ πολλῆς ἑψήσεως δεόμενον, εἰ μέλλοι τις   
[3] ἐσθίειν αὐτόνι

### [chapter:68]

[4] [Περὶ ὕδνων.] Ἕν ῥίζαις ἤ βολβοῖς ἀρίθ'μεῖν   
[5] αν.αγκαῖον ἐστι καὶ ταῦτα, μηδεμίαν ἔχοντα σαφῆ ποιότηταλ   
[6] χρῶνται τοιγαροῦν αὐτοῖς οἱ χρώμενοι πρὸς ὑποδοχην   
[7] αρτυματων , ωσπερ καὶ τοῖς ἄλλοις , ὅσα καλοῦσιν ἄποια   
[8] καὶ αβλαβἢ καὶ ὑδατώδη κατὰ τὴν γεῦσιν. ἔστι δ᾽ ἀπάντων   
[9] αυτῶν κοινον, ὡς μηδὲ τὴν ἀναδιδομένην εἰς τὸ σῶμα τροφὴν   
[10] ἐξαίρετον τινα δύναμιν ἔχειν , ἀλλ᾽ ὑπόψυχρον μὲν εἶναι , τῷ   
[11] παχει δ᾽, ὁποῖον ἄν τι καὶ αὐτὸ τὸ ἐδηδεσμένον ἢ, παχύτερον   
[12] μεν το ἐξ υδνων, ὑγρότερον δὲ καὶ λεπτότερον ἐκ κολοκύνθης,   
[13] ἐπί τε τῶν ἄλλων ἀνάλογον.

### [chapter:69]

[14] [Περὶ μυκήτων.] Καὶ μυκήτων οἱ βωλῖτὰι   
[15] καλῶς ἑψηθέντες ἐν ὕδατι πλησίον ἡκουσι τῶν ἀποίων   
[16] ἐδεσματων. σὐ μὴν οὕτω γε μόνοις αὐτοῖς ἄνθρωποι χρῶνται,   
[17] σκευάζουσι δὲ καὶ ἀρτύουσι πολυειδῶς, ὥσπερ καὶ τἄλλα,   
[18] ὅσα μηδεμίαν ἐξαίρετον ἐχει ποιότητα, φλεγματώδης δ᾽ [p. 6.656]   
[1] εστιν η ες αυτων τροφη, και δηλον οτι καὶ ψυχρα, κακ   
[2] πλεονάζῃ τις ἐν αὐτοῖς, κακόχυμοςι ἀβλαβέστατοι μὲν οὑν   
[3] τῶν ἄλλων μυκήτων εἰσὶν ουτορ᾽ δεύτεροι δὲ μετ αὐτοὺς οἴ   
[4] ἀμανῖται· τῶν δ᾽ ἄλλων ἀσφάλεστερόν ἐστι μηδ΄ ὅλως   
[5] ἄττεσθαι, πολλοὶ γὰρ ἐξ αὐτῶν ἀπέθανον. ἐγῶ δ΄ οἶδά   
[6] τινα καὶ τῶν βωλιτῶν αὐτῶν, οἷπερ ἀβλαβέστατοι δοκοῦσιν   
[7] εἶναι, πλείονας οὐκ ἀκριβῶς ἑφθοὺς φαγόντα, θλιβέντα τὸ   
[8] στόμα τῆς κοιλίας, καὶ βαρυνθέντα, καὶ στενοχωρηθέντας   
[9] καὶ δυςπνοήσαντα , καὶ λιποψυχήσαντα, καὶ ψυχρὸν ἱδρώσαντα,   
[10] καὶ μόλις σωθέντα διὰ τῆς τῶν τεμνόντων τοὺς παχεῖς   
[11] χυμοὺς προσφοράς, ὁποῖόν ἐστιν ὀξύμελι, καθ᾽ ἑαυτό   
[12] τε καὶ μετα ὑσσωπου καὶ ὀριγάνου μετρίως ἑψηθέντων ἐν   
[13] αυτῷ. καὶ γὰρ ἔκ τινος ἐκεῖνος ἔλαβε καὶ τοῦτο, καὶ νττρου   
[14] τὸν ἀφρὸν, ἐπιπασθέντα αὐτοῖς, ἐφ οἷς ἤμεσε τοὺς   
[15] ἐδηδεσμένους μύκητας, ἤδη πως εἰς φλεγματώδη χυμὸν, ἱκανῶς   
[16] ψυχρον καὶ παχὺν, ὑπηλλαγμένους.

### [chapter:70]

[17] [ed1page:4.336] [Περὶ ῥαφανῖδος.] Ὥμὴν μὲν ἐσθίουσιν   
[18] αὐτὴν μόνην τοὐπίπαν οἱ κατὰ τὰς πόλεις ἄνθρωποι, [p. 6.657]   
[1] πρῶτον οὑν ἀπάντων μετὰ [ed2page:6.371] γάρου, γαστρος υπαγωγῆς   
[2] ἕνεκα, ὀλίγοι δὲ καὶ ὄξους ἐπιχέουσιν. οἱ δ αγροικοι καὶ   
[3] μετ ἄρτου πολλάκις προσφέρονται, παραπλησίως τοῖς ἃλλοις   
[4] αὐτοφυέσιν ὄψοις, ἐξ ὡν ἐστι καὶ ορίγανος η χλωρα, καὶ   
[5] κάρδαμον, καὶ θύμα, καὶ θύμβρα, καὶ γλήχων, καὶ ερπυλσ-·   
[6] λος, ἡδύοσμός τε καὶ καλαμίνθη, καὶ πύρεθρον; καὶ ευζωμον.   
[7] ἃπαντα γὰρ ταῦτα τῶν ἐδωδίμων ἐστὶν οψα χλωρα, μετα   
[8] τῶν τροφῶν ἐσθιόμενα, τῶν ποωδῶν φυτῶν ὄντα. τῆς ῥαφανῖδος   
[9] δὲ καὶ τὸν καυλον ἐσθίουσι καὶ τα φυλλα, κατ   
[10] ἀνάγκην μᾶλλον, ἤ ἑκόντες, ἡ μέντοι ῥίζα τῶν συνεχῶς   
[11] ἐσθιομένων ἐστὶν, ὡς ὄψον μᾶλλον ἤ τροφὴ, τῆς λεπτυντικῆς   
[12] δυνάμεως οὔσα καὶ αὕτη δηλονοτι μετα τοῦ θερμαίνειν σαφῶς·   
[13] ἐπικρατεῖ γὰρ ἡ δριμεῖα ποιοτης ἐν αὐτῇ. κατὰ δὲ τὸ   
[14] ἔαρ εἴωθεν καυλόν τινα γεννᾶν εἰς ὕψος ἀνερχόμενον, ὥςπερ   
[15] τἄλλα τὰ μέλλοντα καυλοφορήσειν, ὅντινα καυλὸν ἕψοντες   
[16] ἐσθίουσι δἰ ἐλαίου τε καὶ γάρου καὶ ὄξους, ὥςπερ καὶ τὸν   
[17] τῆς γογγυλίδος, καὶ τὸν τοῦ ναπυος, καὶ τὸν τῆς θριδακίνης.   
[18] καὶ τρέφει . μὲν δηλονότι μᾶλλον ὁ καυλὸς οὕτος τῆς ὠμῆς [p. 6.658]   
[1] ῥαφανῖδος, ὡς ἐναποτιθέμενος ἐν τῷ ὕδατι τὴν δριμύτητα,   
[2] βραχυτάτην δ᾽ ὅμως καὶ αὐτὸς ἐχει τροφήν. ἔνιοι δὲ οὐ μόνον   
[3] τὸν καυλὸν, ἀλλὰ καὶ αὐτὰς ἕψοντες ἐσθίουσι τὰς ῥαφανῖδας   
[4] ὁμοίως ταῖς γογγυλίσι. θαυμάσαι δ᾽ ἔστι καὶ τῶν   
[5] ἰατρῶν καὶ τῶν ἰδιωτῶν ἐκείνους, ὅσοι μετὰ δεῖπνον ὠμὰς   
[6] ἐσθίουσιν αὐτὰς εὐπεψίας ἕνεκεν. αὐτοὶ μὲν γὰρ ἱκανὴν   
[7] ἐσχηκέναι φασὶ τούτου πεῖραν, οἱ μιμησάμενοι δὲ αὐτοὺς   
[8] πάντες ἐβλάβησαν.

### [chapter:71]

[9] [Περὶ κρομμύων, καὶ σκορόδων, καὶ πράσων,   
[10] καὶ ἀμπελοπράσων.] Καὶ τούτων τῶν φυτῶν τὰς μὲν   
[11] ῥίζας ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι πλειστάκις, ὀλιγάκις δὲ τὸν καυλὸν   
[12] καὶ τὰ φύλλα, δριμεῖαν ἱκανῶς ἔχοντα δύναμιν ἀνάλογον   
[13] αὐταῖς. θερμαίνει δὲ τὸ σῶμα, καὶ λεπτύνει τοὺς ἐν αὐτῷ   
[14] παχεῖς χυμοὺς καὶ τέμνει τοὺς γλίσχρους. ἑψηθέντα μέντοι   
[15] δὶς ἤ καὶ τρὶς, ἀποτίθεται μὲν τὴν δριμύτητα, λεπτύνει δ᾽   
[16] ὅμως ἔτι, καὶ τροφὴν βραχυτάτην δίδωσι τῷ σώματρ᾽ τέως   
[17] δὲ οὐδ᾽ ὅλως ἐδίδου , πρὶν ἑψηθῆναι. τό γε μὴν σκόροδον   
[18] οὐ μόνον ὡς ὄψον, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακον ὑγιεινὸν ἐσθίονσιν, [p. 6.659]   
[1] ἐκφρακτικῆς τε καὶ διαφορητικῆς υπαρχον δυναμεως.   
[2] ἑψηθὲν δ᾽ ἐπ᾽ ὀλίγον, ὡς ἀποθέσθαι τὴν δριμύτητα, τῇ μὲν   
[3] δυναμει καταδεέστερον, τὴν κακογαμίαν δὲ οὐκ ἔτι διασώζει,   
[4] καθαπερ οὐδ᾽ ὅταν ἑψήσῃ δὶς τὰ πράσα καὶ τὰ κρόμμυα. τὰ   
[5] δ αμπελόπρασα διαφέρει τῶν πράσων τοσοῦτον, ὅσον κἀν   
[6] τοῖς ἄλλοις ἃπασι τοῖς ὁμογενέσι τὰ ἄγρια τῶν ἡμέρων.   
[7] αποτίθτνται δ᾽ εἰς τὸ ἐπιὸν ἔτος ὅλον ἔνιοι, καθάπερ καὶ τὰ   
[8] κρόμμυα, μετ ὄξους συντιθέντες, οὕτως καὶ τὰ ἀμπελόπρασα,   
[9] καὶ γίνεται πρός τε . τὴν ἐδωδὴν ἀμείνω καὶ ἦττον κακόχυμα.   
[10] φείδεσθαι δὲ τῆς συνεχοῦς ἐδωδῆς ὰπαντων τῶν δριμέων, καὶ   
[11] μάλισθ ὅταν ὁ προσφερόμενος αὐτῶν χολωδέστερος ῇ φύσει.   
[12] μονοις γὰρ τοῖς ητοι τὸν φλεγματώδη χυμὸν ἤ τὸν ὠμόν   
[13] καὶ παχὺν καὶ γλίσχρον ἠθροικόσιν ἐπιτήδεια τὰ τοιαῦτα   
[14] τῶν ἐδεσμάτων ἐστίν.

## [book:3]

[p. 6.660]

### [chapter:1] ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Γ.

[1] Ἕπόλο ίπον δ᾽ ἀν εἴη περὶ τῆς ἀπὸ τῶν   
[2] ζώων τροφῆς διελθεῖν, οὐκ ὀλίγας ἐχούσης διαφορὰς δυνά- .   
[3] μεων κατά τε τὰ μόρια καὶ κατά τινα τῶν ἐν αὐτοῖς περιεχομένων   
[4] ἤ γεννωμένων. ῶν ἐστι καὶ τὰ ὠὰ καὶ τὸ γάλα, τυρός   
[5] τε καὶ τὸ βούτυρον καὶ τὸ αἷμα.

### [chapter:2]

[6] [Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πεζῶν ζώων τροφῆς.]   
[7] Οὐ τὴν αὐτὴν ἀπαντα δύναμιν ἐχει τὰ μόρια τῶν ζώων, ἀλλ᾽   
[8] αἱ μὲν σάρκες, ὅταν καλῶς πεφθῶσιν, αἵματός εἰσιν ἀρίστοιν [p. 6.661]   
[1] γεννητικαί, και μαλιστα επὶ τῶν εὐχυμων ζώων, ὁποῖόν ἐστι   
[2] το γενος τῶν ῦῶν· φλεγματικωτερα γὰρ τὰ νευρώδη μόρια.   
[3] παντων μὲν ουν εδεσματων η σὰρξ τῶν ὑῶν ἐστι τροφιμωτατη,   
[4] καὶ τουτου πεῖραν ἐναργεστάτην οἱ ἀθλοῦντες ὲχουσιν.   
[5] επι γαρ τοῖς ὶσοις γυμνασίοις ἑτέρας τροφῆς ἴσον ὄγκον ἐν   
[6] ἡμέρᾳ μιᾷ προσενεγκαμενοι, κατα την ὑστεραίαν εὐθέως ἀσθενέρτεροι   
[7] γίνονται · πλείοσι δ ἐφεξῆς ἡμέραις τοῦτο πράξαν..   
[8] τες, ουκ ασθενέστεροι μονον, ἄλλα καὶ ἀτροφώτεροι σαφῶς   
[9] φαίνονται, τὴν δ᾽ αὐτὴν τοῦ λόγου βάσανον ἔνεστί σοι καὶ   
[10] ἐπὶ τῶν ἐν παλαίστρᾳ διαπονουμένων παίδων ποιήσασθαι καὶ   
[11] τῶν ἄλλων ἡντιναοῦν ἐνέργειαν ἰσχυρὰν καὶ σφοδρὰν ἐνεργούντων,   
[12] ὁποία καὶ ἡ τῶν σκαπτόντων ἐστἔ τὰ δὲ βόεια   
[13] κρέα τροφὴν μὲν καὶ αὐτὰ δίδωσιν οὐκ ὀλίγην, [ed2page:6.373] οὔτ   
[14] ευδιαφορητον , αίμα μέντοι παχυτερον, ἤ προσηκει, γεννᾂ.   
[15] εἰ δὲ καὶ φυσει τις εἴη μελαγχολικώτερος τὴν κρᾶσιν, ὰλώσεταί   
[16] τινι παθηματι τῶν μελαγχολικῶν, ἐν τῆ τούτων ἐδωδῇ   
[17] πλεονάσας. τοιαῦτα δ᾽ ἐστέ πάθη καρκίνος, ἐλέφας, ψῶρα, [p. 6.662]   
[1] λέπρα, πυρετὸς τεταρταῖος, ἤ α΄ ἰδίως ὀνομαζομένη μελαγχολία.   
[2] καὶ σπλὴν δὲ ἐνίοις εἰς ὄγκον ἤρθη διὰ τοιοῦτον   
[3] χυμὸν, ῳ καχεξία τε καὶ ὕδεροι πολλάκις ήκολούθησαν. ὅσον   
[4] δ᾽ ἐν τῷ παχει τῆς ὅλης οὐσίας ἑαυτῶν τὰ βόεια κρέα τῶν   
[5] ὑείων πλεονεκτεῖ, τοσούτῳ τῇ γλισχρότητι τὰ ὕεια τῶν βοείων.   
[6] εἰς πέψιν δὲ πολὺ βελτίω τὰ τῶν ὑῶν ἐστι, τοῖς μὲν   
[7] ἀκμαζουσι καὶ ἰσχυροῖς καὶ διαπονουμένοις τὰ τῶν ἀκμαζόντων,   
[8] τοῖς δ᾽ ἄλλοις τὰ τῶν ὲτ᾽ αὐξανομένων. ὥσπερ δὲ ἐν   
[9] τοῖς ὑσὶν οἱ κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν ἐπιτήδειοι τοῖς   
[10] εὐεκτικοῖς νεανίσκοις εἰσὶν, οὕτω τῶν βοῶν οἱ πρὸ τῆς ἀκμῆς.   
[11] ξηρότερος γὰρ πολλῷ τὴν κρᾶσιν βοῦς ὑὸς, ὥσπερ γε καὶ   
[12] ἀκμάζων ἀνὴρ παιδός. εἰκότως οὑν, ὅσα μὲν φύσει ζῶα   
[13] ξηροτέραν ὲχει τὴν κρᾶσιν, ὑπὸ τῆς νεότητος εἰς συμμετρίαν   
[14] αὐτὴν ὠφελεῖται · τῶν δ᾽ ὑγροτέρων ἡ φύσις ἀπὸ   
[15] τῆς ἀκμαστικῆς ἡλικίας προλαμβάνει τὸ λοιπὸν εἰς τὴν προσἤκουσαν   
[16] εὐκρασίαν. οὐ μόνον οὐν οἱ μόσχοι τῶν τελείων βοῶν   
[17] ἀμείνους εἰς πέψιν ὲχουσι τὰς σάρκας, ἀλλὰ καὶ οἱ ἔριφοι τῶν [p. 6.663]   
[1] αἰγῶν. ᾖττον μὲν γὰρ βοὸς ὴ αἴξ ξηρὰ τὴν κρᾶσίν ἐστιν,   
[2] ἀλλ᾽ ἀνθρώπῳ καὶ σῶέ παραβαλλομένη πολὺ διαφέρει.   
[3] τῆς δὲ ὑὸς σαρκὸς πρὸς τὴν ἀνθρώπου ὁμοιότητα καταμαθεῖν   
[4] ἔνεστι κὰκ τοῦ τινας ἐδηδοκότας ἀνθρωπείων κρεῶν   
[5] ὡς χοιρείων οὐδεμίαν ἀπόνοιαν ἐσχηκέναι κατά τε τὴν γεῦσιν   
[6] αὐτῶν καὶ τὴν ὁσμήν· [ed1page:4.337] ἐφωράθη γὰρ ἤδη τοῦτο γεγονὸς   
[7] ὑπὸ πονηρῶν πανδοχέων καὶ ἄλλων τινῶν. εἰκότως οὑν   
[8] οἱ χοῖροι περιττωματικωτέραν ἡμῖν εἰς τοσοῦτον παρέχουσι   
[9] τὴν τροφὴν, εἰς ὅσον τῶν μεγάλων ὑῶν εἰσιν ὑγρότεροι. εἰκότως   
[10] δὲ καὶ ᾖττον τρέφουσιν · ἡ γὰρ ὑγροτέρα τροφὴ καὶ   
[11] ἀναδίδοται καὶ διαφορεῖται θάττον. ὑγροτάτην δὲ ἔχουσι καὶ   
[12] φλεγματώδη σάρκα καὶ οἱ ἄρνες. ἀλλὰ καὶ ἡ τῶν προβάτων   
[13] σαρξ καὶ περιττωματικωτέρα τέ ἐστι καὶ κακοχυμοτέρα, κακόχυμος   
[14] δὲ καὶ ἡ τῶν αἰγῶν μετὰ δριμύτητος. ἡ δὲ τῶν   
[15] τράγων χειρίστη καὶ πρὸς εὐχυμίαν καὶ πρὸς πέψιν, ἐφεξῆς   
[16] δε ἡ τῶν κριῶν, εἷθ' ἡ τῶν ταύρων. ἐν ἃπασι δὲ τούτοις   
[17] τὰ τῶν εὐνουχισθέντων ἀμείνω, τὰ δὲ πρεσβυτικὰ χείριστα   
[18] πρὸς πέψιν καὶ πρὸς εὐχυμίαν καἴ πρὸς θρέψιν, ὥσπερ καὶ [p. 6.664]   
[1] τῶν ὑῶν αὐτῶν, καίτοι υγρῶν ὄντων τὴν κρᾶσιν, οἱ γηράσαντες   
[2] ἔνια δὴ καὶ ξηρὰν καὶ δύσπεπτον ἐχουσι τὴν σάρκα.

[3] καί η τῶν λαγωων οε σαρξ αιματος μεν εστι παχυτερου γεννητικὴ,   
[4] βελτίων δὲ εἰς εὐχυμίαν, ἤ κατὰ βοῦς καὶ πρόβατα.   
[5] κακόγαμος δὲ τούτων οὐχ ηττόν ἐστι καὶ ἡ τῶν ἐλάφων καὶ   
[6] δύσπεπτος. ἡ δὲ τῶν ἀγρίων ἄνων, ὅσοι γ᾽ εὔύκτοι καὶ νέοι,   
[7] πλησίον ἤκει τοῖςδε. καίτοι καὶ τῶν ἡμέρων ὄνων γηρασάντων   
[8] ἔνιοι τα κρέα προσφέρονται, κακοχυμοτατα καὶ δυσπεπτοτατα   
[9] καὶ κακοστομαχα καὶ προσέτι καὶ ἀηδῆ κατ᾽ ἐδωδὴν   
[10] ὄντα, καθάπερ καὶ τὰ τῶν ἵππων τε καὶ καμήλων, ὧν   
[11] καὶ αὐτῶν ἐσθίουσιν οἱ ὀνωδεις τε καὶ καμηλώδεις ὰνθρωποι   
[12] τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα. καὶ τῶν ἄρκτων δ᾽ ἔνιοι προσφέρονται,   
[13] καὶ τὰ τούτων ἔτι χείρω λεόντων τε καὶ παρδάλεων,   
[14] ἤτοι γ᾽ ἀπαξ ἕψοντες, ἤ δίς. εἴρηται δὲ ἔμπροσθεν,   
[15] ὁποῖον τι τὸ δὶς ἕψειν ἐστιλ περὶ δὲ τῶν κυνῶν τί δεῖ καὶ   
[16] λέγειν ; [ed2page:6.374] ὡς τους νέους τε καὶ λιπαροὺς αὐτῶν, καὶ μάλισθ᾽   
[17] ὅταν εὐνουχισθῶσι, κατ ἔνια τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσι πάμπολλοι. [p. 6.665]   
[1] και προς τούτοις τά τε τῶν πανθήρων οὐκ ὀλίγοι,   
[2] καθάπερ γε και τα τῶν όνων, ὅταν εὐεκτοῦντες τύχωσιν,   
[3] ωσπερ οἱ αγριοι. ταῦτα μὲν οὐ μόνον ἐσθίουσιν, ἀλλὰ καὶ   
[4] επαινοῦσιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν. τα δὲ τῶν ἀλωπέκων ἐν φθινοπωρῳ   
[5] και οι παρ ημῖν κυνηγέται προσφέρονται · πιαίνονται   
[6] γαρ υπο τῶν σταφυλῶν. καὶ τῶν αλλων δὲ ζώων ὅσα τὰς   
[7] οἰκείας αφθονως τροφὰς ἐχουσι, ταῦτα πολὺ βελτίω σφῶν   
[8] αυτῶν εις εδωδην γίνονται, καθάπερ γε καὶ χείρω τἀναντια.   
[9] και οσα γε τας εκ της γης ανιουσας ποας ἡ τῶν δένδρων   
[10] ακρεμονας η βλαστας ἐσθίει, καθ ον ἃν καιρὸν εὐπορῆ δαψιλῶς   
[11] τουτων, εὐεκτικώτερα γίνεται καὶ πιαίνεται καὶ πρὸς   
[12] τροφην ημῖν επιτηδειοτερα παντα καθίσταται. καὶ διὰ τοῦτο   
[13] τα μεν την βαθεῖαν πόαν νέμεσθαι δεόμενα λεπτὰ καὶ   
[14] κακοχυμα γινεται κατα τε τον χειμῶνα καὶ τὰ πρῶτα καὶ   
[15] μεσα τοῦ ηρος, ωσπερ οἱβοες, ευχυμοτεροί τε καὶ παχύτεροι   
[16] σαφως γινομενοι του χρονου προῖοντος, οταν αὐξάνηται καὶ   
[17] παχυνηται καὶ εἰς εὐκάρπησιν ἡ πόα προέρχηται · τὰ δ᾽ ὑπὸ

[18] της μικράς τρεφεσθαι δυναμενα βελτίω κατά τε τὰ πρῶτα [p. 6.666]   
[1] καὶ τὰ μέσα τοῦ ηρος ἐστιν, ὧσπερ τὰ πρόβατα· κατὰ δὲ   
[2] τὴν ἀρχὴν καὶ τὰ μέσα τοῦ θέρους αἱ αἶγες, ἡνίκα βλάσται   
[3] πλεῖσται θάμνων εἰσὶν, ἃς ἔθος αὐταῖς ἐσθίειν, ὅταν οὐν   
[4] ἀκούσῃς μου παραβάλλοντος ἀλλήλοις εἴδη ζώων, ἐξέταζε   
[5] καὶ κρῖνε καὶ βασάνιζε καὶ τῇ πείρᾳ τὸν λόγον , οὐ ἴτ ὁ καλῶς   
[6] τεθραμμένον τε καὶ πῖον ἰσχνῷ καὶ ἀτρόφῳ παραβάλλων,   
[7] οὐδὲ τὸ νέον τῷ γεγηρακότι , (μοχθηρὰ γὰρ ὴδε καὶ ἄδικος ἤ   
[8] κρίσις,) ἀλλὰ τὸ καθ᾽ ἕκαστον εἶδος καὶ γένος, ἤ ὅπως ἂν   
[9] θέλοις ὀνομάζειν, ἄριστα διακείμενον ἑτέρῳ τοιούτῳ, οὐκ   
[10] οὐν ἔτι δεήσομαι λόγων μακρῶν εἰς τὸ τὰ καθ᾽ ἕκαστον   
[11] ἔθνος ἐπιχώρια τῶν ζώων α΄ταντα διέρχεσθαι, καθάπερ ἐν   
[12] Ὑβηρίᾳ τὸ τοῖς λαγωοῖς ὅμοιον ζωύφιον, ὃ καλοῦσι κουνίκου-·.   
[13] λον, ἐν Ἀευκανίᾳ δὲ τῆς Ἐναλίας τὸ μεταξύ πως ἄρκτου τε   
[14] καὶ συὸς, ὥσπερ γε καὶ τὸ τῶν ἀρουραίων μυῶν καὶ τῶν καλουμένων   
[15] ἐλειῶν ἐν μέσῳ , κατά τε τὴν αὐτὴν χώραν τῆς Ἱταλίας   
[16] ἐν ἄλλοις τε πολλοῖς τόποις ἐσθιόμενον. ὅσα γὰρ εὕτροφα   
[17] τῶν τοιούτων ζώων ἐστὶ καὶ σαφῶς πίονα, ταῦτα τῆ [p. 6.667]   
[1] πείρᾳ βασάνιζε, τοὺς τρόπους τῆς σκευασίας αὐτῶν, οὕς ἐξ   
[2] ἐμπειρίας ἔμαθεν ἕκαστος τῶν ἐπιχωρίων, ἀκούων τε καὶ   
[3] μανθάνων παρ᾽ ἐκείνων. ὁποία δ᾽ ἐστὶν ἡ δύναμις αὐτῶν   
[4] ἑκάστου, ἤδη σοι πάρεστι καὶ παρ ἐμοὐ μανθάνειν- ὅσα μἔν   
[5] γαρ ὁπτῶντες ἤ τηγανίζοντες ἐσθίουσι, ξηροτέραν τροφὴν   
[6] διδοασι τῷ σώματι, ὅσα δὲ ἐν ὕδατι προαφέψουσιν, ὑγροτέρατ,   
[7] ὅσα δ᾽ ἐν ταῖς λοπάσιν ἀρτύοντες, ἐν τῷ μεταξὺ   
[8] τούτων ἐστιλ καὶ τούτων δ᾽ αὐτῶν οὐ σμικρὰ διάφορα γινεται   
[9] παρὰ τὸν τρόπον τῆς ἀρτύσεως, ὅσα μἔν γὰρ δαψιλῶς   
[10] οινου εχει κατ γαρου, ξηροτερα τῶν μη εχοντων εστι· τα δε   
[11] τούτων μὲν ἐνδεέστερα, ἤτοι δὲ σίραιον ἔχοντα πλέον, ὅ   
[12] τινες ἕψημα καλοῦσιν , ἤ κατὰ τὸν ὀνομαζόμενον ἁπλοῦν καὶ   
[13] λιτὸν καὶ λευκὸν ζωμὸν ἤψηται, πολλῷ τῶν προειρημένων   
[14] ἐστὶν ὑγρότερα· τὰ δὲ ἀπὸ ὕδατος μόνου καὶ τούτων ἐστὶν   
[15] ἔθ' ὑγρότερα. μεγίστη δὲ ἐν τῇ σκευασίᾳ διαφορὰ γίνεται καὶ   
[16] κατὰ τὴν τῶν ἐπεμβαλλομένων αὐτοῖς δύναμιν, ἀπάντων   
[17] μὲν ξηραινόντων, ἀλλ᾽ ἤτοι μᾶλλον ἤ ἦττον. ἔστι δὲ ταῦτα   
[18] σπέρματα μὲν ἀνήθου καὶ σελίνου καὶ κάρου καὶ λιβυστικοῦ [p. 6.668]   
[1] [ed2page:6.375] καὶ κυμίνου καί τινα τοιαῦθ ἕτερα, τῶν φυτῶν δ᾽   
[2] αὐτῶν πράσα καὶ κρόμμυα καὶ ἄνηθα καὶ θύμα καὶ θύμβρα   
[3] καὶ γλήχων καὶ ἡ εὐώδης μίνθη καὶ ὀρίγανος, ὅσα τε ἄλλα   
[4] τοιαῦτα , τῆς ὁψαρτυτικῆς ὄντα πραγματείας, ἤν νῦν οὐ πρόκειται   
[5] διέρχεσθαι, τὴν παραβολὴν δὲ τῆς διαφοράς τῶν ζώων   
[6] ὥσπερ ἔμπροσθεν ἔφαμεν χρῆναι ποιεῖσθαι τῶν ἄριστα ταῖς   
[7] ἔξεσέν ἐχόντων, οὕτω καὶ νῦν τῶν ἐσκευασμένων κάλλιστα   
[8] γινέσθω. ταῦτα μὲν οὐν αὐταρκη σοι περὶ τῆς τῶν πεζῶν   
[9] ζώων σαρκὸς ἠκηκοέναι· περὶ δὲ τῶν ἄλλων μορίων, ὡς   
[10] ἔχει τῆς δυνάμεως, ἐφεξῆς ἀκούσῃ μετὰ τὸν περὶ τῶν κοχλιῶν   
[11] λογονν

### [chapter:3]

[12] [Περὶ κοχλιῶν.] Ὅτι μὲν οὑν οὔτε ἐν τοῖς   
[13] πτηνοῖς, ουτε ἐν τοῖς ἐνύδροις ἀριθμεῖσθαι δεῖ τοῦτο τὸ   
[14] ζῶον, αντικρυς δῆλον. εἰ δὲ μηδ᾽ ἐν τοῖς πεζοῖς αὐτοῦ μνημονεύσομεν,   
[15] ουδ᾽ ὅλως ἐροῦμέν τι περὶ τῆς ἐκ κοχλίου τροφῆς.   
[16] οὐ μην ουδὲ παραλιπεῖν εὔλογον, ὥσπερ τοὺς ἐκ τῶν   
[17] ξυλων σκωληκας, ἐχίδνας τε καὶ τοὺς ἄλλους ὄφεις, ὅσα τε   
[18] κατ Ἀὶγυπτον καὶ ἄλλα τινὰ τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσιν · οὔτε [p. 6.669]   
[1] γαρ εκεινων τις αναγνωσεται ταῦτα, καὶ ἡμεῖς οὐκ ἄν ποτε   
[2] φαγοιμεν τῶν εκείνοις ἐδωδίμων. κοχλίας δὲ ὁσημέραι πάντες   
[3] Ελληνες εσθίουσιν, ἔχοντας μὲν σκληρὰν τὴν σάρκα, καὶ διὰ   
[4] τοῦτο δυσπεπτον, εἰ δὲ πεφθείη, τροφιμωτάτην.. ὑπάρχει   
[5] δ αυτοῖς, ωσπερ τοῖς οστρακοδέρμοις, χυλὸς ὑπακτικὸς γαστρος,   
[6] καὶ δια τοῦτο τινὲς ἀρτύοντες αὐτοὺς δι᾽ ἐλαίου καὶ   
[7] γαρου καὶ ρπνου τῷ γενομένῳ ζωμῷ χρῶνται πρὸς διαχώρησιν   
[8] τῶν κατα την κοιλίαν. εἰ δὲ θελήσεις ὡς τροφίμῳ μόνῳ   
[9] ἐδέσματι χρησασθαι τῇ σαρκὶ τοῦ ζώου τούτου, προαφεψήσας   
[10] ἐν ὕδατι μεταθήσεις εἰς ἕτερον ὕδωρ, εἶτα ἐν ἐκείνω   
[11] πάλιν ἐψήσαςῳὕτως ἀρτύσεις τε καὶ τὸ τρίτον ἑψήσεις ἄχρι   
[12] τοῦ κατατάκερον ἀκριβῶς γενέσθαι τὴν σάρκα. σκευασθεῖσα   
[13] γὰρ οὕτως ἐφέξει μὲν τὴν γαστέρα, τροφὴν δὲ ἱκανὴν παρέξει   
[14] τῷ σώματι.

### [chapter:4]

[15] [ed1page:4.338] [Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ἀκρέων   
[16] μορίων.] Ἀκρεα μορια τῶν πεζῶν ζώων ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι,   
[17] ποδας καὶ ῥυγχη καὶ ωτα, καὶ τοὐπίπαν δὲ δύ ὕδατος   
[18] ἕψοντες αυτα προσφέρονται μετ᾽ ὄξους καὶ γάρου, ποτὲ [p. 6.670]   
[1] δὲ καὶ νάπυος, ἔνιοι δὲ καὶ δύ ἐλαίου καὶ γάρου, προσεπιχέοντες   
[2] οἶνον , εἰσὶν δὲ οι καὶ μετὰ λαχάνων, ἤτοι γε ἒξ ὕδατος   
[3] ἑψημένων, ἤ κατὰ τὰς λοπάδας ἡρτυμένων. οἱ δὲ πόδες   
[4] ἐπιτηδειότατοι τῶν χοίρων εἰσὶν, ἐπεμβληθέντες ἑψημένη πτισάνῃ,   
[5] κἀκείνην ἐργάσασθαι κρείττονα, καὶ αὐτοὶ μαλακώτεροι   
[6] γενέσθαι , καὶ διὰ τοῦτο βελτίους εἴς τε τὴν ἐν τῷ στόματι   
[7] καὶ τῇ γαστρὶ κατεργασίαν. διαφορα μὲν οὐν ἐστιν οὐκ   
[8] ὐλίγη καὶ παρα τὸν τρόπον τῆς σκευασίας οὐ μόνον ἐν τοῖς   
[9] ἀκρέοις μέρεσι τῶν ζώων, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἃπασιν, ἤν   
[10] ἐπιπλέον ἐν τοῖς ὁψαρτυτικοῖς ἐροῦμεν· οσον δ᾽ ἐπ᾽ αὐτοῖς   
[11] τοῖς μορίοις, αἱ καθ᾽ ὅλου διαφοραὶ κατα τηνδε τὴν πραγματείαν   
[12] δηλοῦνται μόναι, παραβαλλομένων αὐτῶν ἀλλήλοις, ὡς   
[13] εἰ καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐσκεύαστο , ὡς καὶ πρόσθεν εὕρηταϊ   
[14] δικαία γὰρ ἡ τοιαύτη παραβολή. [ed2page:6.376] τὰ τοίνυν   
[15] ἄκρεα μόρια τοῦ σώματος ἤκιστα μὲν ὲχει πιμελὴν, ἤκιστα   
[16] δὲ καὶ τὴν σαρκώδη φύσιν, ἐπικρατεῖ δ᾽ ἐν αὐτοῖς τό τε   
[17] νευρῶδες καὶ τὸ δερματῶδες, οὐ τοῦ τοιούτου νεύρου καὶ δέρματος,   
[18] οἷον τὸ καθ᾽ ὅλον σῶμα· γεγύμνασται γὰρ ἐν τοῖς [p. 6.671]   
[1] ἀκρέοις μᾶλλον. ἔστι δὲ καὶ διὰ τοῦτο καὶ γλισχρότερα καὶ   
[2] γαρ καὶ νεῦρον καὶ δέρμα πὰν ἑψομενον εἰς τοιαύτη· ἀφικνεῖται   
[3] φύσιν. εἰκότως οὑν ἐλάττονα μὲν τροφὴν διδέασι τῷ   
[4] σώματι, ῥῆον δὲ ὑπέρχεται κατὰ τὴν γαστέρα διὰ τὴν   
[5] γλισχρότητα. βελτίους δὲ οἱ ποδες τῶν ὑῶν εἰσι τοῦ ῥύγχους,   
[6] ωσπερ καὶ τοῦτο τῶν ωτωθ ἐκεῖνα γὰρ ἐκ μόνου συνέστηκε   
[7] χόνδρου καὶ δέρματος. ἐστι δὲ ὁ χόνδρος ἐν μὲν τοῖς τελείοις   
[8] ζώοις ἄπεπτος παντάπασιν, ἐν δ᾽ ἔτι αὐξανομένοις, ὅταν   
[9] καλῶς ἐν τῷ στόματι λειωθῇ, πεπεμμένος τε καὶ τροφἤν ὁλιγην   
[10] δίδωσι τῷ σώματι, κατα δὲ τὴν αὐτὴν ἀναλογιῶν ἐπὶ   
[11] τῶν αλλων ζώων ακουε τοῦ νῦν εἰρημένου ἡμῖν λόγου. καθ᾽   
[12] ὅσον γὰρ αὐτῶν αἱ σαρκες εἰς ἀρετὴν ἀπολείπονται Τροφῆς   
[13] τῶν ὑῶν, κατὰ τοσοῦτον καὶ τῶν ἀκρέων ἐν υἴ μορίων ἐστι   
[14] χείρω τὰ κατ᾽ ἐκεῖνα τὰ ζῶα. εὔδηλον δ᾽, οτι νευρώδη μόρια   
[15] τὰ κατὰ τοὺς πόδας ὀνομάζω καθ᾽ ὁμοιότητα τὴν   
[16] προς τὸ κυρίως καλούμενον νεῦρον, ὃ τὴν γένεσιν ἐξ ἕγκεφάλου   
[17] καὶ νωτιαίου λαμβανει. τὰ δ᾽ ἐν τοῖς ἀκρέοι; νευρώδη   
[18] σώματα καθ᾽ ομοιοτητα μὲν οὕτως ὀνομάζεται, σύνδεσμοί. [p. 6.672]   
[1] δ᾽ εἰσὶ τῶν ὀστῶν ἀναίσθητοι καί τινες ἐπ αὐτοῖς   
[2] τένοντες.

### [chapter:5]

[3] [Περὶ τῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις γλώττης.]   
[4] Ὑδιότης τῆς οὐσίας ἐστὶν ἐν τῷδε τῷ μορίῳ χαυνοτέρας τε   
[5] καὶ ἐναιμοτέρας σαρκός. αἱ γὰρ ἀκριβεῖς σάρκες οἱ μύες   
[6] εἰσὶ κιτὶ τούτων αὐτῶν τὰ μέσα μάλιστα. πολλοὶ γὰρ ἐν   
[7] τοῖς πέρασιν ἑαυτῶν εἰς τένοντας ἀξιολόγους τελευτῶσιν, οὕς   
[8] ἀπονευρώσεις μυῶν οἱ πολλοὶ τῶν ἰατρῶνὠνομάζουσιν. εὐμεγίστους   
[9] δὲ τούτους γεννῶσιν οἱ εἰς τὰ τῶνκωλων πέρατα καθὴκοντ᾽ες   
[10] μύες. ἀλλὰ καὶ τὰς κεφαλὰς ἔχουσιν ἔνιοι τῶν μυῶν   
[11] νευρώδεις. καὶ τῆς γλώττης δ᾽ αὐτῆς, ἤν ἐξαιροῦντες τῶν   
[12] ὑῶν ἕψουσιν οἱ μαγειροι, το μὲν ἴδιον σῶμα χαύνη τίς   
[13] ἐστιν, ὡς εἴρηται, σὰρξ, οὐ μην μόνην ταύτην ἐξαιροῦσιν,   
[14] οὐδ᾽ .ἕψουσι μόνην, ἀλλὰ μετά τε τῶν ἐμφυομένων μυῶν,   
[15] ὡς τὰ πολλὰ δὲ καὶ σὺν ἐπιγλωττίδι καὶ λάρυγγι, καὶ τῶν ἐνταῦθα   
[16] ἀδένων τῶν τε γλώττης ἰδίων οἴ τὸ σίαλον γεννῶσι, καὶ   
[17] τῶν κατὰ τὰ παρίσθμια καὶ τον λαρυγγα. το μὲν γὰρ τῶν   
[18] ἀρτηριῶν καὶ φλεβῶν καὶ νευρων κοινον τῆς γλώττης καὶ [p. 6.673]   
[1] προς τας αλλας σαρκας ἐστὶ, καὶ γὰρ ἐκεῖνα σὺν τούτοις   
[2] εσθιεται, πλην οτι μείζω τε καὶ πλείω τοῦ κατὰ τὴν ἀναλογίαν   
[3] μεγεθους υπαρχει τῷ μορίῳ τῷδε τὰ τρία γένη τῶν   
[4] αγγειωνι ητις δε δυναμίς ἐστι της ἐκ τῶν ἀδενωδῶν σωμάτων   
[5] τροφῆς, ἑξῆς ἄκουε.

### [chapter:6]

[6] [Περὶ αδένων.] Τοσοῦτον ἀποκεχώρηκεν   
[7] η τῶν αδενων ουσία της κατα την γλῶτταν, ὅσον ἐκείνη τῶν   
[8] σαρκῶν. ου μην ισον γε παντες [ed2page:6.377] ἀκριβῶς διεστήκασιν,   
[9] αλλ οι μεν παρακείμενοι καὶ ψαυοντες αὐτῆς ὅμοιοί πώς   
[10] εισι τοῖς κατα τους τιτθους, οταν γε μήπω μεστοὶ γάλακτος   
[11] ὡσιν. ου γαρ δάα παντος ἐργαζονται τὸ σφέτερον ἔργον οἱ   
[12] κατα τους τιτθους αδενες, ωσπερ οἷ ἔ ἄλλοι σχεδὸν ἄπαντες,   
[13] οἷ τε τῆς γλωττης. οἱ μὲν γὰρ ταύτης εἰς σιάλου γένεσιν ὑπὸ   
[14] τῆς φύσεως παρεσκευάσθησαν, οἱ δὲ ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀραιοὶ   
[15] μεν γίνονται καὶ χαυνοι καὶ γαλακτος πλήρεις ἐπὶ ταῖς κυήσεσιν,   
[16] εν ῷ δε ουκ ἔχουσι χρόνῳ τὸ γάλα, συστέλλονταί τε   
[17] και πυκνοῦνται, διαφέροντες αλλήλων τοιαύτην διαφορὰν,   
[18] οἵαν οἱ δᾶαβροχοι σπογγοι τῶν ἐσκελετευμένων · οὕτω γὰρ [p. 6.674]   
[1] ὀνομάζουσιν ὧν ἂν ἐκθλίψαντες ἃπασαν τὴν ὑγρότητα   
[2] σφίγγωσί τε καὶ συνάγωσιν ὅλον τῶ σῶμα, δεσμοὺς περιβάλλοντες.   
[3] εἰσὶ δὲ καὶ κατὰ τὴν φάρυγγα καὶ λάρυγγα τοιοῦτοί   
[4] τινες ἀδόνες , ὥσπερ κὰν τῷ μεσεντερίῳ , ἀλλ᾽ ουτοι μὲν σμικροὶ   
[5] καὶ διὰ τοῦτο τοὺς πολλοὺς λανθάνουσιν, οἱ δὲ κατὰ   
[6] τὰ παρίσθμια καὶ τὸν λάρυγγα σαφεῖς τέ εἰσι καὶ μεγάλοι.   
[7] καὶ ἄλλοι δὲ κατὰ πολλὰ μέρη τοῦ σώματος ἀδένες εἰσὶ σμικροὶ,   
[8] σχίσεις ἀγγείων στηρίζοντες. οὐ σμικρὸς δ᾽ ἀδήν ἐστιν   
[9] οὐδ᾽ ὁ καλούμενος θύμος, ἀλλὰ καὶ πάνυ μέγιστος ἐπὶ τῶν   
[10] νεογενῶν ζώων, αὐξανομένων δὲ μικρότερος γίνεται. πάντων   
[11] δ᾽ οὐν αὐτῶν κοινὸν, ἡδεῖς τε καὶ ψαθύρους φαίνεσθαι   
[12] κατὰ τὴν ἐδωδήν · οἱ δ᾽ ἐν τοῖς τιτθοῖς, ὅταν ὲχωσι γάλα, καὶ   
[13] τῆς ἐκείνου τι γλυκύτητος ἐμφαίνουσι, καὶ διὰ τοῦτο περισπούδαστόν   
[14] ἐστι τοῖς λίχνοις ἔδεσμα πλήρεις γάλακτος οἱ   
[15] ἀδένες ουτοι γενομενοι, καὶ μάλιστα οἱ ἀπὸ τῶν ὑῶν. ἡ δὲ ἐξ   
[16] αὐτῶν τροφὴ, καλῶς μὲν πεφθέντων ἐν γαστρὶ, ἐγγὺς μὲν   
[17] τῇ κατὰ τὰς σάρκας ἐστὶν, ἐλλιπέστερον δὲ κατεργασθέντων,   
[18] τὸν ὠμὸν ἤ τὸν φλεγματώδη χυμὸν γεννᾶ , τῶν μὲν ὑγροτέρων [p. 6.675]   
[1] Ἡδύνων τὸν φλεγματώδη, τῶν δὲ σκληροτέρων τὸν   
[2] ωμὸν, ὑπὲρ οὑ ἔμπροσθεν εἴρηται. ὄντες δ ἐκ τοῦ γένους   
[3] τῶν ἀδένων οἱ ὄρχεις οὐχ ὁμοίως εἰσὶν εὔχυμοι τοῖς κατὰ   
[4] τοὺς τιτθοὺς, ἀλλά τι καὶ βρωμῶδες ἔχουσιν, ἐνδεικνύμενοι   
[5] την τοῦ σπέρματος, ὃ γεννῶσι, φύσιν, ὥσπερ οἱ νεφροὶ τὴν τοῦ   
[6] ουρου. καὶ μέντοι καὶ πεφθῆναι πολὺ χείρους εἰσὶν, οῖ γε   
[7] τῶν πεζῶν ζώων· οἱ γὰρ τῶν σιτευθέντων ἀλεκτρυόνων ἡδιστοί   
[8] τε ὑπάρχουσι καὶ τὴν τροφὴν χρηστὴν τῷ σώματι διδόα·.   
[9] σι. καὶ οἱ παρακείμενοι δὲ τῷ τραχήλῳ τῆς κύστεως ἀδόνες   
[10] ἐγγύς τι τῶν ὄρχεών εἰσι τὴν φύσιν. ἔνιοι δὲ ἐν τοῖς ἁδέσι   
[11] καὶ τοὺς νεφροὺς ἀριθμοῦσιν ἔχειν γὰρ ἀδενῶδές τι καὶ ουτοι   
[12] δοκοῦσιν αὐτοῖς. κακόχυμοι δέ εἰσιν ἱκανῶς καὶ δύσπεπτοι,   
[13] καθάπερ οἱ τῶν ἐπὶ πλέον ηὐξημένων ζώων ὄρχεις,   
[14] ὅταν ἐκτέμνοντες αὐτοὺς ἐσθίωσιν · ἀμείνους γὰρ οἱ τῶν   
[15] νεωτέρων εἰσίν. οἱ δὲ τῶν ταύρων καὶ τράγων καὶ κριῶν   
[16] ἀηδεῖς καὶ δύσπεπτοι καὶ κακόχυμοι.

### [chapter:7]

[17] [ed1page:4.339] [Περὶ ὅρχεων.] Τοὺς ὄρχεις τῶν   
[18] νέων ὑῶν καὶ βοῶν ἐκτέμνουσι παρ ἡμῖν οὐ τῆς αὐτῆς ἕνεκα [p. 6.676]   
[1] χρείας, ἀλλὰ τῶν μὲν ὑῶν τῆς ἐδωδῆς, (καὶ γὰρ ἡδίων καὶ   
[2] τροφιμωτέρα γίνεται καὶ πεφθῆναι βελτίων ἡ σὰρξ τῶν ἐκτμηθέντων   
[3] ὑῶν,) τῶν δὲ βοῶν ἕνεκα τῆς εἰς τὴν γεωργίαν   
[4] χρείας, δυσπειθεῖς γὰρ [ed2page:6.378] αὐτῆς εἰσιν οἱ ταῦροι. τῶν   
[5] δ᾽ αἰγῶν καὶ τῶν προβάτων κατ ἀμφοτέρας τὰς χρείας ἐκτέμνουσι   
[6] τοὺς ὄρχεις. εἰσὶ δ᾽ ἄπαντες οἱ τῶν εἰρημένων ζώων   
[7] ὄρχεις δύσπεπτοι καὶ κακόχυμοι, πεφθέντες δὲ καλῶς τρόφπμοι.   
[8] τὸ δ᾽ ηττον καὶ μᾶλλον ἐν αὐτοῖς ἀνάλογόν ἐστι τῷ   
[9] κατὰ τὰς σάρκας εἰρημένῳ. εἰς ὅσον γὰρ τῶν ὑῶν σὰρξ τῆς   
[10] τῶν ἄλλων ἐστὶ βελτίων, εἰς τοσοῦτον καὶ ὄρχεις τῶν ὄρχεῳν.   
[11] μόνοι δ᾽ οἱ τῶν ἀλεκτρυόνων ἄριστοι κατὰ πάντα, καὶ   
[12] μάλιστα τῶν σιτευθέντων.

### [chapter:8]

[13] [ Περὶ ἐγκεφάλου.] Φλεγματικώτερόν ἐστι   
[14] καὶ παχύχυμον ἔδεσμα, καὶ βραδύπορον καὶ δύσπεπτον, οὐχ   
[15] ἤκιστα δὲ καὶ κακοστόμαχον ἀπας ἐγκέφαλος. ἐξαπατώμενοι   
[16] δὲ ὑπὸ τῆς μαλακότητος αὐτοῦ διδόασιν ἔνιοι τοῖς κάμνουσιν,   
[17] ὄντα πρὸς τοῖς ἄλλοις καὶ ναυτιώδη. βάλλον οὐν ὅταν [p. 6.677]   
[1] ἐμέσαι τινὰ βουληθῇς ἀπὸ τροφῆς, καἴ τούτου μόριον αὐ-..   
[2] τῷ δίδου λιπαρῶς ήρτυμένον ἐν τοῖς τελευταίοις προσενέγκασθαι,   
[3] φυλαττου δὲ ἐπὶ τῶν ἀνορέκτων, οὕς ἀποσίτους   
[4] ἐκαλουν οἱ παλαιοί. εἰκότως σύν οὐδ᾽ ἐσθίει τις ὕστερον   
[5] αυτὸ τῶν ἄλλων ἐδεσμάτων, τῆ πείρᾳ δεδιδαγμένων ἀπάντων,   
[6] οπως ἐστὶ ναυτιωδης. εὐλόγως δὲ καὶ σὺν ὀριγάνῳ πολλοὶ   
[7] προσφέρονται , καθαπερ ἔνιοι μετὰ τῶν ποικίλως ἡρτυμένων   
[8] ἀλῶν, ἃτε γὰρ παχύχυμος ὧν καὶ περιττωματικὸς, ἀμείνων   
[9] ἔμειν γίνεται τὰ πάντα , μετὰ τῶν τεμνόντων καὶ θερμαινόντων   
[10] σκευασθείς, εἰ μέντοι καλῶς πεφθῇ, τροφὴν ἀξιόλογον   
[11] δίδωσι τῷ σώματι.

### [chapter:9]

[12] [Περὶ τοῦ ἐν τοῖς ὀστοῖς μυελοῦ.] Γλυκύτερος   
[13] καὶ ἡδίων ἐστὶ καὶ λιπαρώτερος ὁ ἐν τοῖς ἷὁστοῖς᾽   
[14] εὑρισκόμενος μυελὸς τοῦ ἐγκεφάλου · ὥστ , εἴ τις ἐκ παραι   
[15] βολῆς αὐτῶν γεύοιτο , δόξει τι καὶ αὐστηρὸν ὲχειν τὸν ἐγκέφαλον.   
[16] ἔστι δὲ καὶ ναυτιῶδες ἔδεσμα πλείων προσενεχθεὶς   
[17] ὁ μυελὸς, ὥσπερ καὶ ὁ ἐγκέφαλος, εἴγε μὴν καλῶς πεφθείη,   
[18] τρόφιμός ἐστι καὶ αὐτός. Α ·

[p. 6.678]

### [chapter:10]

[1] [Περὶ νωτιαίου μυελοῦ.] Ὅ νωτιαῖος μυελὸς   
[2] ὁμογενὴς μέν ἐστιν ἐγκεφαλῳ, κακῶς δὲ ὀνομάζεται μυελός·   
[3] ἔστι γὰρ μυελὸς ὑγρότερός τε καὶ μαλακώτερος καὶ λιπαρώτερος   
[4] οὐ μόνον τοῦ νωτιαίου, ἀλλὰ καὶ αὐτοῦ τοῦ   
[5] ἐγκεφάλου. ἐπεὶ δ᾽ ὕπο τῶν κατὰ τὴν ῥάχιν ὀστῶν περιέχεται,   
[6] παραπλήσιος ὧν κατὰ τὴν χρόαν μυελῷ, διὰ τοῦτο μυελὸν   
[7] ὀνομάζουσιν αὐτὸν, ὥσπερ γε καὶ αὐτὸν τὸν ἐγκέφαλον   
[8] ἔνιοι προσηγόρευσαν ὡσαυτως. ἔστι δ᾽ ὁ νωτιαῖος μυελὸς   
[9] συνεχὴς μὲν τῷ ἐγκεφάλῳ καὶ τῆς αὐτῆς φύσεως αὐτῷ , σκληρότερος   
[10] δ᾽ οὐκ ὁλίγῳ , καὶ μάλιστα ἐν τοῖς κάτω τῆς ῥάχεως   
[11] πέρασιν · εἰς ὅσον γὰρ ἀφίσταται τοῦ ἐγκεφάλου, τοσοῦτον   
[12] μᾶλλον σκληρύνεται. λιπαρότητός τε οὐν ἤκιστα μετέχει καὶ   
[13] δια τοῦτο καὶ τὸ ναυτιῶδες ἐκπέφευγε, κἂν πεφθῇ καλῶς, τροφην   
[14] οὐκ ὁλίγην δίδωσι τῷ σωματι.

### [chapter:11]

[15] [ed2page:6.379] [Περὶ πιμελῆς καὶ στέατος.] Ἐλαιώδη   
[16] μὲν ἄμφω ταῦτα, διαφέρει δὲ ἀλληλων ὑγρότητι καὶ ξηρότητι.   
[17] πιμελὴ μὲν γὰρ ὑγρόν τι χρῆμά ἐστι παραπλήσιον   
[18] ἐλαίῳ διὰ μακρὰν παλαιότητα πεπαχυμμένῳ· τὸ στέαρ δὲ [p. 6.679]   
[1] ξηρότερόν ἐστι πιμελῆς πολλῷ, καὶ διὰ τοῦτο , κᾂν θερμήνας   
[2] αὐτοῦ καταχέῃς, συνίσταται καὶ πήγνυται ῥᾳδίως. ὁλιγότροφα   
[3] δὲ ἄμφω καὶ μᾶλλον ἡδύσματά ἐστι τῶν τρεφουσῶν   
[4] ἡμάς σαρκῶν , ἤ αὐταὶ τροφαί,

### [chapter:12]

[5] [Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις σπλάγχνων.]   
[6] Το μὲν ηπαρ απάντων τῶν ζώων παχύχυμόν τέ ἐστι καλ   
[7] δυσπεπτον, καὶ βραδύπορον ὑπάρχον. ἄμεινον δ᾽ ἐν αὐτοῖς,   
[8] ουκ εἰς ἡδονην μόνον, αλλα καὶ εἰς τἄλλα, τὸ συκωτὸν ὁνομαζόμενόν   
[9] ἐστι , τῆς προσηγορίας ταύτης τυχὸν, ἐπειδὴ πολλῶν   
[10] σύκων ξηρῶν ἐδωδῇ τοῦ μέλλοντος σφάττεσθαι ζώου   
[11] τοιοῦτον παρασκευάζουσιν αὐτό· ὃ πράττουσιν οὕτως ἐπὶ   
[12] τῶν ὑῶν μάλιστα διὰ τὸ φύσει τὰ τούτου τοῦ ζώου   
[13] σπλαγχνα πολυ τῶν ἐν τοῖς αλλοις ὑπάρχειν ἡδίω. γίνεται   
[14] δὲ κἀκεῖνα σφῶν αὐτῶν ἀμείνω, φαγόντος τοῦ ζώου πολλὰς   
[15] ἰσχαδας · αλλ ουκ ευλογον εἶναι δοκεῖ τοῖς ἀνθρώποις ὕπερβάσι   
[16] το φύσει καλλιον ἐπὶ τὰ χείρω παραγίνεσθαι, τῶν δὲ   
[17] αλλων σπλαγχνων σ μὲν σπλην οὐδὲ πρὸς τὴν γεῦσιν ἀκριβῶς   
[18] ἡδύς ἐστιν, (ἐχει γάρ τι στρυφνὸν ἐμφαινόμενον,) εὶκότως [p. 6.680]   
[1] δὲ καὶ κακόχυμος εἷναι πεπίστευται, μελαγχολικοῦ γεννητικος   
[2] αἵματος ὑπάρχων. ἀμφοῖν δ᾽ εὐπεπτότερος, ὅσῳ καὶ   
[3] αραιοτερος, ὁ πνεύμων ἐστὶ, παμπόλλῳ γε μὴν ἥπατος εἰς   
[4] θρέψιν ἥττων · ἤν δὲ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι, φλεγματικωτέρα   
[5] μᾶλλον ἐστιν. ἡ δὲ καρδία κατὰ μὲν τὴν οὐσίαν   
[6] ἰνωδης σαρξ ἐστι καὶ σκληρὰ, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτός ἐστι   
[7] καὶ βραδυπορος· εἰ δὲ πεφθείη καλῶς, τροφὴν οὐκ ὀλίγην   
[8] οὐδὲ κακοχυμον δίδωσι τῷ σώματι. περὶ δὲ νεφρῶν (καὶ γὰρ   
[9] καὶ τουτους τινὲς ἐν τοῖς σπλάγχνοις ἀριθμοῦσιν) ἔμπροσθεν   
[10] εἴρηται.

### [chapter:13]

[11] [Περὶ κοιλίας καὶ μήτρας καὶ ἐντέρων τῶν   
[12] ἐν τοῖς τετράποσι ζώοις.] Σκληρότερα τὰ μόρια ταῦτά ἐστι   
[13] τῶν σαρκῶν, διὸ, κάν καλῶς πεφθῇ, τὸν χυμὸν οὐκ ἀκριβῶς   
[14] αἱματικον τε καὶ ἄμεμπτον, ἀλλὰ ψυχροτερον τε καὶ ὠμότερσν   
[15] ἐργάζεται. πρότερον οὑν χρόνου πλέονος δεῖται   
[16] πρὸς τὸ καλῶς κατεργασθῆναι καὶ αίμα χρηστὸν γενέσθαι.

### [chapter:14]

[17] [Περὶ τῆς τῶν ἡμέρων καὶ ἀγρίων ζώων   
[18] διαφοράς.] Τῶν ἡμέρων ζώων ἡ κράσις ὑγροτέρα τῆς τῶν [p. 6.681]   
[1] αγρίων ἐστὶ δια τε την υγροτητα τοῦ ἀέρος, ἐν ῷ διαιτῶνται,   
[2] καὶ τὸ ῥάθυμον τοῦ βίου. τὰ δὲ ἐνετοῖς ὄρεσι ταλαιπωρευταί   
[3] τέ καὶ κάμνει πολλὰ καὶ κατὰ ξηρότερον ἀέρα διατρίβει.   
[4] [ed2page:6.360] δια τοῦτο ουν η τε σαρξ αυτῶν ἐστι σκληροτέρα καὶ   
[5] πιμελῆς ίἦ οὐδ᾽ ὅλως ἤ ὀλίγιστόν τι μετέχει. ταύτῃ τοι καὶ   
[6] ἀσηπτοτέρα πλείοσιν ἡμέραις διαμένει τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀργῶς   
[7] διαιτωμένων ζώων. πρόδηλον δ᾽, ὅτι καὶ ἀπέριττός   
[8] ἐστιν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφὴ μᾶλλον, ὥσπερ ἡ ἀπὸ τῶν ἡμέρων τε   
[9] καὶ ἀργῶν περιττωματική. τρέφειν τε οὑν ἀναγκαῖόν ἐστι τὴν   
[10] τοιαύτην τροφὴν μᾶλλον, εὐχυμοτέραν τε πολλῷ τῆς ἑτέρας   
[11] ὑπαρχειν.

### [chapter:15]

[12] [Περὶ γαλακτος.] Καὶ τοῦτο τῆς ἀπὸ   
[13] τῶν ζωων ἐστὶ τροφῆς ἕν τι, διαφέρον μὲν καὶ κατὰ τὰς ὥρας   
[14] τοῦ ἔτους οὐ σμικρὰν διαφορὰν, [ed1page:4.340] ἔτι δὲ μείζονα τὴν   
[15] κατ αυτα τα ζῶα. τὸ μὲν γαρ τῶν βοῶν παχύτατόν ἐστι   
[16] καὶ λιπαρώτατον, ὑγρότατον δὲ καὶ ἤκιστα λιπαρώτατον τὸ   
[17] τῆς καμήλου , καὶ μετὰ ταῦθ' ἵππου , μετὰ δὲ ταῦτ᾽ ὄνου· [p. 6.682]   
[1] σύμμετρον δὲ τῆ συστάσει το τῆς αἰγός ἐστι γάλα· τὸ δὲ   
[2] τοῦ προβάτου παχύτερον τούτου. κατὰ δὲ τὰς ὥρας τοῦ   
[3] ἔτους ὑγρότατόν μέν ἐστι τὸ μετὰ τὴν ἀποκύησιν, ἀεὶ δὲ   
[4] μᾶλλον ἐν τῷ προιέναι παχυνεται. καὶ κατὰ μέσον τὸ θέρος   
[5] ἐν τῷ μέσῳ καὶ αὐτὸ τῆς αὑτοῦ φύσεως καθίσταται.   
[6] μετὰ δὲ τὸν καιρὸν τοῦτον ἤδη παχυνεται κατὰ βραχυ, μέχρις   
[7] ἂν παύσηται τελέως. ἔστι δ᾽, ὡσπερ ὑγρότατον ἡρος, οὕτω   
[8] καὶ πλεῖστον. ὅτι δ᾽, ὡς προείρηται, καὶ κατὰ τὰ τῶν ζώων   
[9] εἴδη τὸ γάλα διαφέρει, θεασαμένῳ μὲν αὐτίκα φαίνεται, σαφέρτερον   
[10] δὲ γίνεται κὰκ τοῦ σκευαζομένου καθ᾽ ἕκαστον αὐτοῦ   
[11] τυροῦ. πλεῖστον μὲν γὰρ ὀῥῥὸν ἴσχει τὸ ὑγρότατον γάλα,   
[12] πλεῖστον δὲ τυρὸν τὸ παχύτατον. ὑπάγει τοίνυν εἰκότως   
[13] τὴν γαστέρα τὸ μὲν ὑγροτερον μᾶλλον, ηττον δὲ τὸ   
[14] παχύτερον. ἔμπαλιν δὲ τὸ παχύτερον μὲν τρέφει μᾶλλον,   
[15] τὸ λεπτότερον δὲ ᾖττον. εἰ δὲ προαφεψήσας τις τὸ γάλα   
[16] τὸν ὀῥῥὸν ἐκδαπανήσειεν, οὐδ᾽ ὅλως ὑπάγει. κοχλάκων δὲ   
[17] διαπύρων ἐμβληθέντων τοσούτων, ὡς ἐκδαπανῆσαι τὸν ὀῥῥὸν   
[18] ἃπαντα, πρὸς τῷ μηκέθ ὑπάγειν τὴν γαστέρα τὸ οὕτως [p. 6.683]   
[1] σκευασθὲν ἔτι καὶ τοὐναντίον ἐργάζεται · καὶ δίδομεν αὐτὸ   
[2] τοῖς ὑπὸ τῶν δριμέων περιττωμάτων δακνομένοις κατὰ τὴν   
[3] γαστέρα. τῶν κοχλάκων δὲ οὐχ ἦττον, ἀλλὰ μᾶλλον, ἐμβαλλομενοι   
[4] κυκλίσκοι σιδήρου διάπυροι ταὐτὸν ἐργάζονται;   
[5] Γυροῦταί γε μὴν ἐν τῆ γαστρὶ ῥᾳδίως τὸ οὕτως σκευασθὲν   
[6] γαλα. διὸ καὶ μίγνυμεν αὐτῷ μέλιτός τε καὶ ἀλῶν, ἀσφαλέστερον   
[7] δὲ καὶ ὕδατος ἐπιχέειν, ὥσπερ καὶ ποιοῦσι τῶν ἰατρῶν   
[8] οὐκ ὀλίγοι. καὶ μὴ θαυμάσῃς, εἰ τὸν ὁῥῥὸν ἐκδαπανᾷσαντες   
[9] αὐθις ὕδατος ἐπιχέουσιν. οὐ γὰρ τὴν ὑγρότητα τοῦ   
[10] ὀῥῥσῦ φεύγουσιν, ἀλλὰ την δριμυτητα, καθ᾽ ἤν ὑπάγει τὴν   
[11] γαστέρα τὸ σύμπαν γάλα, μικτὸν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν ὑπάρχον,   
[12] ὀῥῥοῦ τε καὶ τυροῦ. μετέχει δὲ πρὸς τοῖσδε καὶ τρίτου   
[13] τοῦ λιπαροῦ χυμοῦ, πλείστου μὲν, ὡς εἴρηται, τὸ τῶν βοῶν   
[14] γάλα. διὸ καὶ σκευάζουσιν ἐξ αὐτοῦ τὸ καλούμενον βούτυρον,   
[15] ὃ καὶ γευσάμενος καὶ θεασάμενος μόνον ἐναργῶς γνώση, πόσον   
[16] αὐτῷ λιπαρότητος μέτεστιν. εἰ δὲ καὶ χρίσας τι μέρος   
[17] τοῦ σώματος ἀνατρίψαις αὐτὸ, λιπαινόμενον ὡς ἐξ ἐλαίου   
[18] θεασῃ τὸ δέρμα. κᾳν εἰ νεκροῦ δὲ ζώου δέρμα ξηρὸν ἀλεῶ [p. 6.684]   
[1] ψαις αὐτῷ, τὴν αὐτὴν ἐνέργειαν ὄψει. καὶ μέντοι καὶ ἄνθρωπσι   
[2] κατὰ πολλὰ τῶν ψυχρῶν χωρίων , ἐν οἷς ἀποροῦσιν   
[3] ἐλαίου, χρῶνται λουόμενοι τῷ βουτύρῳ. [36 1] φαίνεται δὲ   
[4] κἂν ἐπ ἀνθράκων διαπύρων ἐκχέῃς αὐτὸ, φλόγα ποιοῦν,   
[5] ὥσπερ ἡ πιμελή. καὶ μέντοι καὶ χρώμεθα αὐτῷ πολλάκις εἰς   
[6] ὅσα καὶ τῷ στέατι, καταπλάσμασί τε καὶ ἄλλοις φαρμάκοις   
[7] μιγνύντες. τὸ μέν οὐν βόειον, ὡς ἔφην, γάλα λιπαρώτατόν   
[8] ἐστι · τὸ δὲ τῶν προβάτων τε καὶ τῶν αἰγῶν ὲχει μέν   
[9] τι καὶ αὐτὸ λίπους,. ἀλλ᾽ ἦττον πολὺ, τὸ δὲ τῶν ὄνων   
[10] ἤκιστα μετεχει τοιούτου χυμοῦ. διὸ καὶ σπανίως ἐπυρώθη   
[11] τινὶ κατὰ τὴν γαστέρα πινόμενον αὐτίκα θερμὸν ὁἤια τῷ.   
[12] τῶν τιτθῶν ἐκπεσεῖν. εῖ δ᾽ ἀλῶν λάβοι καὶ μέλιτος, ἀδύνατον   
[13] παγῆναί τε αὐτὸ καὶ τυρωθῆναι κατὰ τὴν γαστέρα. δια   
[14] δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν ἡ κάτω διαχώρησις αὐτῷ γίνεται πλείων,   
[15] ὡς ἃν καὶ τὸν ὁῥῥὸν ἔχοντος πολὺν, ὑφ᾽ ου τὸ σύμπαν γάλα   
[16] τὴν ὑπακτικὴν λαμβάνει δύναμιν, ὅσον ἐπὶ τῷ τυρώδει   
[17] τὴν σταλτικὴν ἐχον. ὁπόσον δ᾽ ἀπολείπεται τῆς ἄλλης τοῦ   
[18] γάλακτος φύσεως εἰς εὐχυμίαν ὁ ὁῥῥὸς, τοσοῦτον πλεονεκτεῖ   
[19] τῶν ἄλλων ἀπάντων, ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα. διό μοι [p. 6.685]   
[1] δοκοῦσι και οι παλαιοὶ πλείστῳ χρῆσθαι τούτῳ τῷ πόματι   
[2] προςυπαγωγην γαστρός. ἐμβαλεῖν δ᾽ αὐτῷ χρὴ μέλιτος ἀρίστου   
[3] τοσοῦτον, οσον ηδῦναι χωρὶς ἀνατροπῆς στομάχου · κατὰ   
[4] δε τον αυτον λογον καὶ τῶν αλῶν ἄχρι τοῦ μὴ λυπῆσαι τὴν   
[5] γεῦσιν. εἴ γε μην ὑπάγειν αὐτὸ μᾶλλον ἐθέλοις, ὡς πλεῖστον   
[6] ἔμβαλε τῶν αλῶν. ταῦτα μὲν οὐν ἐπὶ πλέον ἤ κατὰ τὴν   
[7] ἐνεστῶσαν εἴρηται πραγματείαν. ὅσα γὰρ ὡς τροφῇ τῷ γάλακτι   
[8] συμβέβηκεν ὲχειν ἀγαθὰ, ταῦτα προὔκειτο διέρχεσθαι ·   
[9] μεμιγμένου δ᾽ αὐτοῖς τοῦ κατὰ τὴν ὑπαγωγὴν τῆς γαστρὸς   
[10] ἐκ τῆς κοινωνίας τῆσδε τὴν ἐκτροπὴν ὁ λόγος ἔσχε. πάλιν   
[11] οὑν αὐτὸν ἐπαναγάγωμνν ἐπὶ τὸ προκείμενον, εἴπωμέν τε τὰ   
[12] μήπω λελεγμένα περὶ τῆς ἐν τῷ γάλακτι δυνάμεως, ὃ ἐν τοῖς   
[13] μαλιστα καὶ τοῦτ ἔστιν, εὐχυμώτατον εἷναι τὸ ἄριστον γάλα   
[14] σχεδὸν ἀπάντων, ὅσα προσφερόμεθα. μὴ παρακούσης δὲ   
[15] του προκειμένου κατὰ τὸν λόγον. οὐ γὰρ ἀπλῶς εἰπον, εὐχυμοτατον   
[16] εἷναι γάλα πὰν, ἀλλὰ προσέτι τὸ ἄριστον. ὡς   
[17] τῷ γε κακόχυμον γάλα τοσοῦτον οὐ συντελεῖ εἰς εὐχυμίαν, [p. 6.686]   
[1] ὥστε καὶ τοὺς χρωμένους αὐτῷ κακοχύμους ἐργάζεται. καὶ   
[2] φανερὸν, ὥς γε παιδίον, ἀποθανούσης τῆς προτέρας τιτθῆς,   
[3] ἑτέρας κακοχύμου παρασχούσης αὐτῷ γάλα, πολλῶν ἑλκῶν ἐνεπλήσθη   
[4] τὸ σύμπαν σῶμα· ἐδεδιᾖτητο δ᾽ ἐπὶ λαχάνοις ἀγρίοις   
[5] ἡ δευτέρα τιτθὴ κατ ἀγρὸν, ἦρος ὥρᾳ, λιμοῦ κατασχόντος.   
[6] αὕτη τε οὐν ἐπληρώθη τοιούτων ἑλκῶν, ἕτεροί τέ τινες τῶν   
[7] κατὰ τὴν αὐτὴν χώραν, ὁμοίως διαιτηθέντες. εἴδομεν δὲ τοῦτο   
[8] κἀπὶ πολλῶν ἄλλων γυναικῶν παιδία τρεφουσῶν κατὰ   
[9] τὸν αὐτὸν ἐκεῖνον χρόνον. ἀλλὰ κᾂν αἰγὸς ἤ τινος ἄλλου   
[10] ζώου νεμηθέντος σκαμμωνίαν ἤ τιθύμαλλον ἐν τροφῆς μέρει   
[11] προσενέγκηταί τις γάλα, ῥυήσεται πάντως ἡ γαστὴρ αὐτῷ.   
[12] καθάπερ οὐν ἐπὶ τῶν ἄλλων ἀπάντων, οὕτω κἀπὶ τοῦ γάλακτος   
[13] ἀκούειν σε χρὴ, τῶν δυνάμεων οὐχ ἀπλῶς λεγομένων   
[14] ἐπὶ τοῦ τυχόντος, ἀλλ᾽ ἐπὶ τοῦ καλλίστου μόνον · τὸ δὲ ἀπολειπόμενον   
[15] ἐν ἑκάστῳ γένει τοῦ πρωτεύοντος ἀπολείπεται   
[16] τοσοῦτον καὶ τῆς εἰς ἡμάς ὠφελείας. τὸ μὲν οὐν ὀῥῥοῦ πλεῖστον   
[17] ἔχον ἀκινδυνοτατόν ἐστιν, εἰ καὶ διαπαντος αὐτῷ τις   
[18] χρῷτο · τὸ δ᾽ ὀλίγον μἔν ἔχον ὑγρότητος τοιαυτης, οὐκ ὁλίγον [p. 6.687]   
[1] δε παχυτητος τυρωδους, οὐκ ἀσφαλές ἐστιν ἃπασι τοῖς   
[2] εν αυτῷ πλεοναζουσι. βλάψει μὲν γὰρ νεφροὺς, ὅσοι γ΄ ἐπιτηδείως   
[3] ὲχουσιν εἰς λίθων γένεσιν, ἐμφράξεις δὲ καθ᾽ ἡπαρ   
[4] εργασεται τοῖς ἑτοίμως παθεῖν δυναμένοις τοῦτο. [ed2page:6.362] τοιοῦτοι   
[5] δ εἰσὶν, οις στενὰ τὰ πέρατα τῶν μεταλαμβανομένων   
[6] αγγείων την ἐκ τῶν σιμῶν τοῦ σπλάγχνου τροφὴν εἰς τὰ   
[7] κυρτα. τοῖς δὲ κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα χωρίοις ἀγαθὸν   
[8] απαν ἐστὶ γάλα, κεφαλῇ δ᾽ οὐκ ἐπιτηδειον, εἰ μή τις ἰσχυρὰν   
[9] ἔχει πανυ, καθάπερ οὐδ᾽ ὑποχονδρίοις, ὅσα ῥᾳδίως ἐμφυσἀται.   
[10] πνευματοῦται γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ παμπόλλοις, ὡς ὀλιγῶστους   
[11] εἰναι τοὺς μὴ πασχοντας τοῦτο. μετὰ δέ τινος τῶν   
[12] παχὺν ἐχόντων χυμὸν ἐδεσμάτων ἐπιπλέον ἑψηθὲν ἀποτίθεται   
[13] μὲν τὸ φυσῶδες, ἐμφρακτικώτερον δὲ ἥπατος γίνεται,   
[14] καὶ τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γεννητικώτερον. ἐδέσματα δ᾽ εἰναι   
[15] τοιαῦτα κατὰ τὸν πρῶτον εἴρηται λόγον ἄμυλός τε καὶ   
[16] σεμίδαλις καὶ χόνδρος καὶ τράγος καὶ ὄρυζα, λάγανά τε καὶ   
[17] ῥυήματα καὶ [ed1page:4.341] ἄρτοι μήτε καλῶς ὠπτημένοι, μήτε προπαρεσκευασμένοι   
[18] δια τρίψεως πολλῆς ἄμα δαψιλέσιν ἁλσὶ, [p. 6.688]   
[1] μήτε ζύμης ἔχοντες σύμμετρον. ὥσπερ δὲ ἐπὶ τούτων, οὕτως   
[2] κᾳπὶ τῶν αλλων, οσα μιγνυντες γάλακτι προσφέρονταί τινες,.   
[3] ἡ τῶν μιγνυμένων δυνάμις ἤτοι γ΄ αὐξήσει τινὰ τῶν τοῦ γάλακτος   
[4] δυνάμεων, ἤ μειώσει. νῦν δὲ ἡμεῖς αὐτοῦ τὴν δύναμιν   
[5] ἀφοριζόμενοι λέγομεν εὔχυμόν τε καὶ τρόφιμον εἶναι,   
[6] συγκείμενον ἐξ ἐναντίων ουσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ὑπακτικῆς   
[7] τε καὶ σταλτικῆς , ἐμφρακτικῆς τε καὶ λεπτυντικῆς. τὸ μὲν   
[8] γαρ οῥῥῶδες αὐτοῦ λεπτύνει τὸ πάχος τῶν χυμῶν, ὑπάγει   
[9] τε γαστέρα, τὸ δὲ τυρῶδες ἐπέχει τὴν γαστέρα, καὶ παχεῖς   
[10] ἐργάζεται τοὺς χυμοὺς, δι οὕς, ὡς ἔφην, ἐμφράξεις τε καθ'   
[11] ηπαρ, ἐν νεφροῖς τε λίθοι γεννῶνται. βλάπτει δ᾽ ἡ συνεχὴς   
[12] χρῆσις αὐτοῦ καὶ τοὺς ὀδόντας ἄμα ταῖς περικειμέναις σαρξὶν,   
[13] ἃς ὁνομαζουσιν οὐλα· ταύτας μὲν γὰρ πλαδαρὰς, τοὺς δὲ   
[14] ὀδόντας εὐσήπτους τε καὶ ῥᾳδίως διαβιβρωσκομένους ἐργάἄζεται.   
[15] χρὴ τοίνυν ἐπὶ τῆ προσφορᾷ τοῦ γάλακτος οἴνῳ κεἀραμένῳ   
[16] διακλύζεσθαι · βέλτιον δὲ, εἰ καὶ μέλιτος ἐπεμβάλοις   
[17] αὐτῷ. πάν γαρ οὕτως ἀπορρύπτεται τὸ περιπεπλασμένον   
[18] τοῖς ὁδοῦσι καὶ τοῖς οὔλοις ἐκ τοῦ γάλακτος τυρῶδες. εἰ δὲ [p. 6.689]   
[1] καὶ χωρὶς τοῦ προσεμβάλλειν ὕδατος τῷ οἴνῳ μὴ βλάπτοιτο   
[2] τις τὴν κεφαλὴν διακλυζόμενος αὐτῷ, βελτίων ἡ τοιαύτη   
[3] χρῆσις ὡς πρός τοὺς ὀδόντας τε καὶ τὰ οὔλα. τό γε μὴν; μῶς   
[4] λτ καὶ τοῦτο μιγνύμενον ἄμεινον ἐργάζεται τὸ μικτόν,ἐξ άμ   
[5] φοῖνι ἀρίστη δὲ χρῆσις εἰς ἀσφάλειαν ὀδόντων, ὡς μηδὲν   
[6] υπο γαλακτος βλάπτεσθαι, μετὰ τὸ προσενέγκασθατομελέαι   
[7] κρατῳ μὲν πρότερον διακλύζεσθαι, δεύτερον δ᾽ οἴνῳ στύφοντι.   
[8]

### [chapter:16]

[9] [Περὶ ὀξυγάλακτος.] Τὸ δὲ ὀξύγαλα   
[10] καλουμε·νον οὐ βλάπτει μὲν τοὺς ὀδόντας, ὅσοι γε κατὰ   
[11] φασιν εχουσιν· οσοι δ ητοι δια φυσικὴν δυσκρασίαν, ἤ τινα   
[12] ἐπίκτητον διαθεσίν εἰσι ψυχρότεροι ποῦ δέοντος, οὑτοι μόνοι   
[13] βλαπτονται, καθάπερ ὑπὸ τῶν ἄλλων ψυχρῶν, οὕτω καὶ ίὑπὸ   
[14] τοῦδε· καὶτο συμπτωμα τουτοι.ς ἐνίοτε γίνεται τὸ καλούμενον   
[15] αἱμωδία, τοιοῦτον, οίον ἐπὶ τοῖς ἀώροις συκαμίνοις, , ὅσα τ᾽   
[16] ἄλλα στρυφνὰ καὶ ὀξέα, συμβαίνειν εἰώθει πρόδηλον δ᾽, ὅτι.   
[17] καὶ ἡ γαστὴρ ἡ μὲν ψυχροτέρα καθ᾽ ἡντιναοῦν αἰτίαν οὐ   
[18] πέττει καλῶς ὀξύγαλα, τῇ συμμέτρως δὲ ἐχούσῃ δύσπεπτον [p. 6.690]   
[1] μεν, ου μην απεπτον γε πανταπασιν. οσαι σε θερμοτεραι εισι   
[2] τρῶ προσήκοντος γαστέρες, εἴτε ἐξ ἀρχῆς, [ed2page:6.363] εἴτε ἔκ τινος   
[3] ὕστερον αἰτίας εἰς τοιαύτην κρᾶσιν ἀχθεῖσαι, πρὸς τῷ μηδὲν   
[4] βλάπτεσθαι καὶ χρηστοῦ τινος ἀπολαύουσιν ἐκ τῶν τοιούτων   
[5] ἐδεσμάτων. αυται καὶ προψυχθὲν αὐτὸ διὰ χιόνος περιπλάσεως   
[6] ἀλύπως φέρουσιν, ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν τοιούτων   
[7] ἐδεσμάτων, καὶ δηλονότι καὶ τὸ ὕδωρ αὐτὸ, παρασκευασθὲν   
[8] ὁμοίως. ἐφ ῳ καὶ θαυμάζειν ἐπῆλθέ μοι πολλοὺς τῶν ἰατρῶν   
[9] ἀποφηναμένους ὑπὲρ ἑκάστης τροφῆς, τῆς μὲν ὡς ὠφελούσης   
[10] ἡμάς, τῆς δὲ ὡς βλαπτούσης, εὐπέπτου τε καὶ δυσπέπτου, κακοχύμου   
[11] τε καὶ εὐχύμου, τροφίμου τε καὶ ἀτρόφου, κακοστομάχου   
[12] τε καὶ εὐστομάχου, καὶ κοιλίαν ὑπαγούσης ἤ ἱστώσης, ἤ   
[13] τινα ἄλλην ἀρετὴν ἤ κακίαν ἐχούσης. ἐπί τινων μὲν γὰρ ἐγχω-·   
[14] ρεῖ φάναι, πᾶσιν ἀνθρώποις εἰναι κακόχυμον, ἤ δύσπεπτον,   
[15] ἤ κακοστόμαχον ἔδεσμα τόδε τι, περὶ δὲ τῶν πλείστων οὐχ   
[16] οἷόν τε χωρὶς διορισμοῦ διὰ προφάσεως μιᾶς ἀληθεῦσαι.   
[17] μακροῦ δ᾽ ἐξ ἀνάγκης ἐσομένου τοῦ παντὸς λόγου, γραφόντων [p. 6.691]   
[1] ἡμῶν ἑ α΄ ἐκαστου τῶν ἐδεσμάτων τοὺς ἀπὸ τῶν φυσικῶν   
[2] κράσεων διορισμοὺς ἐπικτήτων τε διαθέσεων, ἄμεινον   
[3] εἶναι ἃν δόξειεν, καθόλου μὲν ἐξ ἀρχῆς τῆς διδασκαλίας ἐπιδεῖξαι   
[4] την μέθοδον, ὡς ἐποιήσαμεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶνδε τῶν   
[5] ὑπομνημάτων, ἀναμιμνησκειν δ᾽ ἐπὶ τῶν κατὰ μέρος ἐνίοτε,   
[6] καὶ μάλιστα ἐφ ὧν ἡ φύσις οὐχ ἁπλῆ, καθάπερ ἀμέλει κἀπὶ   
[7] τοῦ γάλακτός ἐστι, συγκειμένου μὲν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ   
[8] δυνάμεων, ὁμοιομεροῦς δὲ φαινομένου πρός γε τὴν αἴσθησιν.   
[9] οὕτω γὰρ αὐτῷ συμβαίνει, κἀν κάλλιστον ῇ, παρὰ τὴν τῶν   
[10] κοιλιῶν διαφορὰν ἐνίοτε μὲν ἐπὶ τούτου ὀξύνεσσθαι, κνισσῶδη   
[11] δ᾽ αὐθις ἐα΄ ἑτέρου την ἐρυγὴν ἀναπέμπειν, καίτοι γ΄   
[12] ἐναντίων διαθέσεων οὐσῶν, καθ' ἃς ὀξῶδες ἤ κνισσῶδες   
[13] γίνεται τὸ κατὰ τὴν κοιλίαν ἀπεπτηθέν. ἡ μὲν γὰρ ἔνδεια   
[14] τῆς θερμασίας ὀξύνειν αὐτὸ πέφυκεν, ἡ δ᾽ ὑπερβολὴ κνισσοῦν.   
[15] γίγνεται δὲ ἄμφω ταῦτα τῷ γάλακτι διὰ τὸ μὴ μῶνον   
[16] ἔχειν ἐν ἑαυτῷ τὴν ὀῥῥώδη φύσιν, ἀλλὰ καὶ τὴν λιπαρὰν   
[17] καἴ τὴν τυρώδη. τὸ γοῦν ὀξύγαλα διὰ τὴν αἰτίαν ταύτην [p. 6.692]   
[1] οὐδέποτε κνισσῶδες ἀπεπτηθὲν γίνεται, κᾂν μάλιστα εἰς χολωδεστάτην   
[2] ἤ πυρωδεστάτην ἐμπέσῃ κοιλίαν. οὔτε γὰρ ἔτι   
[3] τὴν θερμὴν καὶ δριμεῖαν ἔχει ποιότητα καὶ δύναμιν, ἡς μετῶ   
[4] χει τὸ γάλα διὰ τὸν ὀῥῥὸν, οὔτε τὴν λιπαράν τε καὶ μετρίως   
[5] θερμὴν ἐκέκτητο διὰ τὸ λιπαρὸν τὸ ἐν ἑαυτῷ · μόνον γὰρ   
[6] ὑπολείπεται κατὰ τὴν τοιαύτην σκευασίαν τὸ τυρῶδες, οὐδὲ   
[7] τοῦτο τοιοῦτον φυσει, οποῖον ἐξ ἀρχῆς ὑπῆρχεν, ἀλλ᾽ ἐπὶ τὸ   
[8] ψυχρότερον ἐκτετραμμένον. ἀρκεῖ τοιγαροῦν ἐπ᾽ ὀξυγάλακτος   
[9] εἰπεῖν, ὅτι ψυχρόν ἐστι καὶ παχύχυμον, ἔσεται γὰρ τούτοις   
[10] το μηδὲ ῥᾳδίως πέττεσθαι προς τῆς συμμέτρως ἐχούσης   
[11] κράσεως τοῦ σώματος· ἐπ ἐκείνην γὰρ ἀναφέρεσθαι τὸν λόγον   
[12] ὴξίωσα πολλάκις ἤδη κατὰ τὰς ἐμὰς πραγματείας, ὅταν   
[13] ἀπλῶς ἀποφαίνωμαί τι. καὶ μέντοι καὶ τὸν ὠμόν ὀνομαζόμενον   
[14] χυμὸν, οὑ τὴν φύσιν ἔμπροσθέν τε διῆλθον, ἑτέρωθί τε   
[15] κατὰ τὸν προηγούμενον λόγον ἐξηγησάμην, εὔλογόν ἐστιν ἐκ   
[16] τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων πλεῖστον γεννᾶσθαι. χρήσιμον δὲ   
[17] εἶναι τὸ ἔδεσμα τοῦτο ταῖς πυρωδεστέραις κοιλίαις οὐδὲν   
[18] ἄλογον, ὥσπερ ταῖς ψυχροτέραις ἐναντιώτατον. οὐ μὴν [p. 6.693]   
[1] οὐδὲ τοῦτο δεῖ καθ' ἔκαπτον τῶν ἐδεσμάτων γράφειν, ἀλλὰ   
[2] μιμνήσκειν ἐπί τινων μόνον, ὡς ὁ τοιόσδε χυμὸς, ὁποῖος ἐξ ὁξυγάλακτός   
[3] τε καὶ τυροῦ [ed2page:6.364] καὶ τῶν παχυχύμων ἁπάντων γίγνεται,   
[4] λίθους ἐν νεφροῖς πέφυκε γεννᾶν, ὅταν ὡσι θερμότερ   
[5] ροι τοῦ δέοντος ἤτοι κατὰ φυσικὴν δυσκρασίαν ἤ κατά τινα   
[6] ἄλλην ὕστερον ἐγγενομένην αὐτοῖς διάθεσιν, οὐ μὴν ἀνὰ λόγον   
[7] γε τῆς θερμασίας τὰς διεξόδους εὐρείας ἔχωσιν, αἱ γάρ   
[8] τοι νοσωδέσταται κατασκευαὶ τῶν σωματων ἐξ ἐναντίων τῇ   
[9] κράσει σύγκεινται μορίων, ὡς εἶναι γαστέρα μὲν, εἰ τύχοι,   
[10] θερμὴν ἱκανῶς, ἐγκέφαλον δὲ ψυχρόν. οὕτως δὲ καὶ πνεύμων   
[11] ἐνίοτε καὶ θώραξ ὅλος ψυχρσς ἐστιν ἐπὶ γαστρὶ θερμῇ.   
[12] πολλάκις δὲ καὶ τοὐναντίον ἕκαστον μὲν τῶν ἄλλων θερμόν   
[13] τερον ὑπάρχει τοῦ δέοντος, ἡ γαστὴρ δὲ μόνη ψυχροτέρα,   
[14] θερμότερον δὲ τὸ ηπαρ, ἐπί τε τῶν ἄλλων μορίων ὡσαύτως,   
[15] διὸ καὶ κατ ἀρχὰς ἐδείκνυον, ὠφελιμωτάτην εἶναι τὴν περὶ   
[16] τῶν ἐν τροφαῖς δυνάμεων διδασκαλίαν, ὅταν ἐξηγῶνται τὴν   
[17] καθ' ὑγρότητα καὶ ξηρότητα καὶ θερμότητα καὶ ψυχρότητα [p. 6.694]   
[1] διαφορὰν, ἔτι τε τὸ γλίσχρον ἤ παχὺ τῆς οὐσίας αὐτῶν, καὶ   
[2] προς τουτοις, ὡς ὁμοιομερές ἐστιν, εὺτ᾽ ἐξ ἐναντίων ταῖς   
[3] [ed1page:4.342]κρασεσι σύγκειται, καθάπερ τὸ γάλα. πρὸς δὲ τὴν τούτων   
[4] διάγνωσιν ἐκ τῆς ὁσμῆς καὶ τῆς γεύσεως, ἔτι τε τῶν ἄλλων   
[5] συμπτωμάτων ἔφην ἡμὰς ποδηγεῖσθαι, περὶ ὧν ἐν ἀρχή τῆσδε   
[6] τῆς πραγματείας διῆλθον, ὥσπερ καὶ νῦν ἐπὶ τοῦ γάλακτος,   
[7] ἐπιδεικνὺς αὐτοῦ τὴν φύσιν ἐξ ὧν ἴσχει συμπτωμάτων, ἤτοι   
[8] θερμαινομενον, ἤ διὰ πυτίας πηγνύμενον, ἤ ὁπωσοῦν ἄλλως   
[9] διακρινομένων τῶν μορίων αὐτοῦ. καὶ γὰρ ἡ σχίσις καλουμένη   
[10] τοῦτο ἐργαζεται χωρὶς τῆς πυτίας, ὅταν ἱκανῶς θερμήναντες   
[11] το γαλα καταβαίνωμεν ὀξυμέλιτι ψυχρῷ. ταὐτὸ δ᾽ ἐργαζόμεθα   
[12] καὶ δι οἰνομέλιτος. ἐνίοτε δὲ καὶ χωρὶς τοῦ καταῥῥάναι   
[13] τὴν οὐσίαν αὐτοῦ, καθιέντες εἰς ἀγγεῖον ὕδωρ ἐχον ψυχρότατον,   
[14] ἐργαζόμεθα τὴν σχίσιν. ἄνευ δὲ πυτίας καὶ τὸ   
[15] μετὰ τὴν ἀποκύησιν ἀμελχθὲν αὐτίκα πήγνυται, πυρωθὲν   
[16] ἐπὶ θερμῆς σποδιὰς ὀλίγῳ χρόνῳ. καλεῖν δὲ ἐοίκασιν οἱ παλαιοὶ   
[17] κωμικοὶ τὸ οὕτως παγὲν γάλα πυριαστόν· οἱ δὲ παρ   
[18] ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ πυρίεφθον ὁνομαζουσιν αὐτό, τοῦτο μὲν ἀκριβῶς [p. 6.695]   
[1] ἐστι γάλα χωρὶς οὐσίας ἑτέρας. ὅταν δὲ μέλι μίξαντες   
[2] αὐτῷ διὰ πυτίας πήξωσι, χωρίζεται μὲν ἐν τῷ ἔργῳ τὸ   
[3] λεπτὸν καὶ ὑδατῶδες αὐτοῦ, προσφέρονται δ᾽ ἔνιοι τὸ πεπηγὸς   
[4] αὐτοῦ μόνον, σύνθετον ὑπάρχον ἔκ τε τοῦ τυρώδους ἐν   
[5] τῷ γάλακτι καὶ τοῦ θερμοῦ καὶ τοῦ πυρώδους ἐν τῆ τῆς πυτ   
[6] ίας δυνάμει καὶ τοῦ μιχθέντος αὐτοῖς μέλιτος. ἔνιοι δὲ καὶ   
[7] τῷ παγέντι τὸν ὁῥῥὸν συγκαταπίνουσιν, ἤτοι γε ὡσαύτως   
[8] πάντα μετὰ παντὸς, ἤ θάτερον αὐτοῦ πλέον θατέρου. συμβησεται   
[9] δὲ δηλονότι τοῖς μὲν μᾶλλον ὑπαχθῆναι τὴν γαστέρ   
[10] ρα, τοῖς δὲ ᾖττον, ἀνάλογον τῇ ποσότητι τῆς ὀρρώδους ὑγρότητος.   
[11] εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ τραφῆναι τὸ σύμπαν σῶμα μάλλον   
[12] μὲν ὑπάρξει τοῖς τὸ πεπηγὸς μόνον ἐδηδοκόσιν, ἦττον δὲ   
[13] τοῖς συγκαταπιοῦσιν αὐτῷ τι καὶ τῆς ὀρρώδους ὑγρότητος, ἔτι   
[14] δὲ ηττον, ὅσοι τὸ μὲν πεπηγὸς ὀλίγον προσηνέγκαντο, τὸ δ᾽   
[15] ὁῥῥῶδες πλεῖστον. οὕτως δὲ κἀπὶ τοῦ μετὰ τὴν ἀποκύησιν   
[16] παγέντος, ἤτοι χωρὶς μέλιτος, ἤ σὺν αὐτῷ, διαφορά τις οὐ   
[17] σμικρα γενησεται. δυσπεπτότερον γὰρ ἔσται καὶ παχυχυμότερον,   
[18] ἔτι τε βραδύτερον εἰς τὴν κάτω διέξοδον, ὅταν μὴ [p. 6.696]   
[1] προσλαβῃ μέλιτος, ἤ γε μὴν ὅλου τοῦ σώματος] θρέψις ἐξ   
[2] αμφστερων γίνεται δαψιλής. ταῦτ ἀρκεῖ περὶ δυνάμεως γάλακτος   
[3] ἐπίστασθαι κατὰ τὴν νῦν ἐνεστῶσαν πραγματείαν·   
[4] οσα γαρ εἰς νόσους χρησιμα, ἤ τοῖς φθίνουσιν ὁπωσοῦν, ἤ   
[5] τοῖς ἕλκος ἔχουσιν ἐν πνεύμονι, ταῦτ ἴδια τῆς θεραπευτικῆς   
[6] ἐστιν μεθόδου.

### [chapter:17]

[7] [ed2page:6.365] [Περὶ τυροῦ,] Ἀέλεκται μὲν ἤδη   
[8] περι τῆς τοῦ τυροῦ δυνάμεως ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ,   
[9] βέλτιον δὲ καὶ νῦν αὐθις ἀπονεῖμαι ἴδιον λόγον αὐτῷ, προσλαμβανει   
[10] γὰρ ἐν τῇ σκευασίᾳ παρὰ τῆς ἐμβαλλομένης πυτίας   
[11] δριμυτητα, τήν θ᾽ ὑγρότητα πάσαν ἀποτίθεται, καὶ μάλιστα   
[12] χρονίσας, ἡνίκα δριμύτερος γίνεται καὶ σαφῶς ἑαυτοῦ   
[13] θερμοτερσς τε καὶ καυσωδέστερος, καὶ διὰ τοῦτο καὶ διψίαλεωτερσς   
[14] καὶ δυσπεπτότερος καὶ κακσχυμότερος ἀποτελεῖται.   
[15] δια ταῦτα τοίνυν οὐδ᾽ ὅπερ ἀγαθὸν ἐπικτᾶται τὰ παχύτερα   
[16] τῶν ἐδεσμάτων δριμέσι καὶ λεπτυντικαῖς μιγνύμενα δυνάμεσιν,   
[17] ουδὲ τοῦτ ἔχει βλάβης χωρίς. μείζων γὰρ ἡ ἐκ τῆς κακοχυμίας   
[18] αὐτῷ καὶ τῆς καυσώδους θερμότητος ἐγγίνεται βλάβη [p. 6.697]   
[1] τῆς ἐκ τοῦ λεπτυνθῆναι τὸ πάχος ὠφελείας, ὅπου πρὸς   
[2] τὴν τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γένεσιν οὐχ ἦττόν ἐστι βλαβερὸς ὁ   
[3] τοιοῦτος χυμός · ἐδείχθησαν γὰρ οὔτοι γενόμενοι καθ ἐκεῖνα   
[4] τῶν σωματων, ἐν οἷς αν συνέλθῃ πάχος χυμῶν πυρώδει   
[5] θερμοτητι. φευκτέον σύν μάλιστα τὸν τοιοῦτον τυρὸν, ὡς   
[6] μηδὲν ἀγαθὸν ἔχοντα μήτ εἰς πέψιν, μήτ εἰς ἀνάδοσιν, μήθ   
[7] εἰς οὔρησιν, μήτ εἰς ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ὥσπερ γε μηδ᾽ εἰς   
[8] εὐχυμίαν. ἐφεξῆς δὲ μοχθηρὸν μὲν, ᾖττον δὲ τούτου νο-μίξειν   
[9] χρὴ τὸν μήτε παλαιὸν, μήτε δριμύν · τῶν δὲ νέων   
[10] ἀπάντων τυρῶν εἰναι κάλλιστον, ὁποῖος ὁ παρ ἡμῖν ἐν Περ-.   
[11] γάμῳ καὶ κατὰ τὴν ὑπερκειμένην αὐτῆς Μυσίαν γίνεται, καλούμενος   
[12] ὑπὸ τῶν ἐγχωρίων ὀξυγαλάκτινος, ἥδιστος μὲν εἰς   
[13] ἐδωδὴν, ἀβλαβέστατος δὲ στομάχῳ καὶ πάντων τῶν ἄλλων   
[14] τυρῶν ηττον δύσπεπτος καὶ δυσδιέξοδος · οὐ μὴν οὐδὲ κακό-χυμός   
[15] ἐστιν, οὐδὲ πάνυ σφόδρα παχύχυμος, ὅπερ ἁπάντων   
[16] τυρῶν ἐστι κοινον ἔγκλημα. κάλλιστος δ᾽ ἔστι καὶ ὁ παρὰ   
[17] τοῖς πλουσίοις εὐδοκιμῶν ἐν Ῥώμῃ, βαθύσικος τοὔνομα, καί   
[18] τινες ἄλλοι κατ ἄλλα χωρία. παμπόλλης δ᾽ οὔσης κατὰ μέρος [p. 6.698]   
[1] ἐν αὐτοῖς διαφοράς κατα τε τας φυσεις τῶν ζώων καὶ τοὺς   
[2] τροπους τῆς σκευασίας, καὶ προσετι τὰς ἡλικίας αὐτῶν τῶν   
[3] τυρῶν, ἐγῶ πειράσομαι κἀνταῦθα περιορίσαι τὴν δύναμιν αὐτῶν   
[4] ὀλίγοις σκοποῖς, οἷς προσέχων τις ἐκ τοῦ ῥὰστου διαγνώσεται   
[5] τὸν ἀμείνονά τε καὶ χείρω. κατὰ γένος μὲν οὐν οἱ   
[6] σκοποὶ διττοὶ τυγχάνουσιν ὄντες, ὁ μὲν ἕτερος ἐν τῇ ποιᾷ συστάσει   
[7] τῆς οὐσίας τοῦ τυροῦ, καθ᾽ ἤν μαλακώτερος ἤ σκληρότερος   
[8] γίνεται, καὶ πυκνότερος ἤ χαυνότερος, καὶ κολλωδέστερος   
[9] ἤ ψαθυρώτερος, ὁ δ᾽ ἐν τῇ γευστῇ ποιότητι, καθ᾽   
[10] ἤν ἔν τισι μὲν αὐτῶν ὀξύτης ἐπικρατεῖ, κατ ἄλλους δὲ δριμύτης,   
[11] η λιπαροτης, ἤ γλυκυτης, ἤ τινα τοιούτων, ἤ οἷον   
[12] ἰσομοιρία παντων. κατὰ δὲ τὰς ἐν εἴδει διαφορὰς τῶν εἰρημένων   
[13] γενῶν ὁ μὲν μαλακώτερος τοῦ σκληροτέρου βελτίων,   
[14] ὁ δ᾽ ἀραιος καὶ χαῦνος τοῦ πάνυ πυκνοῦ καὶ πεπιλημένου.   
[15] μοχθηρῶν δ οντων τοῦ τε κολλώδους ἱκανῶς καὶ ψαθυροῦ   
[16] μέχρι τραχυτητος, ὁ μέσος ἐστὶν αὐτῶν βελτίων. κατὰ δὲ   
[17] τὴν ἐν τῇ γευσει διαγνωσιν ἀπάντων μὲν ἄριστος ὁ μηδεμίαν [p. 6.699]   
[1] ἰσχυρὰν ὲχων ποιοτητα, βραχὺ δέ τι τῶν ἄλλων ὕπερέχουσαν   
[2] τὴν γλυκυτητα, βελτίων δὲ καὶ ὁ ἡδίων τοῦ ἀηδοῦς   
[3] καὶ ὁ σύμμετρον ἀλῶν ἔχων τοῦ παμπόλλους καὶ μηδ᾽ ὅλως   
[4] ἔχοντος. μετα γε μην τὸ προσενέγκασθαι τὸν οὕτως κριθέντα   
[5] καὶ διὰ τῆς ἐρυγῆς ἔνεστι γνωρίζειν, ὁποῖος αὐτῶν ἐστιν   
[6] ἀμείνων τε καὶ χείρων. ὁ μὲν γὰρ κατὰ βραχὺ μαραινομένην   
[7] ἴσχων τὴν ποιότητα βελτίων , ὁ δὲ παραμένουσαν οὐκ ἀγαθός·   
[8] [ed2page:6.386] εὔδηλος γὰρ ουτός ἐστι δυσμετάβλητός τε καὶ   
[9] δυσαλλοίωτος, ὥστε καὶ δύσπεπτος · ἀλλοίωσις γὰρ ἐξ ἀνάγκης   
[10] ἕπεται πεττομέναις ταῖς τροφαῖς ἀπασῶν ὧν ἔμπροσθεν   
[11] εἰπον ποιοτητων.

### [chapter:18]

[12] [Περὶ τοῦ τῶν πεζῶν ζώων αἔματος.] Ἀἷμα   
[13] δύσπεπτόν ἐστι, μάλιστα δὲ τὸ παχὺ καὶ μελαγχολικὸν,   
[14] οίόνπερ ὑπάρχει τὸ τῶν βοῶν. τὸ δὲ τῶν λαγωῶν ὡς ἤδιστον   
[15] τετίμηται, καὶ πολλοῖς δύ ἔθους ἐστὶν ἕψειν αὐτὸ σὺν   
[16] τῷ ἤπατι, τισὶ δὲ καὶ μετὰ τῶν ἄλλων σπλάγχνων. ἔνιοι δὲ   
[17] καὶ τὸ τῶν νέων υῶν ἐσθίουσιν, ὥσπερ ἄλλοι καὶ τὸ τῶν   
[18] μειζόνων, ὅταν εὐνουχισθῶσι· τὸ μὲν γὰρ τῶν κάπρων [p. 6.700]   
[1] ουδ ἐπιχειροῦσιν, ὡς ἀηδές τε ἄμα καὶ δύσπεπτον. τὸ δὲ   
[2] τῶν αἰγῶν αἰμα καὶ Ὅμηρος οἶδεν ἐσθιόμενον ὡς ἡδύ.

### [chapter:19]

[3] [Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς.]   
[4] Ὅρνιθας ὀνομαζόντων τῶν παλαιῶν ἀπάντων τὰ πτηνὰ   
[5] ζῶα καὶ δίποδα, τοῖς νῦν Ἕλλησιν ἔθος ἤδη γέγονε τὰς   
[6] [ed1page:4.343]ὑπ ἐκείνων ἀλεκτορίδας καλουμένας μόνας οὕτως προσαγορεύετν,   
[7] ὥσπερ γε καὶ τοὺς ἄρρενας ἀλεκτρυόνας. ἔστι δὲ   
[8] το γένος ἀπάντων τῶν πτηνῶν ὀρνίθων ὀλιγοτροφώτατον,   
[9] εἰ παραβάλλοιτο τῷ γένει τῶν πεζῶν, καὶ μάλιστα τῷ τῶν   
[10] ὑῶν, ων τῆς σαρκὸς οὐδὲν ἃν ἄλλο τροφιμώτερον ὲχοις εὑρεῖν.   
[11] εὐπεπτοτέρα γε μὴν ἡ σάρξ ἐστι τῶν πτηνῶν, καὶ μάλιστα   
[12] πέρδικος, ἀτταγῆνός τε καὶ περιστεράς, ἀλεκτορίδος τε καὶ   
[13] ἀλεκτρυόνος. ἡ δὲ τῶν κιχλῶν, καὶ κοττύφων, καὶ τῶν μικρῶν   
[14] στρουθῶν, ἐν οίς εἰσι καὶ οἱ πυργίται καλούμενοι,   
[15] σκληροτέρα τούτων ἐστὶ, καὶ μαλιστα δ᾽ ἔτι καὶ τούτων αὐτῶν   
[16] η τε τῆς τρυγόνος, καὶ ἡ τῆς φάττης, καὶ ἡ τῆς νήττης.   
[17] ομοία δὲ τῶν ἀλεκτορίδων ἐστὶν ἡ τῶν φασιανῶν εἰς πέψιν [p. 6.701]   
[1] καὶ τροφὴν, ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ. σκληροτεὰα   
[2] δὲ καὶ δυσπεπτοτέρα καὶ ἰνωδεστέρα τούτων ἡ τοῦ   
[3] ταῶνος. κοινὸν δὲ ἐπὶ πάσι τοῖς πτηνοῖς ζώοις, ὥσπερ καὶ   
[4] τοῖς τετραποσι, γινωσκειν χρη, την τῶν αὐξανομένων σάρκα   
[5] πολυ βελτίονα τῆς τῶν παρακμαζόντων εἶναι, μέσην δὲ ἀμφοῖν   
[6] τὴν τῶν ακμαζόντων, μοχθηρὰν δὲ καὶ τὴν τῶν πάνυ νηπίων,   
[7] αλλ υπεναντίως τῆ τῶν γεγηρακότων · ἡ μὲν γὰρ τούτων   
[8] σκληρα καὶ ξηρὰ καὶ νευρώδης ἐστὶ, καὶ διὰ τοῦτο   
[9] καὶ πεφθῆναι μοχθηρὰ, καὶ τροφὴν ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι,   
[10] τῶν δὲ παντάπασι νεῶν ζώων τὰ σώματα βλεννώδη α΄   
[11] εἰσὶ καὶ ὑγρα, καὶ; δύ αυτό γε τοῦτο περιττωματικὰ, ῥῷον   
[12] δὲ υπέρχεται κατα γαστέρα. ταῦτά μοι μέμνησο περὶ πάντων   
[13] ζωων κοινῇ · καὶ γὰρ ὑπάρχει πᾶσιν αὐτοῖς ὁμοίως,   
[14] ἐν ταῖς κατὰ τὴν ἡλικίαν διαφοραῖς. κοινὸς δὲ ὁ τῆς σκευασίας   
[15] τρόπος ὡς πρὸς ὑγείαν, ὃν ἐμπροσθέν τε διῆλθον. ἤδη   
[16] καὶ αὐθις ως ἐπὶ κεφαλαίων ἐρῶ. νυνὶ δὲ τὰς δυνάμεις μόνον   
[17] ἀναμνήσω · ξηρότερα μὲν γὰρ εἶναι τά α΄ ὀπτηθέντα καὶ:   
[18] τὰ ταγηνισθέντα, τὰ δὲ δύ ὕδατος ἑψηθέντα γλυκέος ὑγροτέραν [p. 6.702]   
[1] διδόναι τροφὴν τῷ σώματι, λέλεκται δὲ καὶ περὶ τῶν   
[2] ἐν λευκῷ ζωμῷ καὶ ποικίλαις ἀρτύσεσι λοπάδων ἔμπροσθεν   
[3] αὐτάρκως, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀγρίων. οὐ   
[4] σμικρὰ δὲ διαφορὰ καὶ τῶν ἐν λίμναις, ἤ ἕλεσιν, ἤ τελματώδεσι   
[5] χωρίοις διαιτηθέντων ἐστὶ πρὸς τὰ ἐν τοῖς ὄρεσιν,   
[6] [ed2page:6.387] ἤ ξηροῖς χωρίοις. ἀνάλογον γὰρ τοῖς χωρίοις αἱ σάρκες   
[7] τῶν ζωων ἤτοι ξηραὶ καὶ ἀπέριττοι καὶ πεφθῆναι ῥὰους,   
[8] η υγραὶ καὶ περιττωματικαὶ καὶ δυσπεπτότεραι γίνονται.

### [chapter:20]

[9] [Περὶ χηνῶν καὶ στρουθοκαμήλων.] Τὸ   
[10] μεν τῶν χηνῶν ονομα σύνηθές ἐστι καὶ τοῖς παλαιοῖς, τὸ   
[11] δὲ τῶν στρουθοκαμήλων αηθες · ὀνομάζουσι γὰρ αὐτὰς

[12] μεγάλας στρουθούς. ἤκουσα δέ ποτε σοφιστοῦ τοῦ εἰς τὰ   
[13] τοιαῦτα προβλήματα λέγοντος ἔτι μειράκιον, ἐπιχειροῦντος   
[14] εἶς ἑκάτερα καὶ δεικνύοντος ἐνίοτε μὲν, ὄρνιθας, ἐνίοτε δὲ,   
[15] οὐκ ὄρνιθας εἰναι τὰ τοιαῦτα ζῶα, βέλτιον δὲ μὴ τοῦτο   
[16] ζητεῖν, ἀλλ᾽ ὁποίαν ὲχει δύναμιν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. τοῦτ᾽   
[17] οὐν ἀκούσας παρ ἐμοῦ, παρ ἄλλου μαθήσῃ κατὰ σχολὴν, [p. 6.703]   
[1] εἴθ ὄρνιθας ὀνομάζειν χρὴ τὰ τοιαῦτα τῶν ζώων, εἴτε μήτ   
[2] περιττωματικη τοίνυν ἡ σὰρξ αὐτῶν ἐστι καὶ πολὺ δυσπεπτοτέρα   
[3] τῆς τῶν προειρημένων πτηνῶν ζώων, οὐ μὴν τά γε   
[4] πτερα χείρω τῶν αλλων ὲχει. πολλοῖς γὰρ τῶν πτηνῶν ζώων,   
[5] και μαλισθ οσα μικρα καὶ σκληροσαρκα, καὶ ἡ τῶν πτερῶν   
[6] φυσις ἐστὶν ἰνώδης τε καὶ σκληρά · τινῶν δὲ καὶ ἡ σὰρξ ὅλη   
[7] τοιαυτη, καθάπερ γε καὶ ἡ τῶν γεράνων, ἃς καὶ αὐτὰς ἐσθιουσιν   
[8] ἑωλίσαντες πρότερον ἡμέραις πλείοσι. μεταξὺ δέ πως   
[9] τῆς τῶν γερανων τε καὶ τῶν χηνῶν ἡ τῶν καλουμένων οὐτῶ   
[10] δων ἤ ὠτίδων ἐστίν · ἑκατέρως γὰρ ὀνομάζουσί τε καὶ γράφουσι   
[11] τὴν πρώτην συλλαβὴν, διά τε τοῦ ου στοιχείου καὶ   
[12] τοῦ ω.

### [chapter:21]

[13] [Περὶ τῆς κατὰ τὰ μόρια τῶν πτηνῶν   
[14] ζωων διαφοράς.] Τὰ μὲν σπλάγχνα τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν   
[15] ἔχει πρὸς τας ἐν πτηνοῖς ζώοις σάρκας, ἤν κὰν τοῖς πεζοῖς   
[16] ζώοις ὲχειν εἴρηται · τὰ δ᾽ ἔντερα παντάπασιν ἄβρωτα πάντων   
[17] ἐστὶν αὐτῶν, οὐ μὴν ἀνὰ λόγον γε τούτων αἱ γαστέρες. [p. 6.704]   
[1] ἐδώδιμοί τε γάρ εἰσι καὶ τρόφιμοι, τινὲς δ᾽ αὐτῶν καὶ ἤδεῖαι   
[2] πάνυ, καθάπερ καὶ ὴ τῶν χηνῶν, ἐφεξῆς.δὲ ὴ τῶν σιτευτῶν   
[3] ἀλεκτορίδων. ὡσπερ δὲ καὶ ἐπὶ τῶν ὑῶν το συκωτὸν ηπαρ   
[4] ἐν τοῖς ζῶσι ζώοις προπαρασκευάζουσιν ὴδὑ δια τῆς τῶν   
[5] ἰσχάδων ἐδωδῆς, οὕτως ἐπὶ τῶν χηνῶν ὁρῶ γάλακτος άναδεύοντας   
[6] τὰς τροφὰς, ὡς γίνεσθαι μὴ μόνον ἥδιστον, ἄλλοι   
[7] καὶ τροφιμώτατον εὐχυμώτατόν τε καὶ διαχωροῦν οὐ χαλεπῶς,   
[8] ὡσαύτως δὲ καὶ πρὸς τὴν ἐν τῆ γαστρὶ πέψιν ἐπιτηδειον. καἰ   
[9] τα πτερὰ δὲ τῶν χηνῶν ἐπιτήδεια πεφθῆναί τε καὶ θρέψαι,   
[10] μᾶλλον δ᾽ αὐτῶν τὰ τῶν ἀλεκτορίδων. οὔσης δὲ οὐκ ὀλίγης   
[11] ἐν ταῖς σαρξὶ διαφορᾶς τοῖς γεγηρακόσι ζώοις προς τα νέα,   
[12] σαφεστέρα πολλῷ καὶ η τῶν πτερῶν φυσις ἐστίν. ωσαιπως   
[13] δὲ καὶ τοῖς ἰσχνοῖς πρὸς τὰ πίονα · κάλλιστα μὲν τὰ τῶν   
[14] εὐτρόφων τε καὶ νεών , χείριστα δὲ τὰ τῶν ἰσχνῶν καὶ γεγηρακοτων.   
[15] οἱ ποδες δ απαντων, ολίγου δεῖν, ιιβρωτοι. λόφους   
[16] δὲ καὶ καλλαια τῶν ὰλεκτρυονων ουι ἐπαινέσειεν ἄν   
[17] τις, οὔτε ψέξειεν. οἱ δ᾽ ἄρχεις ἄριστοι, καὶ μάλιστα τῶν σιτευτῶν [p. 6.705]   
[1] ἀλεκτρυόνων, ἔτι δὲ μᾶλλον ὅσοι ἃν διὰ γάλακτος ὀῥῥώδους   
[2] τὰς τροφὰς προσενέγκωνται. καὶ γὰρ εὔχυμοι καὶ τρὥφιμοι   
[3] καὶ πεφθῆναι ῥάστοι · διαχώρησιν δὲ οὔτε προτρέπουσίνη   
[4] οὔτ ἐπέχουσιν. [ed2page:6.388] ἐγκεφάλους δὲ μικροὺς μὲν ἐχει   
[5] τὰ πτηνὰ ζῶα, βελτίους μέντοι πολὺ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις,   
[6] οσῳ καὶ σκληροτέρους. αὐτῶν δὲ τῶν πτηνῶν τὰ ὄρεια τῶν   
[7] ἑλείων ἀμείνους ὲχει τοὺς ἐγκεφάλους ἀνάλογον τοῖς ἄλλοις   
[8] ἃπασι μορίοις. ἐπαινοῦσι δὲ ἔνιοι ψευδῶς τὴν τῆς στρουθοκαμηλου   
[9] κοιλίαν, ὡς τι φάρμακον πεπτικόν · ἔνιοι δὲ πολὺ   
[10] μᾶλλον τῆσδε τὴν τῆς αἰθυίας. ἀλλ᾽ οὔτ αὐτὰ πέττονται   
[11] ῥᾳδίως, οὔτε τῶν ἄλλων ἐστὶ πεπτικὸν φάρμακον, ὥσπερ   
[12] ζιγγίβερι καὶ πέπερι, καὶ καθ᾽ ἕτερον τρόπον οἶνός τε καὶ   
[13] ὄξος. εἰ δὲ περὶ γλώττης ἤ ῥάμφους τῶν πτηνῶν ζώων   
[14] ἐπιχειρήσαιμι λέγειν, ἃ μηδεὶς ἀγνοεῖ, φλυαρεῖν εἰκότως ὕποληφθήσομαι.   
[15]

### [chapter:22]

[16] [Περὶ ὠῶν.] Τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων   
[17] τροφῆς ἐστι καὶ ταῦτα, διαφέροντα τρισὶ διαφοραῖς ἀλλήλων, [p. 6.706]   
[1] μιᾷ μὲν τῇ κατὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν · ἀμείνω γὰρ τά τε   
[2] αλεκτορίδων ἐστὶ καὶ τὰ τῶν φασιανῶν, φαυλότερα δὲ τὰ   
[3] τῶν χηνῶν τε καὶ στρουθοκαμήλων · ἑτέρᾳ δὲ, καθ᾽ ἤν τὰ   
[4] μὲν ηδη χρόνου πλείονός ἐστι , τὰ δὲ οὐ πρὸ πολλοῦ γεγέννηται   
[5] , καὶ τρίτῃ , καθ᾽ ἤν τὰ μὲν ἐπιπλέον ἥψηται , τὰ δὲ ἄχρι   
[6] τοῦ μετρίως συστῆναι, τὰ δὲ μόνον τεθέρμανται · καθ᾽ ἃς   
[7] διαφορας τὰ μὲν ἑφθὰ καλεῖται, τὰ δὲ τρομητὰ, τὰ δὲ ῥοφητα.   
[8] καλλιστα μὲν οὐν ἐστιν εἰς τροφὴν τὰ τρομητὰ, τὰ   
[9] δὲ ῥοφητα ηττον μὲν τρέφει, ῥῆον δ᾽ ὑποχωρεῖ καὶ τὰς ἐν   
[10] τῇ φαρυγγι τραχυτητας λεαίνει. τὰ δ᾽ ἑφθὰ καὶ δύσπεπτα   
[11] καὶ βραδυπορα καὶ τροφὴν παχεῖαν ἀναδίδωσι τῷ σώματι.   
[12] τσυτων δ ἔτι μᾶλλόν ἐστι βραδυπορώτερά τε καὶ κακοχυμό   
[13] [ed1page:4.344]τερα τὰ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα · τὰ δ᾽ ἐπὶ   
[14] τῶν ταγηνων παχυνθέντα καὶ καλούμενα δἰ αὐτὸ τοῦτο ταγηνιστα   
[15] χειρίστην ἔχει τροφὴν εἰς α΄παντα· καὶ γὰρ ἐν τῷ   
[16] πέττεσθαι κνισσοῦται, καὶ πρὸς τῶ παχὺν γεννᾶν χυμὸν ἔτι   
[17] καὶ μοχθηρὸν ὲχει καὶ περιττωματικὸν αὐτόν. ἀμείνω δὲ τῶν [p. 6.707]   
[1] ἑφθῶν τε καὶ οπτῶν ἐστι τὰ καλούμενα πνικτά. σκευάζεται   
[2] δὲ τον τρόπον τοῦτον. ἀναδεύσαντες αὐτὰ μεθ ἐλαίου καὶ   
[3] γαρου καὶ οἴνου βραχέος, ἐντιθέασι τὸ ἀγγεῖον ὕδωρ ἐχούσῃ   
[4] κακαβῃ θερμὸν, εἰτα πωμάσαντες ἄνωθεν ὅλην. αὐτὴν,   
[5] υποκαᾶνυσι μέχρις ἂν ἡ συστάσεως μετρίας. τὰ γὰρ ἐπὶ πλέον   
[6] παχυνθέντα παραπλήσια τοῖς ἑψηθεῖσί τε καὶ ὁπτηθεῖσι   
[7] γίνεται, τὰ δ᾽ ἐν τῷ συμμέτρῳ τῆς παχύνσεως ἀρθέντα καὶ   
[8] πεφθῆναι τῶν σκληρῶν ἐστιν ἀμείνω καὶ τροφὴν τῷ σώματι   
[9] βελτίονα δίδωσι, τῆς αὐτῆς οὑν συμμετρίας κατὰ   
[10] τὴν σύστασιν χρὴ στοχάζεσθαι κἀπὶ τῶν ἐπιχεομένων   
[11] ἄνωθεν ταῖς λοπάσιν ὠῶν, οὐκ ἐπιτρέποντας οὐδὲ ταῦτα   
[12] παχυνθῆναι τελέως, ἀλλ᾽ ἐτ᾽ ἐγχύλων ἄντων ἀπὸ τοῦ πυρος   
[13] αἴροντας τὸ αγγεῖον. οὐ σμικρὰ δ᾽ ἐν αὐτοῖς ἐστιν   
[14] υπεροχὴ καὶ τῶν νέων πρὸς τὰ παλαιά · κάλλιστα μὲν. γὰρ   
[15] τα νεωτατα, χείριστα δὲ τὰ παλαιοτατα, τὰ δ᾽ ἐν τῷ μεταξυ   
[16] τούτων ανάλογον τῆ ἀποστάσει, ᾖ ἀφέστηκε τῶν   
[17] ἄκρων, ἀρετῇ τε καὶ κακίᾳ διενήνοχεν ἀλλήλων.

[p. 6.708]

### [chapter:23]

[1] [ed2page:6.369] [Περὶ τοῦ τῶν πτηνῶν ζώων αἵματος.]   
[2] Ἀλεκτορίδων καὶ περιστεριδίων ἐσθίουσιν ἔνιοι τὸ   
[3] αἷμα, καὶ μάλιστα τῶν σιτευθέντων, οὐ χεῖρον ὄν τοῦ τῶν   
[4] ὑῶν, οὔτ εἰς ἡδονὴν, οὔτ εἰς τὸ πεφθῆναι, τοῦ μέντοι τῶν   
[5] λαγωῶν ἀπολειπόμενον πάμπολυ. δύσπεπτον δ᾽ ἐστὶ καὶ περιττωματικὸν   
[6] ἃπαν αἱμα, καθ᾽ ὃν ἂν αὐτὸ τρόπον σκευάσῃ   
[7] τις.

### [chapter:24]

[8] [Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν ἐνύδρων ζώων τροφῆς.]   
[9] Τῶν ἐν ὕδατι διαιτωμένων ζώων καὶ γένη πάμπολλα   
[10] καὶ διαφοραὶ τούτων εἰσὶ καὶ εἴδη · λεχθήσονται δὲ νῦν,   
[11] ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν, αἱ πρὸς τὴν ἰατρικὴν χρείαν ὁμοιότητες   
[12] ἐν αὐτοῖς · ἰατρικὴν δὲ λέγειν, ἤ ὑγιεινὴν, οὐ διοίσει   
[13] πρός γε τὰ παρόντα. περὶ πάντων οὐν εἰρήσεται, καθάπερ   
[14] ἐπὶ τῶν ἄλλων, ὅσα συνεχῶς ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι.

### [chapter:25]

[15] [Περὶ κεφαλου,] Τοῦ γένους τῶν λεπιδωτῶν   
[16] ἰχθύων ἐστὶν ὁ κέφαλος, οὐκ ἐν θαλάττῃ μόνον, ἀλλὰ   
[17] καὶ ἐν λίμναις καὶ ἐν ποταμοῖς γεννώμενος. διὸ καὶ μεγάλην [p. 6.709]   
[1] ἔχουσιν οἱ κατὰ μέρος κέφαλοι πρὸς ἀλλήλους διαφορὰν, ὠς   
[2] δοκεῖν ἕτερον εἰναι γένος τοῦ πελαγίου κεφάλου πρὸς τὸν ἐν   
[3] λίμναις, ἤ ποταμοῖς, ἤ τέλμασιν, ἤ ὀχετοῖς τοῖς ἐκκαθαι   
[4] ρουσι τους ἐν ταῖς πολεσι κοπρῶνας. περιττωματικὴ μὲν γὰ´ρ   
[5] ἡ σαρξ ἐστι καὶ βλεννώδης ἱκανῶς τῶν ἐν ἰλυώδει καὶ ῥυ   
[6] παρῷ διαιτωμένων ὕδατι, καλλίστη δὲ τῶν ἐν καθαοᾷ θα-,   
[7] λαττῃ, καὶ μᾶλλον ὅταν ὑπ᾽ ἀνέμων καταιγίζηται. κατὰ γὰρ   
[8] την σιωπηλὴν καὶ ἀκύμονα χείρων ἡ σὰρξ γίνεται τῶν ἰχθύ-.   
[9] ων, ὅσῳ καὶ ἀγυμναστοτέρα, ἐν δὲ ταῖς καλουμέναις λιμνοθαλάσσαις   
[10] ἔτι χείρων τῆσδε, καὶ ταύτης ἔτι μᾶλλον ἡ κατὰ   
[11] τὰς λίμνας · εἰ δὲ καὶ σμικραί τινες αὗται τύχοιεν οὐσαι, καὶ   
[12] μήτε ποταμους μεγαλους δεχόμεναι, μήτε πηγὰς ἔχουσαι, μήθ   
[13] ἀποῥῥοὴν δαψιλῆ, πολὺ δή τι χείρους · εἰ δὲ καὶ μηδὲν ὅλως   
[14] ἀποῥῥέοιτό τι τοῦ ὕδατος, ἀλλ᾽ εἴη στάσιμον ἱκανῶς, μοχθηραίν   
[15] περὶ δὲ τῶν ἐν ἕλεσι καὶ τέλμασι, καὶ ὅσα τοιαῦτα χορία,   
[16] λέλεκται κατ᾽ ἀρχάς · ἐσχάτως γὰρ οἱ κατὰ τοιούτους   
[17] τοπους διαιτωμενοι μοχθηρὰν ἔχουσι τὴν σάρκα. · τῶν δ΄ ἐν   
[18] τοῖς ποταμοῖς γεννωμένων ἀμείνους, ὅσοι κατὰ τοὺς τσιοὐτους, [p. 6.710]   
[1] ἐν οἷς ὀξὺ καὶ πολὺ τὸ ῥεῦμα · κατὰ δὲ τοὺς λιμνάζοντας   
[2] οὐκ ἀγαθοί. καὶ παρὰ τὰς τροφὰς δὲ βελτίους γὰνονται   
[3] καὶ χείρους. ἔνιοι μὲν γὰρ εὐποροῦσι καὶ πόας καὶ   
[4] ῥιζῶν χρηστῶν, καὶ διὰ τοῦτο κρείττους εἰσίν · ἔνιοι δί   
[5] ἰλυωδη τε πόαν ἐσθίουσι καὶ ῥίζας κακοχύμους· καί τινες   
[6] αὐτῶν, ὅσοι κατὰ ποταμοὺς διαιτῶνται μεγάλην διαρρέοντας   
[7] πολιν, ἀποπατήματ ἀνθρώπων καὶ μοχθηρὰς τροφάς   
[8] τοιαυτας προσφερόμενοι χείριστοι πάντων, ὡς ἔφην, εἰσίν,   
[9] ωστε, κἂν βραχὺ πλείονι χρόνῳ διαμένωσι νεκροὶ, σήπονταί   
[10] τε παραχρῆμα καὶ μοχθηρότατον ὄζουσιν. ἀηδεῖς δὲ καὶ βρωθῆναι   
[11] πάντως οὑτοι καὶ πεφθῆναι, καὶ τὴν μὲν χρηστὴν τροφὴν   
[12] ο λίγην ἔχουσιν, περίττωμα δ᾽ οὐκ ὀλίγον. οὐκ οὑν θαυ-μαστόν   
[13] ἐστιν, οὐδ᾽ εἰ κακοχυμίαν ἀθροίζουσιν ἐν τοῖς σώμασι   
[14] τῶν οσημέραι προσφερομένων αὐτούς. [ed2page:6.390] ἄντων   
[15] δὲ χειρίστων τούτων, ἐξ ὑπεναντίου κάλλιστοι πάντων εἰσὶν,   
[16] ὡς ἔφην, οἱ ἐν τῆ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ, καὶ μάλισθ ὅπου   
[17] μήτε γεωδεις αἰγιαλοὶ μητε λεῖοι περιλαμβάνουσι τὸ ὕδωρ,   
[18] ἀλλ᾽ ἤτοι ψαμμώδεις, ἤ τραχεῖς · εἰ δὲ καὶ πρὸς τὰ βόρεια [p. 6.711]   
[1] τῶν πνευματων ἐστραμμένοι, πολυ βελτίους. ου σμικρὸν   
[2] γὰρ εἰς εὐχυμίαν συντελούντων ἃπαντι ζώῳ τῶν οἰκείων γυ-μνασίων,   
[3] ἔτι καὶ τὸ καθαρὸν τοῦ καταμιγνυμένου τῷ ὕδατι   
[4] πνεύματος αὐξάνει τὴν ἀρετὴα΄ τῆς οὐσίας αὐτῶν, πρόδηλον   
[5] δ᾽ ἐκ τῶν εἰρημένων , ἀμείνω καὶ κατὰ τοῦτο εἶναι θάλατταν   
[6] θαλάττης, καθώς ἤτοι καθαρὰ τελέως ἐστὶν, ἤ δέχεται   
[7] ποταμοὺς μεγάλους καὶ πολλοὺς, ὥσπερ ὁ Πόντος.   
[8] οἱ γὰρ ἐν τῇ τοιαύτῃ, καθ᾽ ὅσον πλεονεκτοῦσι τῶν λιμναίων,   
[9] κατα τοσοῦτον ἀπολείπονται τῶν ἐν καθαρὰ θαλάττῃ δίαιτωμένων.   
[10] εἰσὶ δὲ καὶ λίμναι τινὲς τοιαῦται, καὶ καλοῦσιν   
[11] ἐνίας αὐτῶν λιμνοθαλάττας, ἔνθα ποταμὸς μέγας ἐργάζεται   
[12] λίμνην, συναπτουσαν θαλάττῃ. καὶ χωρὶς δὲ τοῦ λιμνάζειν   
[13] τον ποταμὸν , ὅπου περ ἂν τῇ θαλάττῃ μιγνύηται πρῶτόν,   
[14] ἐπιεικτόν τε τὸ ὕδωρ ἐστὶν ἐξ ἁλμυροῦ τε καὶ γλυκέος, ἤ τε   
[15] σὰρξ τῶν ἐν αὐτῷ διαιτωμένων ἰχθύων ἐν τῷ μεταξὺ τῶν τε   
[16] ποταμίων καὶ τῶν θαλαττίων ἰχθύων γίνεὺάι. κοινὸς δ᾽ο   
[17] λογος ουτος ἔστω σοι καὶ τῶν ἄλλων, ὅσοι γε κατὰ ποταμοὺς   
[18] καὶ λίμνας καὶ θάλατταν ἰχθύες γίνονται. τὸ γὰρ πολὺ   
[19] πλῆθος αὐτῶν οὐκ ἐπαμφοτερίζει, τῶν μὲν θαλαττίων [p. 6.712]   
[1] φευγοντων το ποταμιον υδωρ, τῶν δὲ ποταμίων καὶ λιμναίων   
[2] το θαλαττιον, αλλ ο γε κέφαλος ἁπάντων μάλιστα   
[3] τοῖς υδασιν αμφοτεροις χρᾶται καὶ φύσιν Ἱχει πρὸς ἄναντες   
[4] το ῥεῦμα τοῦ ποταμοῦ χωρεῖν, ἐπὶ πλεῖστον ἀφιστάμενος τῆς   
[5] θαλαττης. οὕτος . μεν ο κέφαλος τὰς πολλὰς καὶ μικρὰς   
[6] ἄκάνθας οὐκ ὲχει, καθάπερ οὐδ΄ ἄλλος τις τῶν θαλαττίωι   
[7] ο δ ἔμ ποταμῶν η λιμνῶν ἐπεμβαίνων θαλάττῃ παραπλησίως   
[8] τοῖς ομογενέσι μεστος τῶν τοιούτων ἀκανθῶν ἐστι,   
[9] σχα΄ον γαρ ὰπασι τοῖς ἐν λίμναις καὶ ποταμοῖς γεννωμένοις   
[10] ἰχθυσιν η σαρζ λεπτῶν μεστὴ ἀκανθῶν εὑρίσκεται, τῶν θαλαττίων   
[11] ουκ ἐχοντων αυτας. καθ᾽ ὃν γὰρ ἂν. τόπον ἡ μεγάλσυ   
[12] ποταμοῦ στομα συναπτον θαλάττη, τινὲς μὲν ποταμίων   
[13] ἰχθύωὐ ἐν τῇ θαλάττῃ, τινὲς δὲ τῶν θαλαττίων ἐν τῷ ποταμῷ   
[14] Ῥηρευονται,ί γνωριζόμενοι τῷ τὰς εἰρημένας ἀκάνθ'ας   
[15] ητοι πάλλας ἔχειν; ἤ οὐδ᾽ ὅλως, ὀλίγοι μὲν οὑν τῶν   
[16] ποταμίων ἐπεμβαίνουσιν τῇ θαλάττῃ, πάντες δὲ οἱ θαλάττιοι   
[17] χαίρουσιν τοῖς ποταμοῖς. εὐθὺς δὲ καὶ ἡ γεῦσις ἐσθίοντί   
[18] .σοι γνωρίσει τὸν ἀμείνω [ed2page:6.345] κέφαλον· δριμυτέρα γάρ ἐστιν [p. 6.713]   
[1] αυτοῦ καὶ ἡδίων καὶ ἀλιπὴς ἡ σάρξ. οἱ δὲ λιπαροὶ καὶ κατὰ   
[2] την γεῦσιν ἔκλυτοι χείρους μέν εἰσι καὶ εἰς αὐτὴν τὴν ἐδωδην   
[3] , χείρους δὲ καὶ πεφθῆναι καὶ κακοστόμαχοι καὶ κακόχυμοι·   
[4] διὸ καὶ Ἀὺν ὀριγάνῳ σκευάζουσιν αὐτούς, ἔνιοι δὲ   
[5] τῶν παρ ἡμῖν ἀνθρώπων τοὺς ἐν τοῖς ποταμοῖς γεννωμένους   
[6] ἰχθυας λευκίσκους καλοῦσιν, ἕτερον εἶναι νομίζοντες αὐτοὺς   
[7] εἰδος τῶν κεφάλων. ἔστι δὲ τἄλλα μὲν ὅμοιον πάντῃ τὸ   
[8] ζῶον τῷ ζώῳ, λευκότερον δὲ βραχεῖ καὶ τὴν κεφαλὴν ὲχον   
[9] μικροτέραν, καὶ τὴν γεῦσιν ὀξυτέραν · ἡ δὲ δύναμις τῆς ἀπ᾽   
[10] αὐτοῦ τροφῆς, οἵαν ἔμπροσθεν εἰπσν εἰναι τῶν ποταμίων κεφαλων·   
[11] ωσθ υπὲρ ὀνόματος, οὐ πράγματος ἡ ἀμφισβήτησις.   
[12] ο δὲ τουτου χρησιμώτερόν ἐστιν ἐπίστασθαι, καὶ δὴ φράσω.   
[13] τῶν ταριχευομένων ἐστὶν οὑτοςὁ ἰχθῦς, καὶ γίνεται πολὺ κρείττων   
[14] ἑαυτοῦ σκευασθεὶς οὕτως ὁ λιμναῖος· ἀποτίθενται γὰρ   
[15] απαν το βλεννῶδές τε καὶ βρωμῶδες ἐν τῇ γεύσει, καλλίων   
[16] δὲ τοῦ πλείονι τῷ·χρόνῳ ταριχευθέντος ὁ νεαλής. ἀλλὰ περί   
[17] γε τῶν ταριχευομένων ἰχθύων ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται κοινῇ,   
[18] καθαπερ γε καὶ περὶ τῶν ἑωλιζομένων ἐν χειμῶνι.

[p. 6.714]

### [chapter:26]

[1] [ed2page:6.391] [Περὶ λάβρακος.] Τοῦτον τὸν ἰχθὺν   
[2] οὐ τεθέαμαι γεννώμενον ἐν γλυκέσιν ὕδασιν, ἐκ μέντοι τῆς   
[3] θαλάσσης ἐπαναβαίνοντα ποταμοῖς ἤ λίμναις ἑώρακα. διὸ   
[4] καὶ μικρὸς ὀλιγάκις εὑρίσκεται, καθάπερ ὁ κέφαλος πολλάκις.   
[5] οὐ φεύγει δὲ οὐδὲ τὰς λιμνοθαλάσσας καὶ τὰ στόματα τῶν   
[6] ποταμῶν , καίτοι πελαγιος ὥν · τουτὶ γὰρ τοὔνομα τίθενται   
[7] τοῖς εἰς το βάθος ἀποχωροῦσιν. ἤ γε μὴν τροφὴ ἐκ τούτου   
[8] κὰκ τῶν ἄλλων ἰχθύων αἵματός ἐστι γεννητικὴ, λεπτοτέρου   
[9] τῇ συστάσει τοῦ ἐκ τῶν πεζῶν ζώων, ὡς μήτε τρέφειν   
[10] δαψιλῶς, καὶ διαφορεῖσθαι θάττον, ἐπεὶ δὲ τὸ λεπτότερον   
[11] ὄνομα ποτὲ μὲν ἐπὶ δυο πράγμασι παραβαλλομένοις λέγομεν,   
[12] ἐνίοτε δ᾽ ἄνευ παραβολῆς, ἰστέον, ὅτι πρὸς τὸ μέσον αίμα   
[13] τῶν ἄκρων παραβολὴ γίνεται τοῖς ἀπλῶς λεγομένοις. ἄκρα   
[14] δὲ τῇ κακίᾳ κατα την συστασίν ἐστι τό τε παχὺ, καθάπερ   
[15] ἡ ὑγρὰ πίττα, τό τε ὁῥῥῶδες οὕτως, ὡς ἐκχυθὲν τῆς φλεβὸς   
[16] ἐν τῷ πήγνυσθαι πλεῖστον ἔχειν ὑγρὸν ἐποχούμενον ὑδατῶδες.   
[17] ἄριστον δὲ τὸ τούτων ἀκριβῶς μεταξὺ ^γενόμενον, ἐξ ἄρτου [p. 6.715]   
[1] τε τοῦ καλλίστου κατεσκευασμένου, περὶ οὑ κατὰ τὸ πρῶτον   
[2] εἴρηται γραμμα, καὶ τῶν πτηνῶν ὧν εἴρηται ζώων, ἐκ πέρδάκος   
[3] τε καὶ τῶν ἄλλων παραπλησίων. ε ἐγγὺς δὲ τούτων   
[4] εἰσὶν καὶ τῶν θαλαττίων οἱ πελάγιοι τῶν ἰχθύων.

### [chapter:27]

[5] [Περὶ τρίγλης.] Ἐστι μὲν καὶ ἤγε τῶν   
[6] πελαγίων ἰχθύων, τετίμηται δ᾽ ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, ὡς   
[7] τῶν ἄλλων ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ. σκληροτέρα   
[8] δὲ σχεδὸν ἀπάντων αὐτῶν ὲχει τὴν σάρκα, καὶ ψαθυρὰν   
[9] ἱκανῶς, ὅπερ σημαίνει ταὐτὸν τῷ μήτε γλίσχρον εἶναί τι,   
[10] μητε λιπαρὸν ἐν αὐτῇ, τρέφει τοιγαροῦν, ὅταν πεφθῇ καλῶς,   
[11] τῶν ἄλλων ἀπάντων ἰχθύων μᾶλλον. ἐῥῥέθη δὲ καὶ   
[12] πρόσθεν, ὡς τὸ σκληρότερον ἔδεσμα, παχυμερέστερόν τε καὶ,   
[13] ὡς ἂν εἴποι τις, μᾶλλον γεῶδες ὑπάρχον, ἀξιολογώτερον τρῶφει   
[14] ὑγροτέρων τε καὶ μαλακωτέρων, ὅταν γε πρὸς τούτῳ δηλονότι   
[15] καὶ τὴν οὐσίαν οἰκείαν ἔχῃ τῷ τρεφομένῳ σώματι· κρίνεται   
[16] δ᾽ αὐτὴ διὰ τῆς ἡδονῆς. . ὅσαι γὰρ ἀλλότριαι τροφαὶ   
[17] ταῖς ολαις φυσεσίν εἰσι τῶν τρεφομένωνἒξώων, ταύτας ἤ οὐδ᾽   
[18] ὅλως, ἤ ἀηδῶς ἐσθίουσι · τῶν γε μὴν οἰκείων ὥςπερ τὸ ὑγρότερον [p. 6.716]   
[1] ηττον τρέφει, οὕτω πέττεται καὶ ἀναδίδοται ῥῆον.   
[2] ἡ τοίνυν τῆς τρίγλης σὰρξ ἡδεῖα μέν ἐστι, ὡς ἃν οἰκεία τρο-,   
[3] φη τῇ φυσει τῶν ἀνθρώπων, σκληροτέρα δὲ οὔσα τῶν ἄλλων   
[4] ἰχθυων ὅμως ἑκάστης ἡμέρας ἐσθίεσθαι δύναται, διότι ψαθυρα   
[5] καὶ ἀλιπής ἐστι καί τι δριμύτητος ἐχει. τὰ γὰρ λιπαρὰ   
[6] καὶ γλίσχρα κατὰ τὴν πρώτην μὲν εὐθέως ἐδωδὴν ἐμπίπλησί   
[7] τε ταχέως, .ἀνατρέπει τε τὴν ὄρεξιν, ἔτι δὲ μᾶλλον   
[8] οὐχ ὑπομένομεν αὐτῶν τὴν ἐδωδὴν ἐφεξῆς ἡμέραις πλείοσι.   
[9] τό γε μὴν ηπὰρ τῆς τρίγλης οἱ λίχνοι τεθαυμάκασιν ἡδονῆψ   
[10] ἕνεκεν, ἔνιοι δ᾽ οὐδὲ καθ᾽ ἑαυτὸ δικαιοῦσιν ἐσθίειν αὐτὸ,   
[11] παρασκευάσαντες δ᾽ ἐν ἀγγείῳ τὸ καλούμενον γαρέλαιον   
[12] ἔχον οἴνου βραχύ τι, καταθρύπτουσιν ἐν αὐτῷ τὸ σπλάγχνον,   
[13] ὡς γενέσθαι τὸ σύμπαν ἐξ αὐτοῦ. τε καὶ τῶν προπαρεσκευασμέ·νων   
[14] ὑγρῶν ἔνα χυμὸν ὁμοιομερῆ πρός γε τὴν αἴσθησιν,   
[15] ἐν ᾦ τὰς τῆς τρίγλης σάρκας ἀποβάπτοντες ἐσθίουσιν. [3.92]   
[16] ἐμοὶ δὲ ουδ ηδονην ἔδοξεν ὲχειν ἀξίαν τῆς τοιαύτης τιμῆς,   
[17] οὔτ ὠφέλειαν τῷ σώματι, καθάπερ οὐδὲ ἡ κεφαλὴ, καθ   
[18] τοι καὶ ταύτην ἐπαινοῦσιν οἱ λίχνοι, καί φασι τὰ δεύτερα [p. 6.717]   
[1] φερεσθαι μετα το ηπαρ. ου μην ουδὲ διὰ τί τὰς μεγίστας τρίγλας   
[2] ωνουνται παμπολλοι, δυναμαι γνωναι, μήθ᾽ ἡδεῖαν   
[3] ομοιως ταῖς μικροτεραις εχουσας την σάρκα, μητ᾽ εὔπεπτον,   
[4] ως αν ικανῶς σκληράν. ωστε δια τοῦτό τινα τῶν ἀργυρίου   
[5] παμπολλου τας μεγάλας τρίγλας ωνημένων ἡρόμην, τίς ποτέ   
[6] εστιν η αιτια τῆς αφ ἑαυτῶν σπουδῆς, ὁ δ΄ ἀπεκρίνατό μοι,   
[7] μαλιστα μεν δια το ηπαρ ωνεῖσθαι τὰς τηλικαύτας, ἤδη δὲ   
[8] καὶ δια την κεφαλην, ἀλλὰ γὰρ ἀρκεῖ μέχρι τοσούτου περὶ   
[9] τῶν τριγλῶν εἰρῆσθαι τῇ πρὸς τὸ χρήσιμον οἰκειότητι τοῦ   
[10] λόγου. γίγνονται δ᾽ ἄρισται τρίγλαι κατὰ τὴν καθαρὰν   
[11] θαλασσαν, ωσπερ καὶ οἱ ἄλλοι πάντες ἰχθύες, οὐχ ἤκιστα δὲ   
[12] καὶ .δια τας τροφάς. αἱ γοῦν τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι   
[13] καὶ δυσωδεις εἰσὶ, καὶ ἀηδεῖς, καὶ δύσπεπτοι, καὶ κακόχυμοι.   
[14] διαγνωσις δ᾽ αὐτῶν, πρὶν μὲν ἐσθίειν, ἀναπτύξαντι   
[15] την κοιλίαν, ἐσθίοντι δὲ κατὰ τὴν πρώτην εὐθέως ὀσμήν   
[16] τε καὶ γεῦσιν,

[p. 6.718]

### [chapter:28]

[1] [Περὶ τῶν πετραίων ἰχθύων. ] Σκάρους,   
[2] κοττυφους, κίχλας, ἰουλίδας, φυκίδας, πέρκας πετραίους ἄνομάζουσιν   
[3] ἰχθύας ἀπὸ τῶν χωρίων, ἐν οἷς εὑρίσκονται διατρίβοντες   
[4] ου γαρἐντοῖς λείοις, ἤ ψαμμώδεσιν, ἤ γεώδεσιν αἰγιαλοῖς; ἀλλ᾽   
[5] ἔνθα πέτραι τινές εἰσι καὶ α΄κταὶ, φωλεύουσί τε καὶ τεκνοῦσιν.   
[6] αριστος δ᾽ ἐν αὐτοῖς ἡδονῆς ἕνεκεν ὁ σκάρος εἶναι   
[7] πεπίστευται, μετ αὐτὸν δὲ κόττυφοί τε καὶ κίχλαι, καὶ μετὰ   
[8] τουτους ἰουλίδες τε καὶ φυκίδες καὶ πέρκαι. τροφὴ δ᾽ ἐξ   
[9] αυτῶν ου μόνον εὔπεπτος, ἀλλὰ καὶ ὑγιεινοτάτη τοῖς τῶν   
[10] ανθρωπων σώμασίν ἐστιν, αἷμα γεννώντων μέσον τῆ συστάσει.   
[11] καλῶ δὲ μέσον, ὃ μήτε πάνυ λεπτόν ἐστι καὶ ὑδατῶδες,   
[12] ἀλλὰ μήθ' ἱκανῶς παχύ. πλάτος δ᾽ ἀξιόλογον ἔχοντος   
[13] τοῦ μέσου, περὶ τῶν ἐν αὐτῷ διαφορῶν ἐπὶ προήκοντι τῷ   
[14] λόγῳ λεχθήσεται.

### [chapter:29]

[15] [Περὶ κωβιοῦ.] Ἀἰγιάλειος δὲ ἰχθύς ἐστιν   
[16] ουτος, τῶν σμικρῶν ἀεὶ διαμενόντων εἰς τις ῶν καὶ οὕτος.   
[17] αριστος δ εἰς ἡδονὴν καὶ πέψιν ἀἤια, ἀνάδοσίν τε καὶ εὐχυμίαν   
[18] ἐστὶν ὁ κατὰ τοὺς ψαμμώδεις αἰγιαλοὺς, ἤ τὰς πετρώδεις [p. 6.719]   
[1] ακτας ο δ εν τοῖς στομασι τῶν πο [ed1page:4.346] ταμων , ἤ   
[2] λίμναις, η λιμνοθαλασσαις ουθ ηδυς Ὁμοίως, οὔτ᾽ εὔχυμος,   
[3] ουτ ευπεπτος. εἰ δε καὶ ἰλυῶδες ὑπάρχει τὸ ὕδωρ, ἤ   
[4] πολιν ἐκκαθαίρων ὁ ποταμὸς, οὕτω μὲν ἃν εἴη χείριστος ὁ   
[5] κατ αυτῶν κωβιος, ωσπερ οἱ αλλοι παντες ἰχθύες, οἱ ἐν τοῖς   
[6] ὕδασι διατρίβοντες. εἰκοτως ουν ἐν μὲν τοῖς πετραίοις ἰχθῦσιν   
[7] ουδεμία σαφης ἐστι διαφορὰ τῶν ὁμοειδῶν πρὸς ἀλλήλους,   
[8] ως ἀν ἐν καθαρωτάτῃ θαλάττῃ διαιτωμένοις ἀεὶ, φεῦγουσι   
[9] τε πο γλυκυτατον υδωρ , τό τε συμμιγὲς ἐκ τοῦ τοιούτου   
[10] τε καὶ θαλαττίου · δευτέροις δὲ μετὰ τούσδε τοῖς πελαγίοις   
[11] υπαρχει ταὐτόν. οὐδὲ γὰρ οὐδ᾽ οὔτοι διαφορὰν ἀλλήλοις   
[12] ἔχουσι μεγαλην, ὁποίαν οἱ διατρίβοντες ἐν ἀμφοτέροις   
[13] τοῖς υδασι. τούτων γὰρ οἱ μὲν ἐν τῇ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ   
[14] καλλιστοι τῶν ομοειδῶν εἰσιν · οἱ δ ἐν τοῖς ἐκκαθαίρουσι τὰς   
[15] πολεις ποταμοῖς ὰπαντων χείριστον [ed2page:6.393] μέσοι δ᾽ αὐτῶν οἱ   
[16] μεταξυ. λέλεκται δὲ ταῦτα καὶ διὰ τῶν ἔμπροσθεν, ἡνίκα   
[17] περὶ κεφαλου τον λόγον ἐποιουμην. ἤ γε μὴν σὰρξ τῶν κωβιῶν   
[18] ὡσπερ σκληροτέρα τῆς τῶν πετραίων ἐστὶν, οὕτω μαλακωτέρα [p. 6.720]   
[1] τῆς τῶν τριγλῶν · ἀνάλογον οὐν αὐτῇ καὶ τὸ τῶν   
[2] ἐσθιόντων σῶμα τρέφεται.

### [chapter:30]

[3] [Περὶ τῶυ μαλακοσάρκων ἰχθύων · πῶς   
[4] ὁ λευκὸς ζωμὸς παρασκευάζεται.] Ψιλότητος ἐν τῷ τρίτῳ   
[5] περὶ τροφῆς περὶ τῶν [ μαλακοσάρκων ἰχθύων οὕτως ἔγραψεν   
[6] αὐτοῖς ὀνόμασι · κωβιοὶ δὲ καὶ φυκίδες καὶ ἰουλίδες καὶ   
[7] πέρκαι καὶ σμύραιναι καὶ κίχλαι καὶ κόσσυφοι καὶ σαῦροι,   
[8] καὶ παλτν ονοι, καὶ πρὸς τούτοις ἀμύαι, καὶ ψῆτται, καὶ   
[9] ηπατοι, καὶ κίθαροι, καὶ σκινίδες, καὶ πάν τὸ τῶν ὰπαλοσάρκων   
[10] γένος εὐκατεργαστότερόν ἐστι τῶν ἄλλων ἰχθύων.   
[11] αξιον σύν ἐστι θαυμάσαι, πῶς τοὺς σκάρους παρέλιπε, πρωτευοντας   
[12] ἐκ τῷ γένει τῶν πετραίων ἰχθύων, οἷς πᾶσιν ὑπάρχει   
[13] ψαθυρωτάτην τε καὶ μαλακωτάτην ὲχειν τὴν σάρκα τῶν   
[14] ἄλλων ἰχθύων. ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν ὰπαλόσαρκοι μέν εἰσιν,   
[15] ἀλλ᾽ οὐκ ἔχουσι τὸ ψαθυρὸν, ἐμφερομένου τινὸς αὐτοῖς γλίσχρου   
[16] τε καὶ λιπαροῦ χυμοῦ, ὅμοιοί τε κατὰ τοῦτο τοῖς πετραίοις   
[17] ὄντες ἐν τῇ σκληρότητι τῆς σαρκὸς αὐτῶν διαλλαττουσι.   
[18] τοιοῦτοι μὲν οὐν οἱ πελάγιοι σχεδὸν ἄπαντές εἰσι, [p. 6.721]   
[1] πλὴν εἴ τινες αὐτῶν ὑπὸ μοχθηράς τροφῆς διαφθείρουσι τὴν   
[2] σαρκα, καθάπερ αἱ τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι τρίγλαι · ζωύφια   
[3] δ᾽ ἔστι ταῦτα πάνυ σμικροῖς καρκίνοις ἐοικότα, ξανθὰ   
[4] την χροαν. οἱ πετραῖοι δ ἰχθυες οὔτε ποικίλαις τροφαῖς   
[5] χρῶνται, οὔτε χωρίοις διαφέρουσιν, οὔθ' ὕδασι γλυκέσι, καὶ   
[6] δια ταῦτ᾽ ἄμεμπτοι πάντες εἰσὶ διαπαντός. οὕς δ᾽ ἄνους μὲν   
[7] ἐκαλεσεν ὁ Ψιλότητος, ὁνίσκους δ᾽ ὁνομάζουσιν ἄλλοι, τροφῇ   
[8] μὲν ἀγαθῇ χρώμενοι καὶ θαλάττῃ καθαρὰ ταῖς πετραίοις   
[9] ἐναμιλλον ἔχουσι τὴν σάρκα, μοχθηρᾷ δὲ τροφῇ χρησάμενοι   
[10] καὶ κατά τι τῶν ἐπιμίκτων ὑδατων, καὶ μάλισθ ὅσα   
[11] μοχθηρὰ, διατρίψαντες, οὐκ ἀποβάλλουσι μὲν τὴν μαλακότητα   
[12] τῆς σαρκος , ἐπικτῶνται δὲ λιπαρότητα καὶ γλισχρότητα,   
[13] καθ ην ουτε ἡδεῖς ὁμοίως ἔτι διαμένουσι, περιττωματικὴν   
[14] δὲ τὴν ἐξ αὑτῶν ἀναδιδόασι τροφήν. ἐπὶ πάντων δὲ ἰχθύων;   
[15] ὡς ἔφην, κοινὸν τοῦτο μεμνῆσθαι προσήκει, ὡς χείριστοι   
[16] γεννῶνται κατὰ τὰς ἔμβολὰς τῶν ποταμῶν, ὅσοι κοπρῶνας   
[17] καθαίρουσιν, ἤ μαγειρεῖα καὶ βαλανεῖα, ἤ τὸν ἐσθῆτός τε   
[18] καὶ τῶν ὀθονίων ῥύπον, ὅσα ἔ ἄλλα τῆς πόλεώς εἰσιν, ἤν [p. 6.722]   
[1] διαρρέουσιν, καθάρσεως δεόμενα, καὶ μάλισθ' ὅταν ἡ πολυανθρωπος   
[2] ἡ πόλις. μοχθηροτάτη δ᾽ εὑρίσκεται καὶ τῆς σμυραίνης   
[3] ἡ σὰρξ ἐν ὕδατι τοιούτῳ διατριβούσης · καίτοι γ᾽   
[4] ουτε ποταμοῖς ἐπεμβαίνουσαν ἔστιν εὑρεῖν αὐτὴν, οὔτ ἐν   
[5] λίμνῃ γεννωμένην, ἀλλ᾽ ὅμως καὶ αὐτὴ χειρίστη γίνεται κατὰ   
[6] τὰς ἐμβολὰς τῶν τοιούτων ποταμῶν, ὁποῖός ἐστιν ὁ διὰ Ῥώμης   
[7] ῥέων, καὶ διὰ τοῦτο εὐωνοτάτη πιπράσκεται κατὰ τὴν   
[8] πολιν τηνδε σχεδὸν ἀπάντων μόνη τῆς ἐκ θαλάττης, ὥσπερ   
[9] γε καὶ οἱ κατὰ τὸν ποταμὸν αὐτὸν ἰχθύες γεννώμενοι · καλοῦσι   
[10] δ αὐτοὺς ἔνιοι Τιβερίνους, ὡς ἰδίαν ἔχοντας ἰδέαν,   
[11] οὐδενὶ τῶν θαλαττίων ὁμοίαν. ὅτι δὲ ἡ τῶν ἐκ τῆς πόλεως   
[12] ἐπιῥῥεοντων ἐπιμιξία μοχθηροτάτους αὐτοὺς ἐργάζεται, μαθεῖν   
[13] ἐστιν ἐκ τοῦ βελτίους εἰναι τους ἐν αὐτῷ τῷ ποταμῷ   
[14] γεννωμένους, πρὶν εἰς τὴν πόλιν ἀφικέσθαι. καὶ μέντοι καὶ   
[15] ἄλλος τις ποταμὸς ὀνομαζόμενος Κὰρ, παρεμβάλλων εἰς τὸν   
[16] Τίβεριν ὡς ἀπὸ πεντήκοντα καὶ τριακοσίων σταδίων, ἰχθὺν   
[17] ἔχει πολὺ βελτίω τοῦ κατὰ τὸν Τίβεριν, [ed2page:6.394] ἐπειδὴ καὶ   
[18] μέγας ἐστὶν εὐθὺς ἀπὸ τῶν πηγῶν, καὶ καθαρὸς διαμένει, κάταντες [p. 6.723]   
[1] τὸ ῥεῦμα ἐχων καὶ ὀξὺ μέχρι τοῦ Τιβέρεως, ὡς μηδα-.   
[2] μόθι μηδ᾽ ἐπὶ βραχὺ λιμνάζειν. ὅσοι μὲν οὑν ἐκ συνηθείας   
[3] ἐμπειρίαν ἔχουσι τῶν ἐπιχωρίων ἰχθύων, οὐ δέονται τῶν,.εἰρημένων   
[4] ἄρτι γνωρισμάτων εἰς τὴν διάγνωσιν αὐτῶν · ὅσοι   
[5] δ᾽ ἀήθεις εἰσὶν, εἶτ᾽ οὑν ἐξ ἄλλης πόλεως ἥκοντες, εἴτ ἐπιχώριοι,   
[6] τὰ τοιαῦτα προεξεταζέτωσαν εὐθέως ὰα΄ ἀρχῆς, πρὶν   
[7] δια τῆς οικείας πείρας εις γνῶσιν αφικέσθαι τῆς. φύσεως ἑκάστου   
[8] τῶν ἰχθύων. ἐχρῆν οὑν οὐχ ἀπλῶς μεμνημονευκέναι τῶν   
[9] ὰπαλοσαρκων ἰχθύων ὰπαντων αμα τὸν Ψιλότατον, οὐδ᾽   
[10] ἀναμίξαι τοῖς ἄλλοις τοὺς πετραίους ἀδιορίστως. οὔτοι μὲν   
[11] γὰρ ἄριστοι διαπαντὸς ὑπάρχουσιν, οὔτε δ΄ ὀνίσκος, οὕτε   
[12] σμύραινα, καθαπερ οὐδ οἱ κωβιοί. καὶ γὰρ τούτων ἔνιοι   
[13] μὲν ἐν ποταμοῖς καὶ λίμναις, ἔνιοι δὲ ἐν θαλάττηι γίγνουται,   
[14] τινὲς δ᾽ ἐν λιμνοθαλάσσαις καλουμέναις, ἤ ὅλως ἐν   
[15] ἐπᾳιίκτοις ὕδασιν , ἔνθα ποταμοῦ μεγάλου στόμα συνάπτεται   
[16] θαλάττῃ. παμπολυ τοίνυν ἀλλήλων διαφέρουσιν οἱ   
[17] κατὰ μέρος, ὥσπερ γε καὶ οἱ κέφαλοι καὶ αἱ σμύραιναι · καὶ   
[18] οἱ ὀνίσκοι δῦ τούτων μὲν ἡττον, οὐ σμικρῷ δ᾽ ἀλλήλων οὐδ] [p. 6.724]   
[1] οὔτοι παραλλάττουσιν. οὐ μὴν ὁμοίως γε μαλακὴν ὲχουσι   
[2] σαρκα τούτοις καὶ τοῖς πετραίοις ἰχθύσιν οἱ κωβιοὶ, καθάπερ   
[3] ουδὲ σκινίδες ἤ σκίαιναι, δισσῶς γὰρ ὀνομάζονται, περὶ   
[4] δὲ τῶν κιθάρων καὶ πάνυ θαυμάζω τοῦ φιλοτίμου · παραπλησιος   
[5] γαρ ὧν ο ῥόμβος αὐτῶν μαλακωτέραν ἔχει τὴν σάρκα,   
[6] τῶν ονίσκων απολειπόμενος οὐκ ὀλίγῳ. καὶ τούτους οὐν   
[7] καὶ τους ηπάτους καλουμένους καὶ τοὺς ἄλλους, ὅσους ἔμιξε   
[8] τοῖς πετραίοις τε καὶ τοῖς ὀνίσκοις ὁ Φιλότιμος, ἐν τῷ μέσῳ   
[9] καθεστηκέναι γίνωσκε τῶν θ' ὰπαλοσάρκων καὶ τῶν σκληροσαρκων.   
[10] οὔπω μὲν γάρ εἰσι σκληρόσαρκοι, τῶν ἀκριβῶς δὲ   
[11] απαλοσαρκων ἀπολείπονται. παρέλιπε δ᾽ ἐν τούτοις ὁ Ψιλοτιμος   
[12] καὶ τὸ βούγλωττον, ὥσπερ ἐν τοῖς πετραίοις τὸν   
[13] σκάρον, εἰ μη τι ἄρα τῷ τῆς ψήττης ὀνόματι καὶ κατὰ τῶν   
[14] βουγλωττων ἐχρήσατο. παραπλήσια μὲν γάρ πώς ἐστιν, οὐ   
[15] μην ἀκριβῶς ὁμοειδῆ βούγλωττόν τε καὶ ψῆττα · μαλακώτερον   
[16] γάρ ἐστι καὶ ἥδιον εἰς ἐδωδὴν καὶ παντὶ βέλτιον τὸ   
[17] βούγλωττον τῆς ψήττης. ἀλλὰ καὶ οἱ σαῦροι μέσοι πώς εἰσι   
[18] τῶν ὰπαλοσάρκων τε καὶ σκληροσάρκων. οὐ μὴν δεῖταί γέ τις [p. 6.725]   
[1] τῶν εἰρημένων ἰχθύων οὔτ ὄξους, οὔτε ναπυος, οὔτ ὀριγάνου,   
[2] καθάπερ οἱ λιπαροὶ καὶ γλίσχροι καὶ σκληροί. καὶ μέντοι   
[3] καὶ χρῶνται τινὲς μὲν ταγηνίζοντες αὐτοὺς, τινὲς δὲ   
[4] ὀπτῶντες, οἱ δὲ ἐν ταῖς λοπάσι σκευάζοντες) ὥσπερ τοὺς   
[5] ῥόμβους τε καὶ κιθάρους. ἀλλ᾽ αἱ μὲν τῶν μα[ed1page:4.347]γειρικῶν   
[6] λοπάδων σκευασίαι τοὐπίπαν ἀπεψίας εἰσὶν αἴτιαι, καλλισται   
[7] δ᾽ εἰσὶν εἰς πέψιν αἱ διὰ τοῦ λευκοῦ ζωμοῦ. γίγνεται δὲ   
[8] οὕτως, ὅταν, ὕδατος δαψιλοῦς ἐμβληθέντος, ἐλαίοπτιςαὔταρκες   
[9] ἐπιχέας, ἀνήθου τε καὶ πράσου μικρὸν, εἶθ' ἡμιέφθους   
[10] ποιήσας, ἐπιβάλλῃ τοσοῦτον ἀλῶν, ὡς μηδέπω φαίνεσθαι   
[11] τὸν ὅλον ζωμὸν ἁλμυρόν. αὕτη καὶ τοῖς νοσηλευομένοις   
[12] ἐπιτήδειος ἡ σκευασία, τοῖς δ ἀμέμπτως ὑγιαίνουσι   
[13] καὶ ἡ διὰ τοῦ ταγήνου, καὶ μετ αὐτὴν ἡ τῶν ἐπὶ τῆς ἐσχάρας   
[14] ὀπτηθέντων. ἀλλ᾽ αὕτη μὲν ἐλαίου καὶ γάρου δεῖται μετὰ   
[15] βραχέος οἴνου, τοῖς δὲ ταγηνισθεῖσιν ἁρμόττει πλέον ἐχειν   
[16] ἤ κατὰ τούτους οἴνου τε καὶ γάρου, βραχέος ἐπιχυθέντος   
[17] ἐλαίου. τοῖς δ᾽ ἀνατρεπομένοις ἐπὶ τῷδε τὸν στόμαχον ἔτοιμον   
[18] εστω παρακείμενον οξος ολιγον εχον εν εαυτῳ γαρου τε   
[19] καὶ πεπέρεως. μεταβαίνοντες γαρ ἐπὶ τῆν διὰ τούτων ἐδωδην [p. 6.726]   
[1] ἄμεινόν τε πέττουσι καὶ πρὸς τὴν διαχώρησιν οὐδὲν   
[2] βλάπτονται, [ed2page:6.395] δι᾽ ἤν μάλιστά τινες ἐξ οἴνου καὶ γάρου   
[3] ταγηνισθέντα προσφέρονται, πεπέρεως μὲν ἐπεμβάλλοντες   
[4] οἱ πλείους, ὀλίγοι δ᾽ ἐλαίου. τινὲς δ᾽ ἐκ τῶν εἰρημένων   
[5] ἰχθυων, ἐπειδαν ταγηνισθῶσιν, ὀλίγοις ἁλσὶ περιπασθέντες   
[6] ἡδίστου τε ἃμα βρωθῆναι καὶ πεφθῆναι γίνονται βελτίους,   
[7] εὐστομαχώτεροί τε πάσης ἄλλης σκευασίας. ἀπάντων δὲ τῶν   
[8] εἰρημένων ἰχθυων ἡ τροφὴ καλλίστη τοῖς τε μὴ . γυμνα.σαμενοις   
[9] ἐστὲ καὶ γέρουσι καὶ ἀσθενέσι καὶ τοῖς νοσηλευομένοις ·   
[10] οἱ γυμναζόμενοι δὲ . τροφιμωτέρων ἐδεσμάτων δέονται, περὶ   
[11] ὡν· ἔμπροσθεν εἴρηται, , λέλεκται δ᾽ ἡδῆ πολλάκις ἡ μαλακὴ   
[12] καὶ ψαθυρα τροφη προς ὑγείαν ὑπάρχειν ἀρίστη , διότι καὶ   
[13] εὐχυμοτάτη πασῶν ἐστιν · οὐδὲν δ᾽ εὐχυμίας εἰς ὑγείαν   
[14] ἀσφαλῆ. μεῖζον ἐφόδιον.

### [chapter:31]

[15] [ Περὶ τῶν σκληροσάρκων ἰχθύων.] Καὶ   
[16] περὶ τούτων ἔγραψεν ὁ Ψιλότητος κατὰ λέξιν οὕτως ἐν τῷ   
[17] δευτέρῳ περὶ τροφῆς · δράκοντές τε καὶ κόκκυγες, καὶ γαλεώνυμφικαὶ   
[18] σκορπίοι καὶ φάγροι, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι καὶ [p. 6.727]   
[1] τραχοῦροι καὶ τρίγλαι καὶ πάλιν ὁρφοίτε καὶ γλαῦκοι, καὶ σκάροι,   
[2] καὶ κύνες, καὶ γόγγροι, καὶ λαμίαι, καὶ ζύγαιναι, καὶ   
[3] παντες οἱ σκληροσαρκοι δυσκατέργαστοί α΄ εἰσὶ καὶ παχεῖς,   
[4] καὶ ἁλυκοὺς ἀναδιδόασι χυμούς. αὕτη μὲν ἡ τοῦ φιλοτίμου   
[5] ῥῆσις. ἐπισκεψωμεθα δ᾽ ἕκαστον τῶν κατ αὐτὴν εἰρημένων   
[6] απὸ τῆς αρχῆς. οἱ μὲν οὐν δράκοντες καὶ οἱ κόκκυγες ἐναργῶς   
[7] απασι φαίνονται τοῖς προσενεγκαμένοις αὐτοὺς σκληραν   
[8] ἐχοντες την σαρκα. τῶν γαλεῶν δ᾽ οὐχ έν εἰδός ἐστιν·   
[9] ὁ γαρ τοι παρὰ Ῥωμαίοις ἐντιμότατος ἰχθὺς, ὃν ὀνομάζουσι   
[10] γαλεξίαν, ἐκ τοῦ τῶν γαλεῶν ἐστι γένους, ὃς οὐδὲ γεννᾶσθαι   
[11] δοκεῖ κατὰ τὴν Ἐλληνικὴν θάλασσαν , καὶ κατὰ τοῦτό γε καὶ   
[12] ο Ψιλοτιμος αυτον ηγνοηκέναι φαίνεται, γέγραπται μέντοι   
[13] διττῶς ἐν τοῖς ἀντιγράφοις τοὔνομα, γαλεοὶ μὲν ἐν τρισὶ   
[14] συλλαβαῖς κατ ἔνια, γαλεώνυμοι δὲ ἐν πέντε κατ᾽ ἄλλα, καὶ   
[15] δἤλονοτι τῶν ὰπαλοσάρκων ἐστὶν ὁ παρὰ τοῖς Ῥωμαίοις   
[16] ἔνδοξος γαλεξίας, οἱ δ᾽ ἄλλοι γαλεοὶ σκληρόσαρκοι μᾶλλόν   
[17] εἰσι. σκορπίους δ᾽ ἐφεξῆς καὶ τραχούρους καὶ τρίγλας,   
[18] ὁρφους τε καὶ γλαύκους ο (φιλότιμος ἐν τοῖς σκληροσάρκοις [p. 6.728]   
[1] ὀρθῶς καταλέγει · σκάρους δ᾽ αὐτοῖς συγκαταριθμῶν ὰμαρτανει,   
[2] τῶν πετραίων ἰχθυων ὄντας. ἑξῆς δὲ κύνας ἔγραψεν,   
[3] οὕς ἐν τοῖς κητώδεσιν ἐχρῆν ἀριθμεῖσθαι, σκληρὰν καὶ περιττωματικην   
[4] ὲχοντας την σάρκα, καὶ διὰ τοῦτο τεμαχίζομεννους   
[5] τε καὶ ταριχευομένους, ἐδωδήν τε ὄντας ἀνθρώπων τῶν   
[6] ἐπιτυχόντων · καὶ γὰρ ἀηδεῖς εἰσι καὶ βλεννώδεις, καὶ διὰ τοῦτο   
[7] καὶ δια ναπυος τε καὶ ὀξελαίου καὶ τῶν οὕτω δριμέων   
[8] υποτριμματων αὐτοὺς ἐσθίουσιν, ἐκ τούτου δὲ τοῦ γένους   
[9] εἰσὶ καὶ φαλαιναι καὶ δελφῖνες καὶ φῶκαι · πλησίον δ᾽ αὐτῶν   
[10] ἤκουστ καὶ οἱ μεγάλοι θύννοι, καίτοι τῇ γ΄ ἡδονῇ τῆς ἐδωδῆς   
[11] οὐχ ὅμοιοι τοῖς προειρημένοις ἄντες · ἀηδεῖς γὰρ ἐκεῖνοι καὶ   
[12] μάλιστα πρόσφατοι, ταριχευθέντες δ᾽ ἀμείνους γίνονται. τῶν   
[13] δ᾽ ἐλαττόνων θύννων κατά τε τὴν ἡλικίαν καὶ τὸ μέγεθος   
[14] οὔθ' ἡ σὰρξ ὁμοίως σκληρὰ, καὶ πεφθῆναι δηλονότι βελτίους   
[15] εἰσί· καὶ τουτων ἔτι μᾶλλον αἱ πηλαμίδες, αἴ καὶ ταριχευθεῖσαι   
[16] τοῖς ἀρίστοις ταρίχοις ἐνάμιλλοι γίγνονται. πλεῖσται δ᾽   
[17] ἐκ τοῦ Πόντου κομίζονται, τῶν ἐκ τῆς Σαρδοῦς καὶ τῶν ἐκ τῆς   
[18] Ἱβηρίας μονων ἀπολειπόμεναι. ἐντιμότατον γὰρ δὴ τοῦτο [p. 6.729]   
[1] το ταριχος εἰκότως ἐστὶν ἡδονῆς τε καὶ μαλακότητος ἔνεκα   
[2] τῆς σαρκός, ὀνομάζεται δὲ συνήθως ὑπὸ τῶν πάντων ἤδη τὰ   
[3] τοιαῦτα ταρίχη σάρδα. [ed2page:6.396] μετὰ δὲ σάρδας τε καὶ πηλαμίδας   
[4] οἱ ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι μᾶλλον τετίμηνται,   
[5] καὶ μετ αὐτοὺς οἱ κορακῖνοι. ταῦτα μὲν οὐν ὧς ἐν   
[6] παρέργῳ περὶ τῶν ταριχευθέντων ἰχθύων εἰρήσθω, ζυγαινῶν   
[7] δὲ καλῶς ἐμνημόνευσεν ὁ Ψιλότητος ἐν τοῖς σκληροσάρκοις·   
[8] ἐχρῆν δὲ καὶ τῆς ἀηδίας αὐτῶν μεμνῆσθαι, καθάπερ γε   
[9] καὶ τῶν ἄλλων, οὕς ὅλως παρέλιπε. γόγγρους δὲ καὶ φάγρους   
[10] καὶ λαμίας καὶ ἀετοὺς ὀρθῶς εἶπε σκληροσάρκους εὑναι.   
[11] καὶ ἄλλοι δέ τινες, ὡς αὐτὸς ἔφη, τῶν σκληροσάρκων   
[12] ἰχθύων εἰσὶν, ὡν οὐκ εἶπε τὰς προσηγορίας, ὅτι μηδ᾽ ἐν   
[13] πολλῇ χρήσει τοῖς ἀνθρώποις εἰσίν · ὅθεν ἄμεινόν ἐστιν ἐπισκέψασθαι   
[14] περὶ τῆς δυνάμεως αὐτῶν, ἐάσαντας τὰς προσημορίας.   
[15] ὅτι μὲν οὐν οἱ σκληρόσαρκοι δυσκατεργαστότεροι   
[16] τῶν μαλακοσάρκων εἰσὶν, ὀρθῶς εἷπεν ὁ φιλότιμος. ἤ τε   
[17] γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ πέψις, ἤ τε καθ᾽ ἕκαστον τῶν τρεφομένων   
[18] μορίων ἐξομοίωσις ἐπὶ μὲν τοῖς μαλακωτέροις ῥᾧων ἐστὶν, [p. 6.730]   
[1] ἐπὶ δὲ τοῖς σκληροτέροις χαλεπωτέρα. γίγνεται γὰρ ἀλλοιου-μένων   
[2] αὐτῶν ταῦτα, ῥῆον δ᾽ ἀλλοιοῦνται τὰ μαλακώτερα,   
[3] διότι καὶ πάσχειν ἑτοιμότερα · πάθος δ᾽ ἐστὶ τῶν ἀλλοιουμένων   
[4] η αλλοίωσις. ορθῶς οὑν εἷπεν αὐτοὺς δυσκατεργάστους   
[5] εἰναι, ορθῶς δὲ καὶ παχέος χυμοῦ γεννητικούς · ἡ μὲν   
[6] γαρ σκληροτέρα τροφη παχυτέραν ὲχει τὴν οὐσίαν, ἡ δὲ μαλακωτέρα   
[7] λεπτοτέραν. εἰ δὲ καὶ αλυκοὺς ἡ σκληρὰ τροφὴ   
[8] τοὺς χυμοὺς ἐργάζεται , σκεπτέον ἐφεξῆς. ὁ μὲν γὰρ Ψιλότιμος,   
[9] ωσπερ γε καὶ ο διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας, τὸν   
[10] ἁλυκὸν χυμὸν ἐκ τῶν ἐπὶ πλέον θερμαινομένων γίγνεσθαί   
[11] φησιν. ἐμοὶ δ᾽ οὐχ ἀπλῶς δοκεῖ δεῖν ἀλλὰ μετὰ διορισμοῦ   
[12] ποιεῖσθαι την αποφασιν. ἐπεὶ δὲ κοινὸς ὁ λόγος ἐστὶν ὰπάντων   
[13] τῶν σκληρῶν ἐδεσμάτων, ἴδιον αὐτῷ κεφάλαιον ἄποδόντες   
[14] ἐφεξῆς σκεψόμεθα.

### [chapter:32]

[15] [Περὶ τοῦ, εἰ τὰ σκληρὰ πάντα κατὰ τῆν   
[16] ἔφησιν ἁλυκοὺς γεννᾶ χυμούς.] Οὐ μόνον ἐπὶ τῶν ἰχθύων   
[17] τῶν σκληροσάρκων, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ἔδεσμάτων,   
[18] ὅσα σκληρὰ, Πραξαγόρας καὶ Ψιλότητος οἴονται τὸν [p. 6.731]   
[1] ὰλυκον γεννᾶσθαι χυμονἐν ταῖς ἐπὶ πλέον ἑψήσεσιν, ὁνσμάζουσι   
[2] δ αυτον ουχ αλυκὸ.ν μόνον ἤ ἁλμυρὸν, ἀλλὰ καὶ νιπρωδη.   
[3] ἐγώ δ᾽ ὁρὡοπὸ.μὲν ἀφέψημα τῶν πλείστων, εἰ δὲ   
[4] βουλει καὶ παντων, ἐα΄ ὅσον ἂν ἕψηται χρόνον, .ἁλυκώτερον   
[5] ἀεὶ γινόμενον, ὕστερον δέ ποτε καὶ πικρὸν, ὡς αὐτοὶ βσύλσνται,   
[6] το μέντοι στερεὸν σῶμα, τὸ κατὰ τὸ ὕδωρ ἑψηθὲν,   
[7] αποτιθἔμενον ἐν ἐκείνῳ τὰς ἐξ ἀρχῆς ὑπαρχούσας αὑτῷ ποιάτητας,   
[8] [ed1page:4.348] ὡς ἐν τῷ χρόνῳ τὸ καλούμενον ἄποιόν τε καὶ   
[9] ὑδατῶδες γίνεσθαι , μήθ' ἁλυκότητος ἔχον. τι , μήτε πικρότητσς,   
[10] ἤ δριμύτητος, ἤ στύψεως. ἐναργέστερον δ᾽ εἴσῃ τοῦ λεγομένου   
[11] τὴν ἀληθειαν, ἐάν ποτε εἰς ἄλλο μεταβάλλων ὕδωρ   
[12] ἕψῃς, ὅπερ ἂν θέλῃς. εὑρήσεις μὲν γὰρ αὐτὸ τὸ ἑψόμενον   
[13] ἀποβαλὸν τὴν οἰκείαν ποιότητα, τὸ δὲ ὕδωρ ἐπιδεχόμενον   
[14] αὐτήν. ἱθέρμοι μὲν σύν, τῶν Δημητρίων ἐδεσμάτων ἄντες,   
[15] πικρὸν ἐργάζονται τὸ ὕδωρ, ὅτι καὶ αὐτοὶ τὴν πικρὰν ποιότητα   
[16] σύμφυτον ἔχουσιν · οὕτω δὲ καὶ ὄροβοι καὶ ἀψίνθιον,   
[17] καὶ ἀβρότονον τε καὶ πόλιον, ὅσα α΄ ἄλλα πικρά · τὸ σῶμα   
[18] δ᾽ αὐτὸ τὸ ἀφεψηθὲν ᾖττον φαίνεται πικρόν, εἰ δὲ καὶ μεταβάλλων [p. 6.732]   
[1] εἰς ἕτερον ὕδωρ αὐτὰ πάλιν ἑψήσεις, ὡς ἀρτίως   
[2] εἶπον, ἔτι καὶ μᾶλλον ἤ πρόσθεν εὑρήσεις ἀποβεβληκότα   
[3] τὴν πικρότητα, κἂν εἰ τρίτον ἤ τέταρτον [ed2page:6.397] εἰς ὕδωρ   
[4] ἕτερον μεταβάλλοις, ἔτι μᾶλλον ἤ πρόσθεν, ὥσθ. ἐν τῷ χρόνῳ   
[5] πάσαν ἀποθέσθαι τὴν πικρότητα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν   
[6] τρόπον ὅσα δριμέα, καθάπερ σκόροδα καἴ κρόμμυα καὶ πρὥσα,   
[7] τὸ μὲν ὕδωρ, ἐφ ὧπερ ἂν ἑψηθέντα τύχῃ, σαφῶς δριμὺ ἐρχάζεται   
[8] , τὴν δὲ αὑτῶν οὐσίαν ᾖττον ὲχει δριμεῖαν · εἰ δ᾽   
[9] ἄλλοτε εἰς ἄλλο μεταβάλλοις ὕδωρ αὐτὰ, παντάπασιν ἀποτίθεται   
[10] τὴν δριμύτητα. καὶ μὴν καὶ τὰ μῆλα τὰ στρυφνὰ, μέσπιλά   
[11] τε καὶ ἀχράδες., εἰφὅσον ἂν ἕψωνται, γλυκύτερα μὲν αθ.   
[12] τα γίνεται , τὸ ἀφέψημα δὲ στρυφνὴν ἀπεργάζεται. τοὺς χυλοὺς   
[13] δ᾽ αὐτοὺς μόνους ἂν ἑψήσῃς, ἁλυκώτεροι μὲν τὸ πρῶτον,   
[14] υστερον δὲ καὶ πικροὶ γίνονται. διὸ περὶ μὲν τῶν χυλῶν   
[15] συγχωρητέον ἐστὶ τῷ τε Πραξαγόρᾳ καὶ τῷ Ψιλοτίμῳ   
[16] γινωσκουσιν, ὡς εἴρηται, περὶ. δὲ τῶν στερεῶν σωμάτων   
[17] ἔμπαλιν ὲχειν ἡγητέον. εἰ γὰρ, ὡς ὁλίγον ἔμπροσθεν εἶπον,   
[18] ἐκ τοῦ πρώτου μεταβάλλοι τις εἰς δεύτερον ὕδωρ αὐτὰ , καὶ [p. 6.733]   
[1] μετ ἐκεῖνο πάλιν εἰς τρίτον , ἤ καὶ τέταρτον, ἀποβάλλοντα   
[2] τελέως εὑρήσει τὸν ἐξ ἀρχῆς χυμὸν, ὡς γευομένοις ὑδατώδη   
[3] τε καὶ ἄποια φαίνεσθαί · μὴ μεταβληθέντων δ᾽ εἰς ἕτερον,   
[4] ἀναγκαῖόν ἐστιν ἁλυκώτερον μὲν πρῶτον, ὕστερον δὲ καὶ πικρὸν   
[5] γενέσθαι τὸ ἀφέψημα. μάλιστα δὲ ὁ ζωμὸς ἐξηπατῶ   
[6] κέναι μοι τοὺς περὶ τὸν Πραξαγόραν φαίνεται ἁλυκώτερος   
[7] ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως χρόνῳ γινόμενος, οὐκ ἐννοοῦντας, ὡς,   
[8] ἀλῶν ἤ γάρου κατὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἄρτυσιν ἐμβεβλημένων εἰς   
[9] τὸ ὕδωρ, ἀναγκαῖόν ἐστι, προερχομένης τῆς ἑψήσεως, ἁλυκώτερον   
[10] ἑαυτοῦ γίνεσθαι τὸν χυμόν, ὥσπερ εἰ καὶ χωρὶς τοῦ   
[11] ἕτερον ἐμβαλεῖν τι σῶμα βραχύτατον ἀλῶν ἀναμίξαις ὕδατι   
[12] καθαρῷ τε καὶ γλυκυτάτῳ · καὶ γὰρ καὶ τοῦτο θερμαινόμενον   
[13] ἁλυκώτερον γίνεται. καὶ τί θαυμαστόν; αὐτὸ γὰρ ἐπὶ   
[14] πλέον ἑψώμενον ὕδωρ τὸ κάλλιστον ἁλυκὴν ἐν τῷ χρόνῳ   
[15] ποιότητα προσλαμβάνει.

### [chapter:33]

[16] [Περὶ τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων.] Ἕπειδη   
[17] τὸ περιέχον ὅλον τὸ σῶμα καθάπερ ἀμφίεσμά τι σύμφυτον   
[18] ἑκάστῳ καλεῖται δέρμα, καθ ἀναλογίαν δ᾽ αὐτῷ τὸ [p. 6.734]   
[1] κατα τοὺς κήρυκάς ἐστι καὶ τὰς πορφύρας, ὄστρεά τε καὶ   
[2] χήμας, οσα τ αλλα τοιαῦτα, διὰποῦτο καλοῦσιν ὁστρακόδερμα   
[3] ταῦτα τὰ ζῶα. σαφῶς οὑν ὀστράκῳ παραπλήσιον ἤ   
[4] λίθῳ τὸ ἔξωθεν αὐτοῖς περικείμενον σκέπασμά ἐστι. κοινὸν   
[5] μὲν οὑν ἀπάντων τῶν τοιούτων ἁλυκὸν χυμὸν ἐχειν ἐν τῆ   
[6] σαρκὶ, λαπακτικὸν τῆς γαστρός · ἴδιον δ᾽ ἑκάστῳ τὸ μαλλόν   
[7] τε καὶ ηττον ἐν τούτῳ κατά τε ποιότητα καὶ ποσότητα. τὰ   
[8] μὲν γὰρ ὄστρεα μαλακωτάτην ἔχει τῶν ἄλλων ὀστρακοδέρμων   
[9] τὴν σαρκα, τὰ δὲ σμικρὰ χημία καὶ οἱ σφόνδυλοι καὶ   
[10] λοἱ σωλῆνες καὶ αἱ πορφύραι καὶ οἱ κήρυκες, ὅσα α΄ ἄλλα τοιαῦτ   
[11] ἐστὶ, σκληράν. εἰκότως οὑν ὑπάγει μὲν ἐκεῖνα τὴν γαστέρα   
[12] μᾶλλον, ἤττονα τροφὴν διδόντα τῷ σώματι · τὰ δὲ   
[13] σκληρότερα δυσπεπτότερα μέν ἐστι, τρέφει δὲ μᾶλλον. ἀλλὰ   
[14] ταῦτα μὲν ἕψεται πάντα, τὰ δὲ ὄστρεα χωρὶς ἑψήσεως   
[15] ἐσθίουσιν, ἔνιοι δὲ καὶ ταγηνίζουσιν. ὥσπερ δὲ δύσπεπτον   
[16] ἔχει τὴν σάρκα τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων, οὕτως καὶ δυσδιάφθαρτον   
[17] · αἱρούμεθά τε καὶ διὰ τοῦτο διδόναι πολλάκις αὐτὰ [p. 6.735]   
[1] τοῖς διαφθείρουσιν ἐν τῇ κοιλίᾳ τὴν τροφὴν υπὁ κακοχυμίας,   
[2] ἤτοι γ᾽ ἐξ ἤπατος εἰς .αὐτὴν καταῥῥεουσης, ἤ περιεχομόνης   
[3] ἐν τοῖς χιτῶσιν αὐτῆς. [ed2page:6.396] ὲχει δὲ πάντα μὲν, ὡς   
[4] εἰπον, ἁλυκὸν χυμὸν, ὑπακτικὸν τῆς γαστρὸς, ἥττονα μέν-.   
[5] τοι τῶν ὀστρέων τὰ σκληρόσαρκα. διὸ καὶ δίδομεν αὐτὰ   
[6] τοῖς διαφθείρουσι τὴν τροφὴν, ἕψοντες δὶς καὶ τρὶς ἐν ὕδατι   
[7] καλλίστῳ, μεταθέντες εἰς τὸ καθαρὸν, ὅταν ἤδη τὸ πρότερον   
[8] ἁλμυρὸν φαίνηται. γίνεται δ᾽ ἐξ αὐτῶν ὁ καλούμενος ὠμὸς   
[9] χυμὸς πάμπολυς, ἐκ δὲ τῶν μαλακοσάρκων τὸ φλέγμα. καθάπερ   
[10] οὑν, ἀποθεμένων αὐτῶν τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὥσπερ ἡ   
[11] σὰρξ δύσφθαρτος, οὕτω καὶ σταλτικὴ γίνεται τῆς γαστρὸς,   
[12] ὡσαύτως, εἰ ἀρτύσας δύ ἀλῶν ἤ γάρου, καθάπερ εἰώθασι   
[13] τὰς χήμας, ἐκπίοι τις τὸν γενόμενον χυλὸν, ὑπαχθήσεται μὲν   
[14] ἡ γαστὴρ ἱκανῶς, οὐδεμίαν δὲ τροφὴν ἐξ αὐτοῦ τὸ σῶμα τοῦ   
[15] ἀνθρώπου λήψεται.

### [chapter:34]

[16] [Περὶ τῶν μαλακοστράκων.] Ἀστακοὶ   
[17] καὶπαγουροι, καὶ καρκίνοι τε καὶ κάραβοι, καὶ καρίδες καὶ   
[18] καμμαρίδες, ὅσα θ ἄλλα, λεπτὸν ὲχει τὸ περιέχον ὄστρακον,   
[19] ὅμοια δὲ τῇ σκληρότητι τοῖς ὀστρακοδέρμοις ἡττον μὲν ἐκείνων [p. 6.736]   
[1] ὲχει τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ἔχει δ᾽ ουν ὅμως οὐκ ὀλίγον.   
[2] ἔστι δἔ σκληρόσαρκα κατὰ πάντα, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτά   
[3] τε καὶ τρόφιμα, προεψηθέντα δηλονότι κατὰ τὸ πότιμον   
[4] ὕδωρ, ἔστι δὲ καὶ τούτων ἡ σὰρξ, ὥσπερ καὶ τῶν ὀστρέων,   
[5] ἐπισχετικὴ τῶν κατὰ τὴν γαστέρα, ὅταν ἐναπόθηται τῷ   
[6] ὕδατι τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὡς εἴρηται, προεψηθέντα. καὶ τοίνυν   
[7] καὶ ταῦτα δύσφθαρτα τοῖς σκληροῖς τῶν ὁστρακοδέρμων   
[8] ὡσαύτως ἐστί.

### [chapter:35]

[9] [Περὶ μαλακίων.] Μαλάκια καλεῖται τὰ   
[10] μήτε λεπίδας ἔχοντα, μήτε τραχὺ μήτε ὀστρακῶδες τὸ δέρμα,   
[11] μαλακὸν δ᾽ οὕτως, ὡς ἀνθρώποις. ἔστι δὲ ταῦτα πολύποδἒξ   
[12] τε καὶ σηπίαι καὶ τευθίδες, ὅσα ἔ ἄλλα τούτοις ἔοικεν.   
[13] ἁπτομένῳ μὲν οὐν μαλακὸν φαίνεται, δια το μητε   
[14] λεπιδωτὸν ὲχειν, μήτε τραχὺ, μήτε ὀστρακῶδες τὸ σκέπασμα·   
[15] σκληρόσαρκα δ᾽ ἐστὶ καὶ δύσπεπτα καὶ βραχὺν ἐν ἑαυτοῖς   
[16] περιέχοντα τὸν ἁλυκὸν χυμόν. εἰ μέντοι πεφθείη, τροφὴν   
[17] οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματα πλεῖστον δ᾽ οὐν καὶ ταῦτα   
[18] τὸν ὠμὸν ἐργάζεται χυμόν.

[p. 6.737]

### [chapter:36]

[1] [Περὶ σελαχίων,] Τραη΄ καὶ λαμπρὸν ἐν   
[2] τῇ νυκτὶ τὸ δέρμα τῶν τοιούτων ἐστὶ ζώων · διὸ καί τινες   
[3] ἀπὸ τοῦ σέλας ὲχειν ὠνομάσθαι φασὶν αὐτὰ σελάχια. μαλακὴν   
[4] δ᾽ ἐν αὐτοῖς ἐχει τὴν σάρκα νάρκη τε καὶ τρυγῶν,   
[5] ωσπερ οὑν καὶ ἡδεῖαν, ὑπιοῦσάν τε κατὰ γαστέρα μετρίως,   
[6] καὶ πεπτομένην οὐ χαλεπῶς. ἀλλὰ καὶ τρέφει μετρίως, ὥσπερ   
[7] γε καὶ τὰ ἄλλα πάν [ed1page:4.349] τα τὰ μαλακόστρακα. κοινῶν δ᾽   
[8] ἐν αὐτοῖς απασίν ἐστι, πολυσαρκότερα τῶν μέσων μορίων τὰ   
[9] κατὰ τὰς οὐρὰς εἰναι · μάλιστα δὲ τοῦθ' ὑπάρχει ταῖς νάρκαις.   
[10] ἔοικε γάρ τοι τὰ μέσα τῶν ζωων τουτων ο ὥνπερ χόνδρον   
[11] τακερὸν ἐν αὑτοῖς ὲχειν. βάτοι δὲ καὶ λειόβατοι καὶ   
[12] ῥῖναι, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα, σκληρότερα καὶ δυσπεπτότερα   
[13] καὶ τροφὴν πλείονα τῷ σωματι παρέχοντα νάρκης τε καὶ   
[14] τρυγόνος ἐστιλ

### [chapter:37]

[15] [ed2page:6.399] [Περὶ τῶν κητωδῶν ζώων.] Εὥ   
[16] ρηται μὲν ἤδη καὶ πρόσθεν ὑπὲρ τῶν ἐν τῇ θαλάττῃ κητωδῶν   
[17] ζώων, ἐξ ὧν εἰσιν αἵ τε φῶκαι καὶ φάλαιναι, δελφῖνές   
[18] τε καὶ ζυγαιναι καὶ τῶν θύννων οἱ μεγάλοι, καὶ πρὸς αὐτοῖς [p. 6.738]   
[1] οἱ κύνες, ὅσα γ΄ ἄλλα τοιαῦτα, καὶ νῦν δὲ αὐτῶν ἐν κεφαλαίῳ   
[2] λεκτέον, ὡς ἃπαντα τα τοιαῦτα καὶ σκληρὰν καὶ κακόχυμον   
[3] ὲχει καὶ περιττωματικὴν τὴν σάρκα. καὶ διὰ τοῦτο   
[4] προταριχεύοντες αὐτὰ τοὐπίπαν εἰς χρῆσιν ἄγουσι, λεπτομερεστέραν   
[5] ἐργαζόμενοι τὴν ἐξ αὐτῶν ἀναδιδομένην τροφὴν   
[6] εἰς τὸ σῶμα , καὶ διὰ τοῦτο πεφθῆναί τε δυναμένην θάττον,   
[7] αἱματωθῆναί τε μᾶλλον. ἡ γάρ τοι πρόσφατος, ὅταν μὴ   
[8] πάνυ καλῶς πεφθῇ, πλεῖστον ἐν ταῖς φλεψὶν ἀθροίζει τὸνωμον χυμονς

### [chapter:38]

[9] [Περὶ θαλασσίων ἐχίνων.] Καὶ δἰ οἰνομέλιτος   
[10] αὐτοὺς ἐσθίουσι καὶ διὰ γάρου γαστρὸς ὑπαγωγῆς   
[11] ἔνικεν · καὶ λοπάδας ἐξ αὐτῶν σκευάζουσιν, ἐπεμβάλλοντες   
[12] ὠῶν τε καὶ πεπέρεως καὶ μέλιτος. ἔστι δὲ τῶν ὀλιγοτρόφων   
[13] ἐδεσμάτων καὶ μέσων τῆς κατὰ τὸ λεπτύνειν καὶ παχύνειν χυμσὺς   
[14] δυνάμεως.

### [chapter:39]

[15] [Περὶ μέλιτος.] Ἡ τῶν τροφῶν ὕλη πάσα   
[16] μέχρι δεῦρο διττοῖς γένεσι περιληφθεῖσα, τὸ μὲν ἕτερον   
[17] αὐτῶν ἐκ φυτῶν εἶχε, τὸ δὲ ἕτερον ἐκ ζώων· ἑκατέρας δ᾽ [p. 6.739]   
[1] αυτῶν αφωρισται το μελι. γίνεται μὲν γὰρ ἐπὶ τοῖς φύλλοις   
[2] τῶν φυτῶν, εστι δε οὕτε χυλὸς αὐτῶν, οὔτε καρπὸς, οὔτε   
[3] μοριον, αλλ ομογενες μεν τοῖς δρόσοις, οὐ μὴν οὔτε συνεχῶς   
[4] ουθ ομοίως εκείναις γίνεται δαψιλές. οἰδα δέ ποτε   
[5] θέρους ωρᾳ πλεῖστον οσον ἐπὶ τοῖς τῶν δένδρων καὶ θάμνων   
[6] και τινων βοτανῶν φυλλοις ευρεθὲν, ὡς ὑπὸ τῶν γεωργῶν   
[7] λεγεσθαι παιςοντων, ο Ζευς ἔβρεξε μέλι. προηγεῖτο δὲ   
[8] νυξ μεν ευψυχης, ως εν θέρει, (θέρους γαρ ἡν᾽ ὥρα τηνικαῦτα,)   
[9] θερμὴ δὲ καὶ ξηρὰ κράσις ἀέρος ἐπὶ τῆς προτεραίας.   
[10] εδοκει τοίνυν τοῖς δεινοῖς περὶ φυσιν ἐκ της γης τε καὶ τῶν   
[11] ὑδάτων ἀτμὸν ἀκριβῶς λεπτυνθέντα καὶ πεφθέντα πρὸς τῆς   
[12] ηλιακῆς θερμοτητος, υπο της ἐπιγενομένης ἐπὶ τῆς νυκτὸς ψύξεως   
[13] ἀθροισθῆναι πιληθέντα. παρ ἡμῖν μὲν οὐν σπανίως   
[14] φαίνεται τοῦτο γινόμενον, ἐν δὲ τῷ ἄρει τῷ .Λιβάνῳ καθ'   
[15] ἔκαπτον ἔτος ουκ ολίγον. ὥστε ἐκπεταννύντες ἐπὶ γῆς δέρματα   
[16] καὶ σείοντες τὰ δένδρα δέχονται τὸ ἀπορρέον ἀπ αὐτῶν   
[17] καὶ χυτρας καὶ κεραμια πληροῦσι τοῦ μέλιτος. . ὀνομάζουσι   
[18] δ αυτο δροσομελί τε καὶ αερομελι. πρόδηλος μὲν οὐν [p. 6.740]   
[1] ἤ ὕλη τῇ γενέσει τοῦ μέλιτος ὁμογενής τις οὔσα ταῖς δρόσοις,   
[2] εἰς ἀρετην δὲ καὶ κακίαν αὐτῷ φαίνεταί τι προσέρχεσθαι παρὰ   
[3] τῶν φυτῶν, ἐφ᾽ ων τοῖς φύλλοις ἀθροίζεται. καὶ διὰ τοῦτο   
[4] γίνεται κάλλιστον, ἔνθα πλεῖστοι θύμοι καί τινες ἄλλαι θερμαὶ   
[5] καὶ ξηραὶ τῇ κρασει βοτάναι τε καὶ θάμνοι. λεπτομερεῖστερον   
[6] τοιγαροῦν ἐστι μέλι τὸ γεννώμενον ἐν τοῖς τοιούτοις   
[7] φυτοῖς, καὶ δια τοῦτο ῥᾳδίως ἐκχολοῦται κατὰ τὰ θερμὰ   
[8] σώματα · τοῖς ψυχροῖς δ᾽ ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, εἴτε δι   
[9] ἡλικίαν, εἴτε δια νόσον, εἴτε φύσει τοιαῦθ ὑπάρχει.   
[10] [ed2page:6.400]ταῦτα τοίνυν ὑπ αὐτοῦ τρέφεσθαι πέφυκεν αἱματωθέντος,   
[11] ὡς ἐγγὺς τοῖς θερμοῖς ἐκχολοῦσθαι φθάνει, πρὶν αἱματωθῆναι.   
[12] λεπτομερὲς δ᾽ ὑπάρχον ἐξ ἀνάγκης ὲχει τι καὶ δριμύ ·   
[13] διὸ πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὴν γαστέρα. τοῦτ οὑν ἀφαιροῦντες   
[14] αὐτῷ, πρὸς ἀνάδοσίν τε καὶ πέψιν ἐπιτηδειότερον   
[15] ἐργαζόμεθα. καλλίστη δ᾽ ἀφαίρεσις γίνεται, μιχθέντος πρῶτον   
[16] ὕδατι πολλῷ, μετὰ τοῦτο δ᾽ ἑψηθέντος, ἄχρι περ ἃν   
[17] ἀφρίζον παύσηται. προσήκει δ᾽ αἴρειν ἀπ αὐτοῦ συνεχῶς   
[18] δηλονότι τὸν ἀφρὸν εὐθύς ἄμα τῷ γενέσθαι. διὰ γάρ τοι [p. 6.741]   
[1] τῆς τοιαύτης παρασκευῆς ἀποθέμενον τὴν δριμύτητα καὶ μηκέτ   
[2] ερεθίζον εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν ἀναδίδοται οὐ βραδεως.   
[3] το δ ἐπ ολίγον ἡ ουδ᾽ ὅλως ἑψηθὲν μελίκρατον   
[4] ὑπερχεσθαι φθανει προ τοῦ πεφθῆναι, ἀναδοθῆναί τε καὶ   
[5] θρεψαι το σῶμα. διαφορα δ᾽ αυτοῖς ἐστι κάν τῷ φύσαν μέν   
[6] τινα γεννᾶν ἐν τῇ κοιλίᾳ καὶ τοῖς ἐντέροις τὸ μὴ τελέως ἔψηθεν,   
[7] αφυσον δὲ καὶ διουρητικὸν γίνεσθαι τὸ κατὰ τὴν ἔψησιν   
[8] ἀποθέμενον ἃπαντα τὸν ἀφρόν. εἰ δὲ χωρὶς ὕδατος μίξεως   
[9] ἐκλείχοι τις τὸ μέλι μόνον, ἦττον μὲν τρέφειν μᾶλλον   
[10] δ᾽ ὑπαγει τὰ κατὰ τὴν γαστέρα, πλέον δ᾽ εἴ τις αὐτοῦ   
[11] προσενέγκοι, την ανω κοιλίαν εἴωθεν εἰς ἔμετον ἐξορμᾶν.   
[12] ἑψηθεν δέ χωρὶς υδατος, οὔτ ἐμετικόν ἐστιν ὁμοίως, οὔθ'   
[13] υπακτικον τῶν κατα τὴν κοιλίαν, ἀλλ᾽ ἀναδίδοταί τε καὶ τρέφει   
[14] μᾶλλον · σύρα δ ᾖττον κινεῖ τοῦτο τοῦ μεθ' ὕδατος   
[15] ἑψηθέντος. οὐ μὴν οὐδ᾽ ὁπότε τρέφει, τροφὴν ἀξιόλογον   
[16] δίδωσι τῷ σωματι, ὡστε τισὶν ἔδοξεν οὐδὲ τρέφειν ὅλως.   
[17] αλλα πρὸς μὲν τούτους αὐτάρκως εἴρηται διὰ τοῦ τρίτου   
[18] τῶν εἰς το περὶ διαίτης ὀξέων νοσημάτων Ἱπποκράτους ὑπομνηματος, [p. 6.742]   
[1] ο τινες μεν επιγραφουσι προς τας Κνιδίας γνωμας,   
[2] ἔνιοι δὲ περὶ πτισάνης, ἁμαρτάνοντες ἀμφότεροι, καθοτι   
[3] δεδεικται δια τῶν εἰς αὐτὰ γεγονότων ἡμῖν ὑπομνημάτων.   
[4] ἐν δε τῷ παροντι λόγῳ τοσαῦτ εἰπεῖν ὑπὲρ αὐτοῦ βέλτιον   
[5] ην, οσα λέλεκται. κεφάλαιον δ᾽ αὐτῶν ἐστιν, γέρουσι μὲν   
[6] και ολως ψυχραῖς τοῦ σώματος κράσεσιν ἐπιτήδειον εἶναι,   
[7] τοῖς δ ακμαζουσι καὶ θερμοῖς ἐκχολοῦσθαι, τροφὴν δ᾽,   
[8] ολίγην ημῖν ἐξ αὐτοῦ γίνεσθαι, μὴ φθάσαντος εἰς χολὴν μεταβαλεῖν,   
[9] ως, εἴγ αὐτῷ τοῦτο συμβαίη, τρέφειν οὐδ᾽ ὅλως   
[10] τηνικαῦτα δυνασθαι. πρόδηλον δὲ, ὅτι τὴν ὠχρὰν καὶ ξανθην   
[11] χολὴν ὑπ᾽ αὐτοῦ γεννᾶσθαι λέγομεν, οὐ τὴν μέλαιναν.   
[12] ειρηται γὰρ ηδη πολλάκις ἐν πολλοῖς, ἔθος εἰναι τοῖς ἰατροῖς   
[13] τὴν τοιαυτην χολὴν ἀπλῶς ὀνομάζειν ἄνευ τῆς κατὰ τὴν χρόαν   
[14] προσθηκης, τὰς δ᾽ ἄλλας ἁπάσας σὺν τῷ τῆς χρόας ἑρμη-νευειν   
[15] ὀνόματι. φαίνονται δὲ κενούμεναι πλὴν τῆς πρασιζουσης   
[16] αἱ ἄλλαι πάσαι, χαλεπῶς νοσοῦντος τοῦ σώματος ·   
[17] η ξανθὴ δὲ καὶ ὠχρὰ καὶ πρασοειδὴς καὶ χωρὶς νοσημάτων   
[18] ἐμεῖταί τε καὶ διαχωρεῖται πολλάκις,

[p. 6.743]

### [chapter:40]

[1] [Περὶ οἴνου,] Ὅτι μὲν ἐκ τῶν τρεφόντων   
[2] εστιν ο οίνος, απαντες ομολογοῦσι · καὶ εἴγε τὸ τρέφον ἃπαν   
[3] τροφὴ εστι, ῥητεος ἀν εἴη ἐκ τοῦ γένους τῶν τροφῶν καὶ ὁ   
[4] σίνος. αλλ ἔνιοί γε τῶν ἰατρῶν οὕ φασι δεῖν ὀνομάζειν   
[5] τροφην αυτον· αντιδιατρεῖσθαι γοῦν κατὰ τοὺς λόγους τῇ   
[6] τροφῇ το ποτον, ὅπερ καὶ πόμα προσαγορεύεται, καθάπερ   
[7] γε καὶ η τροψη σιτίον τε (35ο) καὶ ἐδεστὸν ἔδεσμα. τροφην   
[8] μεν οὐν δια ταῦτα καλεῖν οὐκ ἀξιοῦσι τὸν οἶνον, ὁμολογοῦσι   
[9] μην τρέ[ed2page:6.401]φειν αὐτὸν, οὑ νῦν εἰς τὰ παρόντα   
[10] δεομεθα. καὶ εἴπερ καὶ ἄλλας τινὰς ὕλας τρέψειν μὲν συνεχώρουν,   
[11] ἐκωλυονῶὔ τροφὰς ὁνομάζειν, τὴν ἀπασῶν αὐτῶν   
[12] διδασκαλίαν εἰς ἔνα λογον συλλέγοιμεν ἄν · ὅταν δὲ οὐκ ἐθεῶ   
[13] λωσιν τον μονον οῖνον ονομαζειν τροφὴν, καίτοι τρέφοντα,   
[14] συγχωρήσουσιν ημῖν, τῷ περὶ τῶν τροφῶν λόγῳ βραχὺν   
[15] οντα τον περι τῶν οἴνων προσθεῖναι. ἃς γὰρ Ἱπποκράτης   
[16] δυναμεις εἷπεν εν τῷ περὶ διαίτης οξέων, οὐχ ὡς τροφῆς εἰσιν,   
[17] αλλ ως φαρμακου μᾶλλον, ἐκείνας μὲν οὐν ἐν τῷ τρίτῳ   
[18] τῶν εἰς ἐκεῖνο το βιβλίον ὑπομνημάτων ἐξηγήμεθα, κᾷν τῇ [p. 6.744]   
[1] τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου πραγματείᾳ καὶ τῇ τῶν ὑγιεινῶν·   
[2] ἐν δὲ τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ τὰς ἐν τῷ τρέφειν αὐτοῦ διαφορας   
[3] ἐροῦμεν, ἐντεῦθεν ἀρξάμενοι, ἀπάντων οὐν τῶν οἴνων   
[4] οἱ ἐρυθροί τε ἃμα καὶ παχεῖς εἰς αἵματος γένεσιν ἐπιτηδειοτατοι,   
[5] βραχυτάτης δεόμενοι τῆς εἰς αὐτὸ μεταβολῆς, ἐφεξῆς   
[6] δε αυτῶν οἱ μέλανές τε καὶ γλυκεῖς καὶ παχεῖς, εῖθ' οἱ   
[7] κατα τὴν χρόαν ἐρυθροὶ καὶ μέλανες, ἐν δὲ τῇ συστάσει παχεῖς   
[8] γ εχοντες αμα τούτοις τι καὶ στυφούσης ποιότητος. τούτων   
[9] δε ηττον οἱ λευκοί τε αμα καὶ παχεῖς καὶ στρυφνοὶ τρεῖφειν   
[10] πεφυκασιν. ἀπάντων δ᾽ ἤκιστα τρέφουσιν οἱ λευκοὶ   
[11] μεντῇχροᾳ, λεπτοὶ δὲ τῇ συστάσει, παραπλήσιοί πως ἄντες   
[12] υδασι τοῖς εἰς τὸ καλούμενον ὑδρόμελι ἐπιτηδείοις. ὅτι μὲν   
[13] οὐν οἱ παχεῖς οἔνοι τροφιμώτεροι τῶν λεπτῶν εἰσιν, ἤ τε   
[14] φυσις αὐτῶν ἐνδείκνυται καὶ ἡ πεῖρα μαρτυρεῖ. πέττονται   
[15] δὲ κατὰ τὴν γαστέρα καὶ ἀναδίδονται μᾶλλον οἱ γλυκεῖς τῶν   
[16] αυστηρῶν, ὡς ἂν καὶ θερμότεροι ὄντες τὴν δύναμιν. οἱ δὲ   
[17] παχεῖς πανυ πέττονται μὲν βραδύτερον, ὥσπερ γε καὶ ἀναδίδανται,   
[18] γαστρὸς δ᾽ ἰσχυροτέρας ἐπιτυχόντες, ὡς πεφθῆναι [p. 6.745]   
[1] καλῶς, πλέονα τροφὴν διδόασι τῷ σώματι. πρόδηλον δ᾽, ὅτι,   
[2] καθαπερ εἰς το τρέφειν εἰσὶ βελτίους τῶν λεπτοτέρων, οὕτως   
[3] εἰς οὔρησιν χείρους.

### [chapter:41]

[4] [Περὶ τῶν ταριχευομένων, ἐν τῷ πρόσθεν   
[5] λογῳ ἀναβληθέντων.] Ἀνεβαλόμην ἐρεῖν ἐπὶ τῇ τελευτὴ τοῦ   
[6] λόγου περὶ τῶν ταριχευομένων καὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων.   
[7] ὅπως οὐν μηδὲ ταῦτα λείποι, καιρὸς ἤδη διελθεῖν ἑκατέρων   
[8] τας δυνάμεις. ἐπιτήδεια πρὸς ταριχείαν ἐστὶ σώματα ζώων,   
[9] ὅσα σκληράς τε ἄμα καὶ περιττωματικὰς ἐχει τὰς σάρκας. ὁνομάζω   
[10] δὲ περιττωματικὰς, ὡς κάν τῷ πρόσθεν λόγῳ, τὰς   
[11] ἐχούσας ἐν ἑαυταῖς ὑγρότητα παρεσπαρμένην φλεγματικωτεῖραν·   
[12] καὶ ὅσῳ μὲν ἤδε πλείων ᾖ καὶ παχυτέρα, τοσῷδε μάλλον   
[13] ἀμείνων ἡ σὰρξ γίνεται ταριχευομένη. τὰ δ᾽ ἤτοι πάνυ   
[14] μαλακην , ἤ πανυ ξηραν καὶ ἀπέριττον ἔχοντα τὴν ἕξιν τοῦ   
[15] σωματος οὐκ ἐπιτήδεια ταριχεύεσθαι. δύναμις γάρ ἐστι τῶν   
[16] ἀλῶν, ὡς ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων πραγματείᾳ δέδεικται,   
[17] σύνθετος ἔκ τε τοῦ διαφορεῖν τὰς περιττὰς ὑγρότητας, οἷς   
[18] ἂν ὁμιλῇ σώμασι, καὶ λεπτύνειν αὐτὰ, καὶ συνάγειν εἰς ἑαυτὰ, [p. 6.746]   
[1] τοῦ τῶν νίτρων ἀφροῦ καὶ τοῦ τῶν χαύνων ἀφρονίτρων τὸ   
[2] μὲν λεπτύνειν καὶ διαφορεῖν ἐχόντων, τὸ δὲ συνάγειν ἤ   
[3] σφίγγειν ουκ ἐχοντων. ὅσα τοίνυν ἐστὶ φύσει ξηρὰ σῶματα   
[4] , διαπαττόμενα τοῖς ἁλσὶν ἄβρωτα γίνεται σκελετευόμενα   
[5] καί τις ἐπεχείρησας ταριχεῦσαι λαγωὸν, ὅμοιον εἰργάσατο   
[6] ταῖς σκελετευθείσαις γαλαῖς. αἱ δὲ τῶν ἀκμαζόντων τε καὶ   
[7] πιονων υων σαρκες επιτηοειοι ταριχευεσθαι, τὴν ατοπιαν   
[8] ἑκατέραν ἐκπεφευγυῖαι, ξηρότητα μὲν τῶν γεγηρακότων, ὑγρότητα   
[9] δ᾽ ἄμετρον τῶν νέων χοίρων. [ed2page:6.402] ὥσπερ γὰρ τὰ   
[10] ξηρα σωματα βύρσαις ὅμοια γίνεται ταριχευθέντα, κατὰ   
[11] τον ἐναντίον τροπον, ὅσα λίαν ὑγρὰ διαρρεῖ, κατατήκεται   
[12] τοῖς αλσὶν ὁμιλοῦντα. διὰ τοῦτ οὐν οὐδὲ τῶν ἰχθύων ὅσοι   
[13] μαλακοσαρκοί εἰσι καὶ ἀπέριττοι, καθάπερ οἱ πετραῖοι καλούμενοι   
[14] καὶ τῶν ὀνίσκων οἱ ἐκ καθαράς θαλάττης, εἰς ταριχείαν   
[15] εἰσὶν ἐπιτηδειοι. κορακῖνοι δὲ καὶ μύλοι καὶ πηλαμίδες,   
[16] ἔτι τε σάρδαι καὶ σαρδῆναι, καὶ τὰ σαξάτινα καλοῦμενα   
[17] καὶ ταρίχη προς ταριχείαν εἰσὶν ἐπιτήδεια. καὶ τὰ κητώδη   
[18] δὲ τῶν θαλαττίων ζώων ταριχευόμενα βελτίω γίνονται,   
[19] περιττωματικὰ ἔχοντα καὶ ταῦτα τὴν σάρκα. μοχθηραὶ [p. 6.747]   
[1] δε τρίγλαι προς ταριχείαν εἰσὶ διὰ τὸ ξηρὰν καὶ ἀπέριττον   
[2] ἔχειν την σάρκα. πρόδηλον δ᾽ ἐκ τούτων, ὅσα μὲν σκληρα   
[3] καὶ νευρώδη καὶ οἱονεὶ δερματώδη τε καὶ βυρσώδη γίνεται,   
[4] ταριχευθέντα δυσπεπτα πάνυ εἰναι · τὰ δ᾽ ἐναντίως διατιθῶμενα   
[5] λεπτομερῆ μὲν αὐτὰ γίνονται, λεπτύνει δ᾽ ἐσθιόμενα   
[6] τους παχεῖς καὶ κολλωδεις χυμούς. ἄριστα δ᾽ ἐστὶ τῶν εἰς   
[7] ἐμὴν πεῖραν ἐλθόντων τα τε Σαρδικὰ, πρὸς τῶν ἔμπροσθεν   
[8] ἰατρῶν ὀνομαζομενα ταρίχη, Σάρδας δ᾽ αὐτὰς οἱ νῦν καλοῦσιν,   
[9] οἷ τε ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι. δευτέραν δ᾽ ἐπ᾽ αὐτοῖς   
[10] ὲχουσι τάξιν οἷ τε κορακῖνοι καὶ αἱ πηλαμίδες καὶ τὰ   
[11] σαξατινα καλούμενα.

### [chapter:42]

[12] [Περὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων,] Καθ᾽   
[13] ἑκάστην διαφορὰν ὥν εἶπον ὑπάρχειν ἐν ταῖς τροφαῖς, ἔστι   
[14] τινα μέσα. καὶ γὰρ τῶν σκληροσάρκων καὶ μαλακοσάρκων   
[15] ευροις αν τι μέσον, ως μήθ' ἀπαλόσαρκον ἔτι, μήτε σκληράσαρκον   
[16] εἰναι, καὶ τῶν λεπτυνόντων τε καὶ παχυνόντων, ἤθερμαινὀντων   
[17] ἤ ψυχόντων, ἤ ξηραινόντων ἤ ὑγραινόντων. [p. 6.748]   
[1] ἐπιτήδεια δ᾽ ἐσθίεσθαι τοῖς μὲν ἄμεμπτον φυλάττουσι τὴν   
[2] φυσικην κρᾶσιν ζωοις, ὅσα ταῖς φύσεσιν αὐτῶν ἐστιν ὅμοια,   
[3] τοῖς δὲ μοχθηραν η ἐξ ἀρχῆς ἔχουσιν, ἤ ὕστερον ἐπικτησαμένοις,   
[4] ουχ η τῶν ομοίων ἑαυτοῖς, ἀλλ᾽ ἡ τῶν ἐναντίων ἐδωδη   
[5] χρησιμος. υπο μὲν γὰρ τῶν ὁμοίων φυλάττεται τὸ κατὰ   
[6] φυσιν ἀμέμπτως ἔχον, ὑπὸ δὲ τῶν ἐναντίων εἰς τὴν οἰκείαν   
[7] κρᾶσιν αγεται τὰ μοχθηρῶς κεκραμένα, τοιγαροῦν ἴδιον   
[8] ἐκαστῃ φυσει ζωου γενήσεται τὸ μέσον, οἷον ἀνθρώπῳ μὲν   
[9] τοιονδε , κυνὶ δὲ τοιονδε, καὶ τῶν ἄλλων δὲ ἑκάστῳ, καὶ κατὰ   
[10] μέρος ανθρωπῳ τοδε κατὰ τήνδε τὴν ἡλικίαν καὶ τήνδε,   
[11] καὶ προσέτι κατα τας τῶν ἐπιτηδευμάτων διαφορὰς, ἐθῶν τε   
[12] καὶ χωρίων, ἐν οἷς ἐκ πολλοῦ διατρίβουσι.

[p. 6.749]

## [book:4]

### [chapter:1] ΓΑΛΗΝοΥ ΠΕΡΙ ΕΥΥΥΜΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΚΟΝΥΜΙΑΣ ΤΒΟΦΩΝ.

[1] Οἱ συνεχῶς ἐτῶν οὐκ ὀλίγων ἐφεξῆς γενομενοι   
[2] λιμοὶ κατὰ πολλὰ τῶν Ῥωμαίοις ὑπακουόντων ἐθνῶν   
[3] ἐναργῶς ἐπεδείξαντο τοῖς γε μὴ παντάπασιν ἀνοήτοις, ἡλίκην   
[4] ὲχει κακογαμία δύναμιν εἰς νόσων γένεσιν. οἱ μὲν γὰρ τὰς   
[5] πόλεις οἰκοῦντες, ὥσπερ ἤν ἔθος αὐτοῖς παρασκευάζεσθαι   
[6] κατα το θέρος ευθέως σῖτον αὐτάρκη πρὸς ὅλον τὸν ἐφεξῆς   
[7] ἐνιαυτον, ἐκ τῶν αγρῶν πάντα τὸν πυρὸν αἴροντες ἄμα ταῖς   
[8] κριθαῖς τε καὶ τοῖς κυάμοις καὶ φακοῖς, ἀπέλιπον τοῖς ἀγροίκοις [p. 6.750]   
[1] τοὺς ἄλλους Δημητρίους καρποὺς, οὕς ὀνομάζουσιν ὅσπριά   
[2] τε καὶ χέδροπα, μετὰ τοῦ καὶ τούτων αὐτῶν οὐκ ὀλίγα   
[3] κομίζειν εἰς ἄστυ. τὰ γοῦν ὑπολειφθέντα διὰ τοῦ χειμῶνος   
[4] ἐκδαπανῶντες οἱ κατὰ την χώραν ἄνθρωποι τροφαῖς κακοχύμοις   
[5] ἡναγκάζοντο χρῆσθαι δέ ὅλου τοῦ ἡρος, ἐσθίοντες   
[6] ἀκρέμονάς τε καὶ βλάστας δένδρων καὶ θάμνων, καὶ βολβοὺς,   
[7] κοιὶ ῥίζας κακογαμίαν φυτῶν, ἐμφορουμενοι δὲ καὶ τῶν ἀγρίων   
[8] ὀνομαζομένων λαχάνων, ὅτου τις ἔτυχεν εὐπορήσας, ἀφειδῶς   
[9] ἄχρι κόρου, καθάπερ καὶ πόας χλωρὰς ὅλας ἕψοντες ἤσθιον,   
[10] ὧν πρότερον οὐδ᾽ ἄχρι πείρας ἐγεύσαντο πώποτε. παρῆν οὐν   
[11] ὁρῆν ἐνίους μὲν αὐτῶν ἐν τοῖς ἐσχάτοις τοῦ ἡρος, α΄παντας δ᾽   
[12] ὀλίγου δεῖν ἐν ἀρχῇ τοῦ θέρους ἁλισκομένους ἕλκεσι παμπολ·λοις   
[13] κατὰ τὸ δέρμα συνισταμένοις, οὐ τὴν αὐτὴν ἰδέαν ἃπασιν   
[14] ἴσχουσι · τὰ μὲν γὰρ αὐτῶν ἤν ἐρυσιπελατώδη, τὰ δὲ φλεγμονώδη,   
[15] [ed2page:6.418] τὰ δ᾽ ἑρπυστικὰ, τὰ δὲ λειχηνώδη, καὶ ψωρώδη,   
[16] καὶ λεπρώδη. τούτων μὲν ὅσα πρᾳότατα, διὰ τοῦ δέρματος   
[17] ἐξανθησαντα την κακοχυμίαν ἐκ τῶν σπλάγχνων τε καὶ τοῦ   
[18] βάθους ἐκένωσεν · ἐνίοις δέ τισιν ἀνθρακώδη τε καὶ φαγεδαινίκα [p. 6.751]   
[1] γενομενα μετα τῶν πυρετῶν, ἀπέκτεινε πολλοὺς ἐν χρόνῳ   
[2] μακρῷ μογις ολιγίστων σωθέντων. ἄνευ δὲ τῶν κατὰ   
[3] τὸ δέρμα παθηματων πυρετοὶ πάμπολλοι ἐγένοντο, διαχωρῇσεις   
[4] γαστρὸς ἐπιφέροντες δυσώδεις καὶ δακνώδεις, εἰς τεινεσμους   
[5] καὶ δυσεντερίας τελευτωσας, οὐρά τε δριμέα, καὶ αὐτὰ   
[6] δυσώδη, τὴν κύστιν ἐνίων ἑλκώσαντα. τινὲς δ᾽ αὐτῶν ἐκρῦθησαν   
[7] ἱδρῶσι, καὶ τουτοις δυσωδεσιν, ἤ ἀποστήμασι σηπεδονώδεσιν,   
[8] οίς δ᾽ οὐδὲν τούτων ἐγένετο, πάντες ἀπέθανον   
[9] ἤ μετὰ φανεράς φλεγμονῆς ἑνός γέ τινος τῶν σπλάγχνων, ἤ   
[10] διὰ τὸ μέγεθός τε καὶ τὴν κακοήθειαν τῶν πυρετῶν. ὁλιγᾶστων   
[11] δὲ φλέβα τεμεῖν ἐν ἀρχῇ τῆς νόσου τολμησάντων ἐνίων   
[12] ἰατρῶν, (ἐδεδίεσαν γὰρ εἰκότως χρῆσθαι τῷ βοηθήματι διὰ   
[13] τὸ προκαταλελύσθαι τὴν δυναμιν,) οὐδενὸς εἶδον αἷμα χρηστὰν   
[14] ἐκκριθὲν , ὁποῖον ἐκ τῶν ὑγιεινῶν σωμάτων ὁρᾶται κενεόμενον,   
[15] ἀλλ᾽ ἤτοι πυῥῥότερον, ἤ μελάντερον, ἤ ὀῥῥωδέστερον,   
[16] ἤ δριμὺ καὶ δάκνον αὐτὴν τὴν διαιρεθεῖσαν φλέβα   
[17] κατὰ τὴν ἐκροὴν, ὡς δυσεπούλωτον γενέσθαι τὸ ἕλκος, ἐνίοις [p. 6.752]   
[1] δὲ καὶ συμπτώματα μετὰ τῶν πυρετῶν ἰ καὶ μάλιστα τοῖς   
[2] αποθανοῦσιν, ἐγένοντο βλάβην τῆς διανοίας ἐπιφέροντα σὺν   
[3] ἀγρυπνίαις καὶ καταφοραῖς. οὐδὲν δὲ θαυμαστὸν, ἐναντίοις   
[4] ἁλῶναι νοσήμασί τε καὶ συμπτώμασι τοὺς τότε νοσήσαντας,   
[5] αὐτούς τε διαφέροντας ἀλλήλοις οὐ ταῖς φύσεσι μόνον ἤ ταῖς   
[6] ἡλικίαις, ἀλλὰ καὶ ταῖς ἔμπροσθεν διαίταις, ἐναντίαν τε δύναμιν   
[7] ἐχούσας ἐδηδοκότας ἐν τῷ λιμῷ τροφάς. ἤσθιον μὲν   
[8] γὰρ ἄπαντες ὧν ηὐπόρουν · ἀνομοίου δὲ τῆς εὐπορίας   
[9] οὔσης, ἔνιοι μὲν ὀξεῖς, ἤ δριμεῖς, ἤ ἁλυκοὺς, ἤ πικροὺς ἔχοντα   
[10] χυμοὺς ἐδέσματα προσηνέγκαντο, τινὲς δ᾽ αὐστηροὺς,   
[11] ἤ στρυφνοὺς, ἤ ψύχοντας σαφῶς, ἤ ὑγροὺς ἱκανῶς, ἤ γλίσχρους,   
[12] ἤ φαρμακώδεις. οἶδα γοῦν ἐνίους μὲν αὐτίκα διὰ   
[13] μυκήτων ἐδωδὴν ἀποθανόντας, ἐνίους δὲ διὰ κωνείων, ἤ   
[14] ναρθήκων, οὐκ ὀλίγους δ᾽ ἐξ αὐτῶν μόλις διασωθέντας.   
[15] ἀπασι μὲν οὐν τοῖς ἄλλοις ἀνθρώποις ἐναργῶς ἐφαίνετο τῷ   
[16] λογισμῷ σκοπουμένοις, ὥσπερ ἔκτος πολυειδεῖς μὲν ἑλκῶσεις   
[17] ἐγένοντο, ποικίλα δὲ ὄγκων εἴδη φλεγμονωδῶν τε καὶ οἰδηματωδῶν, [p. 6.753]   
[1] ερυσιπελατωδῶν τε καὶ σκιῥῥωδῶν, οὕτω καὶ   
[2] κατα τινα τῶν ἐν βάθει μορίων, ὅσα κυριώτερα, τοσαύτας   
[3] διαθέσεις ἐγχωρεῖν γεγονέναι. μόνοις δὲ τοῖς ἀποστᾶσι τῆς   
[4] κατα τους χυμους Ἱπποκράτους διδασκαλίας ὁ λογισμὸς ἐπεπηρωτο,   
[5] παντα μᾶλλον ἤ τοὺς χυμους αἰτιᾶσθαι τολμῶσιν.   
[6] ἔνιοι δ αυτῶν ωμολόγησάν μοι λαθραίως, ὁρῆν μὲν Παργῶς   
[7] τὴν προς Ἱπποκράτην φιλονεικίαν τῶν οὐδὲν ουδ᾽ εἰς   
[8] νόσον ηγουμένων αγαθον ἤ κακὸν ἐκ χυμῶν γίνεσθαι, μεταστηναι   
[9] δ αἰδεῖσθαι πρὸς Ἱπποκράτην μετὰ πεντήκοντα   
[10] τῆς ηλικίας ἔτη · δοξειν μὲν γὰρ οὕτως ἔφασαν οὐ τοὺς   
[11] μαθητας μονους, αλλὰ καὶ τοὺς χρωμένους ἡμῖν ἐν εἴπαντι   
[12] τῷ προσθεν χρονῳ βεβλαφέναι. καὶ μέντοι καὶ τιμᾶσθαι μὲν   
[13] ἔλεγον ηδη προς πολλῶν ανθρώπων, ὡς ἐπ ἀληθέσιν οἷς   
[14] ἐπρεσβευον δογμασιν· ἐὰν δὲ καὶ ταῦθ ὁμολογήσωσιν εἶναι   
[15] μοχθηρα, καὶ τῶν αλλων ἀμαθέστεροι φανεῖσθαι, καὶ μηδένα   
[16] τῶν ἔμπροσθεν αυτοῖς χρωμένων αῦθτς ἔτι χρήσεσθαι,   
[17] [ed2page:6.419]τούτοις μὲν ουν πολλην συγγνώμην νέμειν εὔλογον ἡμὰς, οὐ [p. 6.754]   
[1] την προαίρεσιν μεμφομένους, ἀλλὰ τῇ δυστυχίᾳ .συναλγοῦντας   
[2] αυτοῖς, οῖ πρὸ τοῦ κρῖναι δύνασθαι τα διδασκόμενα   
[3] περιέπεσον οὐκ ἀγαθοῖς διδασκάλοις. ἄξιοι δὲ μίσους εἰσὶν   
[4] οἱ πρῶτοι διὰ φιλοτιμίαν αἱρέσεις δογμάτων συστησάμενοι ·   
[5] φαίνονται γὰρ ἑκόντες ἐξαπατᾶν ἐπιχειρῆσαι τοὺς πέλας , οὐκ   
[6] ἄκοντες σφαλῆναι, μηδενὸς ἀνθρώπου εἰς τοσαύτην ἄνοιαν   
[7] ἥκοντος, ὡς ἀγνοῆσαι, πηλίκον ἐστὶ κακὸν ἐκτραπῆναι τοὺς   
[8] ἐν τῷ σώματι χυμοὺς εἰς φαρμακώδεις ποιότητας. αὐτοὶ   
[9] γοῦν ουτοι, πρὸς οὕς ὁ λόγος ἐστὶ, δυσκολον ἤ καὶ τελεῶς   
[10] ἀδύνατον εἶναί φασι διακρῖναι τοὺς ἐκ φαρμάκων ὀλεθρίων   
[11] προσφοράς ἀπολλυμένους τῶν ἐξ αὐτοῦ τοῦ σώματος τῆς   
[12] νοσώδους διαθέσεως. οὐ μὴνοὔθ', ὅτι τοὺς τῶν ἰοβόλων ὀνομαζομένων   
[13] θηρίων χυμοὺς, οὑς ἐνιᾶσι διὰ τοῦ δήγματος,   
[14] ἐνίους μὲν νεκροῦντας ἐν τάχει τὸ δηχθὲν μόριον, ἐνίους δὲ   
[15] καὶ σήποντας, ἤ φλεγμονὰς ἤ ὀδύνας μεγίστας ἐπιφέροντας   
[16] ἐναργῶς ὁρῶμεν, ἔνεστιν ἀρνήσασθαι οὐδενὶ, καθάπερ οῦδὐ   
[17] ὅτι σκορπίῳ τις ἐπιπτύσας δὶς ἤ τρὶς νήστης εὐθέως ἀναιρεῖ [p. 6.755]   
[1] τὸ ζῶον. ὥσπερ γὰρ οἰκεῖαι φύσεις φύσεσίν εἰσιν, οὕτως   
[2] ἔτεραι πολέμιαί τε ἑτέραις καὶ φθαρτικαὶ τρέφεσθαι μὲν   
[3] οὑν ἡμῖν ὑπο τῶν οἰκείων, ἀπόλλυσθαι δὲ ὑπὸ τῶν ἐναντίων   
[4] συμβαίνει. καὶ λέλεκται περὶ τουτων ἐπὶ πλεῖστον ἔν τε τοῖς   
[5] περὶ τῶν φυσικῶν δυναμεων ὑπομνήμασι, καὶ τοῖς περὶ τῶν   
[6] απλῶν φαρμακων· εἰς δὲ τον ἐνεστῶτα λόγον ἱκανὴ καὶ   
[7] τῶν ἐν τοῖς λιμοῖς ὀφθέντων ἡ διήγησις. εἰ δέ μοι πιστεύειν   
[8] ἐθέλοις, οὐδεμίαν μὲν αἰτίαν [ed1page:4.352] ἔχοντι ψεύδεσθαι, δυσγεραίροντι   
[9] δὲ ἐπὶ τῷ πολλούς ἐν βιβλίοις ἄνδρας ἐψεῦσθαι   
[10] μεγάλως, διηγήσομαί σοι τὰ διὰ μακράς πείρας ἐν ὅλῳ μου   
[11] τῷ βίῳ γνωσθέντα μετὰ τοῦ καὶ τοὺς θεοὺς ἐπικαλέσασθαι   
[12] μάρτυρας. ἐμοὶ γὰρ πατὴρ ἐγένετο, γεωμετρίας μὲν καὶ ἀρχιτεκτονίας   
[13] καὶ λογιστικῆς ἀριθμητικῆς τε καὶ ἀστρονομίας   
[14] εἰς ἄκρον ἥκων, ὑπὸ πάντων δὲ τῶν γνόντων αὐτὸν ἐπὶ   
[15] δικαιοσυνῃ καὶ χρηστότητι καὶ σωφροσυνῃ θαυμασθεὶς, ὡς   
[16] οὐδεὶς τῶν φιλοσόφων. οὕτος οὐν παῖδα μὲν ἄντα με διαττῶν   
[17] αὐτὸς ἄνοσον ἐφύλαξεν. ἐπεὶ δὲ μειράκιον ἐγενόμην, ὅ   
[18] τε πατὴρ ὑπεχώρησεν εἰς ἀγρὸν, ὧν φιλογέωργος, εἰχόμην [p. 6.756]   
[1] μὲν ὧν ἐμάνθανον ῦπὲρ ἃπαντας τοὺς συμφοιτῶντας, οὐ   
[2] δι ψμέρας μόνον, ἀλλὰ καὶ νύκτωρ · ἐμπλησθεὶς δὲ μετὰ   
[3] τῶν ἡλικιωτῶν ἐν παντὶ τῷ χρόνῳ τῆς ὀπώρας ἀπάντων   
[4] τῶν ωραίων, ἐνόσησα τοῦ φθινοπώρου νόσον ὀξεῖαν ὡς   
[5] φλεβοτομίας δεηθῆναι, παραγενόμενος οὑν εἰς τὴν φιῶλιν δ   
[6] πατηρ ἐπετίμησέ τέ μοι καὶ τῆς ἔμπροσθεν διαίτης ἀνέμνησεν,   
[7] ην ὑπ᾽ αὐτῷ διῃτώμην, ἐκέλευσέ τε τὸ λοιπὸν φυλάττειν   
[8] αυτην, αποσταντα τῆς τῶν ηλικιωτῶν ἀκρασίας. καὶ μέντοι   
[9] και κατα τον ἑξῆς ἐνιαυτον ἔργον ἐποιήσατο παραφυλάξαι   
[10] μου την δίαιταν, ὡς μετρίως ἃψασθαι τῶν ὡραίων · ἡγον   
[11] δὲ τηνικαῦτα τῆς ἡλικίας ἔτη ιθ'. ἄνοσος οὑν ἐν αὐτῷ μείνας   
[12] , εἰτ ἐν τῷ μετ αυτον ἐνιαυτῷ τοῦ πατρὸς ἀποθανόντος,   
[13] αμα τοῖς ηλικιωταις διαιτηθεὶς ἐπὶ δαψιλέσι τοῖς κατὰ   
[14] την οπώραν, ἐνόσησα νόσον παραπλησίαν τῆ πρόσθεν, ὡς   
[15] καὶ τοτε φλεβοτομίας δεηθῆναι. τοὐντεῦθεν ποτὲ μὲν ἐφεξῆς   
[16] καθ ἕκαστον ἐνιαυτὸν, ἐνίοτε δὲ διαλιπών ἐν ἔτος, ἐνόσουν   
[17] μέχρι τῶν ὀκτώ καὶ εἴκοσιν ἐτῶν, [ed2page:6.420] ἐν τούτῳ δὲ [p. 6.757]   
[1] κινδυνευσας ἀπόστημα σχεῖν, καθ' ὃ μέρος συνάπτει τἄ ἡπαρ   
[2] τῷ διαφραγματι, τῶν ὡραίων ἀπάντων ὰπέχεσθαι ἐμαυτὸν   
[3] ωρισα πλὴν τῶν πεπείρων ἀκριβῶς σύκων τε καὶ σταφυλῶν,   
[4] ουδὲ τούτων ἀμέτρως, ὡς ἔμπροσθεν, ἀλλὰ συμμέτρως   
[5] προσφερόμενος. ἔσχον δὲ καὶ ἄλλον τινὰ τῶν ἐμαυτοῦ   
[6] πρεσβυτερον ἔτεσι δυοῖν, τὴν αὐτὴν γνώμην ἔχοντα ἐμοῦ   
[7] φροντίζοντες οὐν τῶν γυμνασίων καὶ τοῦ μηδέποτ ἀπεπτγσαι   
[8] ανοσοι διεμείναμεν ἄχρι δεῦρο πολλῶν ἐτῶν· καὶ τῶν   
[9] ὰλλων δε φίλων ὅσους ἔπεισα γυμνάζεσθαί τε καὶ τεταγμένως   
[10] διαιτᾶσθαι, τεῖος πάντας ὁρῶ διαπαντὸς ὑγιαίνοντας,   
[11] ἐνίους μὲν ἐξ ἐτῶν πέντε καὶ εἴκοσι, τούς δ᾽ ἐξ ἐλαττόνων   
[12] μὲν, ἤδη δ᾽ ἱκανῶν, ὡς ἕκαστοι πεισθέντες ἔτυχον ἄπεχεσθαί   
[13] τε τῶν ὡραίων καὶ τῶν ἄλλων κακοχύμων ἐδεσμάτων,   
[14] α προκειται διελθεῖν ἐν τῷδε τῷ γράμματι.

### [chapter:2]

[15] Τοῖς μὲν οὐν δυναμένοιο γυμνάζεσθαι πρὸ   
[16] τῶν σιτίων οὐδὲ τῆς ἀκριβοῦς πάνυ διαίτης ἐδέησε · τοῖς δἔ [p. 6.758]   
[1] διὰ περιστάσεις πραγμάτων κωλυομένοις οὐ μόνον ἀβλαβεστέρας   
[2] διαίτης, ἀλλὰ καὶ φαρμάκων ὑγιεινῶν ἐστι χρεία.   
[3] πολλοὶ μέντοι τῶν ἀνθρώπων ἐν τοιαὐτῃ καταστάσει διατρθ   
[4] βουσιν, ωστε μη δυνατὸν αὐτοῖς εἰναι, μήτε γυμνάζεσθαι καλῶς   
[5] πρὸ τῶν σιτίων, μήτ ἐσθίειν ἱκανῶς ἐν καιρῷ, μήτε   
[6] πέττειν καλῶς τὰς τροφάς. τοὺς μὲν δὴ τοιούτους ἀδύνατον   
[7] ανόσους διαμένειν ἄνευ τοῦ προνοεῖσθαι τῆς γαστρὸς ὑπαγωγῆς   
[8] ἐκ διαλειμμάτων, ἐνίοτε δὲ καὶ καθάρσεως ἰσχυροτέρας,   
[9] ωραίας τε κενώσεως αἵματος, ὑγιεινῶν τέ τινων φαρμάκων,   
[10] ἐν τοῖς προσήκουσι καιροῖς πινομένων, ὅσοι δὲ βίον ἡσύχίον   
[11] εἵλοντο , μήτε πρὸ ἡμέρας ἀνάγκην ἔχοντες ἐπὶ τὰς τῶν   
[12] πολὺ δυναμένων ἐπιέναι θύρας, μήτε πολλάκις ἱδροῦντες ἐν   
[13] ἀναγκαίαις πράξεσι καταψύχεσθαι, μήτε λουομένοις τισὶ   
[14] παρεσταναι, μητ᾽ εἰς οἶκον ἐπανερχομένους αὐτοὺς παραπέμπειν,   
[15] εἶτα μετα πολλῆς σπουδῆς αὐτοὶ λουσάμενοι πρὸς τὸ   
[16] δεῖπνον ἐπείγεσθαι, τούτοις πρώτοις ὑποθήσομεν δίαιταν,   
[17] ἒξ ἡς ἂν μάλιστα χρηστότατον ἔχωσιν αἷμα · μετὰ δύ τούτους   
[18] πειράσομαί τινας ὑποθήκας δοῦναι καὶ τοῖς ἐν ἀσχολίᾳ ζῶσι. [p. 6.759]   
[1] δεήσεται δ᾽ ὁ λόγος ἀναμνῆσαι τῶν γεγραμμένων ἐν τοῖς   
[2] τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἐν οἷς ὁ λόγος μοι γέγονε περὶ τῶν ἐν   
[3] ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. εὔχυμα τοίνυν ἐδέσματα τῶν μὲν   
[4] σιτηρῶν αρτοι τ εἰσὶν οἱ καθαροὶ, κατειργασμένοι καλῶς   
[5] οπτησει τε τῇ δια κλιβανου καὶ τῇ πρὸ αὐτοῦ φυράσει καὶ   
[6] ζύμῃ συμμέτρῳ καὶ ἀλῶν μίξει, πρὸς τούτοις δὲ δεύτεροι   
[7] κατ᾽ ἀρετην οἱ ἰπνῖται. καὶ χόνδρος δὲ τῶν εὐχυμοτάτων   
[8] ἐστὶν, ὡσπερ καὶ τὸ χοίρειον κρέας, ἐὰν ἀκριβῶς ἤ τε   
[9] γαστὴρ αὐτὰ πέψῃ καὶ τὸ ὴπαρ αἱματώσῃ. γλίσχρον δ᾽   
[10] ὲχει τι καὶ διὰ τοῦτ ἐμφρακτικὸν ἥπατός τε καὶ νεφρῶν, οἷς   
[11] στενοπορα φυσει ταῦτα. πλεοναζόντων γοῦν ταῖς ἐδωδαῖς   
[12] αὐτῶν, βαρους τέ τις αἴσθησις ἐν τοῖς εἰρημένοις μορίοις γινεται   
[13] καί ποτε καὶ πονος. ἕπεται δὲ ταῖς καθ᾽ ὴπαρ ἐμφράξεσι,   
[14] κωλύεσθαι μὲν τὴν ἀνάδοσιν, ἀθροίζεσθαι δὲ πλῆθος   
[15] ἐν ταῖς κατὰ τὸ μεσάραιόν τε [ed2page:6.421] καὶ τὰ σιμὰ τοῦ σπλάγχνου   
[16] φλεψὶν, ῳ παλιν φλεγμονὰς ἀκολουθῆσαι τῶν μορίων,   
[17] ἐν οἷς ηθροισται, κίνδυνος, ἤ αὐτῶν τῶν πλεοναζόντων χυμῶν [p. 6.760]   
[1] σηπεδονα. δυοῖν γαρ τοι θάτερον ἀναγκαῖόν ἐστι τοῖς   
[2] ὠμοῖς καὶ παχέσι χυμοῖς ἀκολουθεῖν, ἤ μεταβάλλεσθαι ιΠ   
[3] αιμα πεττομενοις, η σηπεσθαι, καθάπερ καὶ τἄλλα πάντα   
[4] τα εν τοῖς θερμοῖς χωρίοις χρόνῳ πλείονι μένοντα. καὶ διὰ   
[5] τοῦτο τοῖς ιατροῖς ευρεθη τα κληθέντα πρὸς αὐτῶν ὑγιεινὰ   
[6] φαρμακα, τῆς λεπτυνουσης απαντα δυνάμεως ὄντα. τούτοις   
[7] γαρ ἔργον εστιν, εκφραττειν μεν τας στενὰς διεξοδους, ἀποῥρυπτειν   
[8] σε το προσπλαττομενον γλίσχρον ἐκ τῶν χυμῶν τοῖς   
[9] αγγειοις, τεμνειν δε καὶ λεπτυνειν τὰ παχέα τῶν ὑγρῶν. ἀλλέ   
[10] ἐὰν πλεονάσῃ τις ἐν αὐτοῖς, ὀῥῥῶδες ἤ πικρόχολον ἐν τῷ   
[11] χρόνῳ ἤ μελαγχολικὸν ἐργάζεται τὸ αἷμα. πέφυκε γὰρ ὁλῶ   
[12] γον δεῖν απαντα τα τοιαῦτα φάρμακα σύν τῷ λεπτύνειν τε   
[13] και τεμνειν ετι καὶ θερμαίνειν ἀμετρότερον. ὑπὸ δὲ τῶν οὕτως   
[14] θερμαινόντων ξηραίνεται μὲν τὰ στερεὰ, παχύνονται δὲ   
[15] οἱ χυμοὶ, καὶ διὰ τοῦτο κατὰ τοὺς νεφροὺς οἱ πωρώδεις λίθοι   
[16] συνίστανται. καλλίστης οὑν κατασκευῆς σώματος ὑπαρχούσης,   
[17] ἥτις ἂν εὐκρατοτάτη μὲν ῇ, τὰς δὲ τῶν χυμῶν διεξόδους   
[18] εὐρείας ὲχῃ, δυνατόν ἐστιν ὑγιαίνειν ἀεὶ τὸν οὕτω πεφυκότα, [p. 6.761]   
[1] γυμναζόμενον αὐτάρκη πρὸ τῶν σιτίων, ἐὰν καὶ πλεονάζῃ   
[2] ποτὲ κατὰ τὰ παχύχυμα τῶν ἐδεσμάτων, ὁποῖόν ἐστιν,,   
[3] ὡς ἔφην, ὅ τε χόνδρος καὶ τὸ χοίρειον κρέας, οἷ τ᾽ ἰπνῖται   
[4] τῶν ἄρτων, ἤ κριβανῖται, οὐ πανυ δ᾽ ἀκριβῶς οὔτε προπαρεσκευασμένοι   
[5] τῆ λελεγμένῃ μικρὸν ἔμπροσθεν κατασκευή,   
[6] κατά τε τὸν κλίβανον ἐνδεῶς ὠπτημένοι. τὴν δ᾽ αὐτὴν ὲχει   
[7] τῷ χόνδρῳ φύσιν ὁ καλούμενος τράγος, ἐκ τῶν σιτηρῶν   
[8] τροφῶν καὶ αὐτὸς ὑπάρχων, δυσκατεργαστότερός γε μὴν ἐν   
[9] τῇ κατὰ τὴν γαστέρα πέψει ἐστὶ τοῦ χονδρου. παραπλησίαν   
[10] δὲ τούτοις δύναμιν ὲχει καὶ ἡ τῶν ὠῶν φύσις, ἀλλὰ διορισμῶν   
[11] πολλῶν δεομένη, καθαπερ καὶ το γαλα. προιόντος δὲ τοῦ   
[12] λόγου διδαχθήσεται μετ ὀλίγον ἀκριβῶς πάσα. πρότερον   
[13] γὰρ, ὥσπερ τούτων ἐμνημόνευσα, τὸν οἱον τύπον ὑπογράφων   
[14] τῶν εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων ἃβ΄α γλισχρότητι τροφῶν,   
[15] οὕτως καὶ τῶν συμμέτρως ἐχουσῶν βούλομαι μνημονεῦσαι,   
[16] μέσον οὐσῶν τῇ φύσει τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων καὶ τῶν   
[17] [ed1page:4.353] λεπτυνόντων, ὑπὲρ ὧν ἑτέρωθι διῆλθον ἐν ἑνὶ γράμματι [p. 6.762]   
[1] τῷ περὶ τῆς λεπτυνουσης διαίτης, αλλὰ τῶν μὲν τοιοὥ.   
[2] των τὰ πλεῖστα φάρμακα μᾶλλον ἄν τις ἤ τροφὴν εἴποι.   
[3] τα δὲ τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους γεννῶντα χυμοὺς ἐδέσματα   
[4] τροφιμώτατά τε παντ ἐστὶ, κἂν πεφθῇ καλῶς. ἔν τε τῆ γαστρι   
[5] και τῳ ηπατι, χρηστον αιμα γεννᾳν πεφυκεν.

### [chapter:3]

[6] Ἀμεμπτότατα δὲ τῶν ἐδεσμάτων ὑπάρχει   
[7] τὰ μεταξὺ τῶν λεπτυνόντων τε καὶ παχυνόντων, ὡς ἂν ἐν   
[8] συμμετρίᾳ καὶ μεσότητι τῶν ὑπερβολῶν καθεστῶτα, τοιαῦτα   
[9] δ εἰσὶν οἷ τε κάλλιστοι τῶν ἄρτων, ὑπὲρ ὥν τῆς κατασκευῆς   
[10] ἐπὶ πλέον ἐν τῷ πρωτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνὥ   
[11] μεων εἴρηται, καὶ πρὸς τούτοις αἱ σάρκες ἀλεκτορίδων τε καὶ   
[12] ἀλεκτρυόνων, ὀρνίθων τε καὶ φασιανῶν καὶ περδίκων καὶ   
[13] περιστερῶν, ἀτταγήνων τε καὶ τρυ [ed2page:6.422] γόνων καὶ κιχλῶν   
[14] καὶ κοσσύφων καὶ τῶν μικρῶν στρουθῶν ἀπάντων, ἔτι τε πετραίων   
[15] ἰχθυων, αἰγιαλείων τε καὶ πελαγίων, κωβιῶν τε καὶ   
[16] σμυραινῶν καὶ βουγλωσσων, ὁνίσκων τε καὶ πάντων ἀπλῶς   
[17] ἰχθύων, ὅσοι μήτε γλισχρότητά τινα, μήτε δυσωδίαν ἤ ἀηδίαν [p. 6.763]   
[1] ἔχουσι κατὰ τὴν ἐδωδήν. οὐκ ὀλίγων δὲ χρεία διορισμῶν   
[2] εστι και περὶ τῆς τουτων ἀπάντων φύσεως, ἤν ἐφεξῆς ἐρῶ   
[3] ἐν τῷ περὶ τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων λόγῳ , προσθεὶς δὲ τὰ   
[4] λείποντα πρότερον. ὅσοις μὲν γὰρ ἀνθρώποις οἷόν α΄ ἐστὶ   
[5] γυμνασίοις τε πλείοσι χρῆσθαι καὶ κοιμᾶσθαι, μέχρις περ ἃν   
[6] ἐθέλωσι, καὶ βίον ἔξω τῶν πολιτικῶν ἀσχολιῶν ἡρηνται, τούτοις   
[7] ἐγχωρεῖ καὶ τὰ παχύχυμα καὶ γλίσχρα τῶν ἐδεσμάτων   
[8] ἐσθίειν, καὶ μάλισθ ὅταν ἐπὶ τῷ πλήθει τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν   
[9] μηδέποτε μηδεμίαν αἴσθησιν ἐν ὑποχονδρίῳ δεξιῷ ἴσχωσιν ἤ   
[10] βάρους, ἤ τάσεως. ὅσοις δ᾽ ἤτοι διὰ τὴν ἡλικίαν, ἤ διά   
[11] τινα συνηθειαν οὐχ οἷόν τε γυμνάζεσθαι πρὸ τῶν σιτίων,   
[12] ουτοι παντων ἀπεχέσθωσαν ἐδεσματων, ὅσα τοιαῦτα. τελέως   
[13] δ᾽ ἀργοὶ μηδ᾽ αὐτοὶ παραγενέσθωσαν ἐπὶ τὰς τοιαύτας   
[14] τροφὰς, ἀλλ᾽ αἰωρήσεσιν ἤ περιπάτοις ἀντὶ τῶν ἰσχυροτέρων   
[15] γυμνασίων χρησθωσαν. μέγιστον γὰρ κακὸν εἰς ὑγείας   
[16] φυλακήν ἐστιν ἡσυχία παντελὴς τοῦ σώματος, ὥσπερ καὶ μετ   
[17] γιστον ἀγαθὸν ἡ σύμμετρος κίνησις. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ νοση·σει [p. 6.764]   
[1] τις ὅλως, ἤν ἐπίτηδες προνοῆται τοῦ μηδέποτ ἀπεπτῆσαι   
[2] μετὰ τοῦ μηδὲ κινεῖσθαί τινα ἰσχυρὰν ἐπὶ σιτίοις κίνησιν.   
[3] ωσπερ γὰρ ἀγαθον μέγιστόν ἐστιν εἰς ὑγείαν τὸ πρὸ τῶν σιτίων   
[4] προγυμνασίαν, οὕτω βλαβερώτατον ἃπασα .κίνησις ἐπὶ   
[5] σιτίοις. αναδίδοται γαρ ἐκ τῆς κοιλίας ἡ τροφὴ, πρὶν πε.φθῆναι,   
[6] κακ τοῦδε πλῆθος ὠμῶν χυμῶν ἀθροίζεται κατὰ τὰς   
[7] φλέβας, ἐξ ῶν εἴωθε νοσήματα παντοῖα γίγνεσθαι, μὴ φθασαντων   
[8] αὐτῶν ἤτοι διαφορηθῆναι πόνοις πλείοσιν, ἤ πεφθῆναι   
[9] καὶ μεταβαλεῖν εἰς αίμα ὑπὸ τῆς καθ᾽ ἡπάρ τε καὶ   
[10] φλέβας δυνάμεως. ασφαλέστατον οὑν φείδεσθαι τῶν κακοχ;υμων   
[11] τε καὶ γλίσχρων ἐδεσμάτων, ὅσοις γε μόνης ὑγείας   
[12] ἔττίν η φροντὶς, ουκ ευεξίας σώματος, ὁποίαν οἱ γυμναστικοὶ   
[13] σ πουδαζουσιν.

### [chapter:4]

[14] Ἐφεξῆς γοῦν ἐγῶ καταλέξω καὶ τὰ μὴ λελεγμένα   
[15] κατα τὸν ἄχρι δεῦρο λόγον ἐδέσματα παχύχυμα, πάλιν   
[16] ἀπὸ τῶν ἄρτων ἀρξόμενος. ὅσοι τοίνυν τούτων οὔτε ζύμης,   
[17] ουθ αλῶν ἱκανῶς ἔσχον, οὔτε πλεῖστον ἐφυράθησαν, οὕτ   
[18] ἐν κλιβάνῳ καλῶς ὠπτήθησαν, οὔτοι παχυχυμότεροι πάντων [p. 6.765]   
[1] εἰσὶ μετὰ τοῦ καὶ γλισχρότητος ὀλίγον μετέχειν, ὅντινα   
[2] μον οἱ περὶ Πραξαγόραν τε καὶ Ψιλότατον ὀνομάζειν Δῶ..   
[3] θασι κολλωδη. παχύχυμοι δὲ οἱ τυροὶ παντες, ἀλλ᾽ οἱ μὲν   
[4] νέοι χωρὶς κακοχυμίας, οἱ παλαιοὶ δὲ καὶ σὺν ταύτῃ. γλυ-.   
[5] οχροτης δὲ πρὸς πάχει τισὶν αὐτῶν, οὐχ ἃπασιν, ὑπάρχει διὰ   
[6] την τοῦ γάλακτος φύσιν, ἐξ οὑ γεγόνασιν, οὐ σμικρὰς ἔχοντος   
[7] διαφορας ἔν τε τοῖς γένεσι τῶν ζώων καὶ ταῖς τροφαῖς,   
[8] ας ἐσθίουσιν ἄλλας ἐν ἄλλοις τοποις. αἰγείῳ μὲν οὑν γὰ.-,   
[9] λακτι πλείστῳ χρῶνται παρ ἡμῖν, ὥσπερ ἐν ἄλλοις ἔθνεσι   
[10] βοείῳ · χρῶνται δὲ καὶ τῷ προβατείῳ πολλάκις. [ed2page:6.423] ἀλλὰ   
[11] τοῦτο μέν ἐστι παχὺ, τῷ τῶν ὄνων ὑπεναντίως ἐχον ἐν τῷδε·   
[12] λιπαρὸν δὲ τὸ τῶν βοῶν, ἀπάντων δ᾽ ἔχει συμμέτρως τἄ   
[13] τῶν αἰγῶν. οὔτε γὰρ ἱκανῶς ἐστιν οὕτε λιπαρὸν, οὔτε παχὺ,,.   
[14] καὶ δία τοῦτο μέσον τι τῶν ἄλλων ὑπάρχει κατὰ τὰς ἐνεργείας,   
[15] ἃς ἐνεργεῖ κατὰ τὸ τῶν ἀνθρωπων σῶμα, τοῦ μἑνν   
[16] οῥῥώδους καὶ λεπτοῦ γάλακτος ὑπάγοντος μὲν τὴν γαστέρα   
[17] μᾶλλον, ἦττον δὲ τρέφοντος τὸ σῶμα, τοῦ δὲ παχέος ἔμπα;λιν   
[18] ἥττον μὲν υπαγοντος, τρέφοντος δὲ μᾶλλον. σύγκειται [p. 6.766]   
[1] γαρ ἐκ τριῶν οὐσιῶν ἀνομοιομερῶν ἀήταν γάλα, μιᾶς μὲν τῆς   
[2] ορῥωδους τε καὶ λεπτῆς, ἑτέρας δὲ τῆς παχείας τε καὶ τυρωδους,   
[3] καὶ τρίτης τῆς ἐλαιώδους τε καὶ λιπαρὰς. οὐ μὴν   
[4] εν απασί γε τοῖς ζώοις τὸ μέτρον αὐτῶν ἴσον, ἀλλ᾽ ἐν μὲν   
[5] τῷ καμηλων τε καὶ ονων γάλακτι ἡ ὀρρώδης ὑγρότης πλείστη,   
[6] το τυρῶδες δ᾽ ἐν τοῖς προβάτοις, ὥσπερ τὸ λιπαρὸν   
[7] εν τῷ τῶν βοῶν γάλακτι. μεσότητα δ᾽ ἐχει τῶν ὑπερβολῶν ἡ   
[8] ιαῖξ προς ταλλα γένη τῶν ζώων· ἐπείτοι πάλιν αὗται πρὸς   
[9] αλληλας παραβαλλομεναι ταῖς εἰρημέναις ὑποπεπτώκασι διαφοραῖς,   
[10] ουσης ου σμικράς οὐδὲ τῆς κατὰ τὴν ἡλικίαν, ὥσπερ   
[11] γε καὶ τῆς κατὰ τὰς νομὰς καὶ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ἔτι τε τὸν   
[12] χρονον, οναφεστηκασιτης ἀποκυήσεως ὑπὲρ ὧν καὶ αὐτῶν ἐπὶ   
[13] πλέον ἐν τῷ τρίτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων εἴρηπαι.   
[14] νυνὶ δ αρκεῖ το γε τοσοῦτον εἰπεῖν, ὧς οὐκ ἀσφαλὲς   
[15] ἄνευ μέλιτος προσφέρεσθαι τὸ τῶν αἰγῶν γάλα. πολλοῖς γὰρ   
[16] τῶν μονον αὐτὸ πιοντων ἐτυρώθη κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ   
[17] θαυμαστον οπως βαρύνει τε καὶ πνίγει τὸν ἄνθρωπον, ἐπειδαν   
[18] τοῦτο συμβῇ. θαυμαστότερον δ᾽ ἔτι τὸ περὶ τοῦ θρομβωθέντος [p. 6.767]   
[1] ἐστὶν αἵματος , ἐάν α΄ εἰς τραῦμά τι, ἐάν τ᾽᾽ εἰς κοιλίαν   
[2] ἤ τι τῶν ἐντέρων συῥῥυῆ. καὶ γὰρ ἐκλύονται καὶ καταψύχονται   
[3] καὶ μικρόσφυκτοι καὶ κακόσφυκτοι γίνοται. καὶ   
[4] μέντοι καὶ σηπεδόνος ἐπιγενομένης ἐν τάχει κατὰ τὰ πλησιάζοντα   
[5] τῶν ὑγιεινῶν μορίων αἴτιον γίνεται τὸ θρομβωθὲν ἐν   
[6] τραυμασιν αἷμα. διὰ τίνα μὲν οὐν αἰτίαν ὁ παντων ἡμῖν   
[7] τῶν χυμῶν οἰκειότατος, ὅταν ψυχθῇ, τηλικούτων ἡμῖν παθηματων   
[8] αἴτιον γίνεται, ζητήσεως οὐ σμικράς ἄξιον · ἐναργῶς   
[9] γε μὴν ἔστι κὰκ τούτου γνῶναι, πηλίκην ὲχουσι δύναμιν αἱ τῶν   
[10] μοχθηρῶν χυμῶν ποιότητες, ὡν ὥσπερ τινὸς μικροῦ καταφρονοῦσιν   
[11] ἔνιοι τῶν νῦν ἰατρῶν, ἑπομενοι τοῖς πρωτοις πλασαμένοις   
[12] οὕτω γινώσκειν. τὸ γοῦν γάλα πίνουσί τινες ἐπεμβαλλοντες,   
[13] ῦθεκα τοῦ μὴ πυρωθῆναι κατὰ τ Ῥ γαστέρα, μέλιτος   
[14] τε καὶ ὕδατος καὶ τρίτου τῶν ἀλῶν, ἄριστον δ᾽ εἰς   
[15] εὐχυμίαν γάλα τὸ τῶν εὐεκτικῶν ζώων ἐστὶν, ὅταν ἀμελχθῇ   
[16] , πινομενον εὐθέως. το δὲ ἑψηθὲν ἐπὶ πλέον παχυχυμον   
[17] ἱκανῶς γίγνεται, καὶ μᾶλλον ὅταν ἄλευρον πύρινον ἤ   
[18] κέγχρον ἤ ἄμυλον ἑψήσῃς μετ αὐτοῦ. τυροὶ δὲ παχύχυμοι [p. 6.768]   
[1] απαντές εἰσιν, οἱ παλαιοὶ δὲ καὶ κακόχυμοι. τοὺς νεοπαγεῖς   
[2] δ ἐγχωρεῖ μετα μέλιτος ἐσθίειν πρὸ τῶν σιτίων ὑπαγωγῆς   
[3] ἔνεκα γαστρὸς, ηττόν τε γάρ εἰσι παχύχυμοι τῶν παλαιῶν,   
[4] ουδ᾽ ὅλως δὲ κακόχυμοι. ὁ δ᾽ ἐξ αὐτῶν πηγνυμένων ἄπο ῥῥέων   
[5] οῥῥος ἱκανῶς ὑπάγει γαστέρα. παχύχυμον δ᾽ ἐστὶν   
[6] ἔδεσμα καὶ δια τοῦτο καὶ τὰς καθ᾽ ἡπαρ παρεμφράττει διεξοδους   
[7] ο διὰ γάλακτος ἤ τυροῦ σκευαζόμενος πλακοῦς,   
[8] Ὁμοίως δ᾽ αὐτῷ καὶ ὁ διὰ σεμιδάλεως καὶ γάλακτος, ἤ καὶ λαγανέοντι   
[9] καὶ [ed1page:4.354] ῥυημάτων προσλαμβάνων. οὐδὲν δ᾽ ἦττον,   
[10] οσα σκευαζουσι διὰ γλεύκους καὶ σεμιδάλεως ἤ ὅλως ἀλεύρου   
[11] πυρίνου, κακοχυμα παντ ἐστί. καὶ αὐτὰ δὲ καθ᾽ αὑτὰ λάγανα   
[12] τε καὶ ῥυήματα, καὶ πάν ἄζυμον ἐκ πυροῦ πέμμα, καὶ   
[13] μᾶλλον οταν καὶ τοῦ τυροῦ τι προσλάβῃ, παχύχυμον ἱκανῶς   
[14] ἐστιν · ονομαζειν δέ μοι δοκοῦσι [ed2page:6.424] ταυτὶ τὰ νῦν ὑφ᾽ ἡμῶν   
[15] καλούμενα λάγανά τε καὶ ῥυήματα κοινῇ προσηγορίᾳ τῆ   
[16] τῶν ἰτρίων οἱ παλαιοῦ παχύχυμοι δέ εἰσι καὶ οἱ κοχλίαι καὶ   
[17] τῶν ωῶν οσα μέχρι τελείας πήξεως ἕψουσί τε καὶ ὀπτῶσι. τὰ   
[18] .μὲν γὰρ ταγηνιζόμενα καὶ κακόχυμα γίνεται, καὶ τὴν ἐν τῇ   
[19] γαστρὶ πέψιν ὲχει κνισσωδη, συνδιαφθείρουσαν ἑαυτῇ καὶ [p. 6.769]   
[1] τἄλλα σιτία, καὶ διὰ τοῦτο τῶν ἀπεπτουμένων ἐν τοῖςχείριστα   
[2] πέφυκεν εἰναι. τὰ δὲ μετρίως ἑψημένα καὶ διὰ τοῦτο   
[3] καλούμενα τρομητὰ βελτίω καὶ πρὸς πέψιν εἰσὶ καὶ πρὸς   
[4] ἀνάδοσιν καὶ πρὸς θρέψιν καὶ πρὸς εὐχυμίαν, ὥσπερ γε καὶ   
[5] τύ ῥοφητὰ καλούμενα, μετρίως ἑψημένα καὶ διὰ τοῦτο καὶ   
[6] τὰς τῆς φάρυγγος ἐκλεαίνοντα τραχύτητας, ὅτε μήπω πεπάχυνταί   
[7] τε καὶ συνῆκται τὸ ἐν αὐτοῖς ὑγρόν. ἀλλὰ καὶ τῶν   
[8] ἐνυδρων ζώων τά τε μαλάκια καλούμενα, τευθίδες καὶ ση··   
[9] πίαι καὶ πολύποδες , ὅσα ἔ ἄλλα τὰ τοιαῦτα, παχὺν καὶ γλίσχρον   
[10] ἔχουσι τὸν χυμὸν, ὥσπερ καὶ οἱ κητώδεις τῶν ἰχθύων,   
[11] ἐξ ὥν εἰσιν καὶ οἱ θύννοι. μετριώτεραι δ᾽ αὐτῶν αἱ πηλαμίδες.   
[12] ἱκανῶς δὲ παχύχυμα τὰ ὄστρεα, ὧν οἱ κήρυκες, αἷ τε   
[13] πορφύραι καὶ πάνθ' ἀπλῶς τὰ καλούμενα πρὸς Ἀριστοτέλους   
[14] ὀστρακόδερμα, χῆμαι, λοπάδες, κτένες, πίνναι καὶ τὰ παραπλήσια.   
[15] πορφύραι μὲν οὑν καὶ κήρυκες σκληροτέραν ὲχουσι   
[16] τῶν ἄλλων τὴν σάρκα καὶ παχυχυμοτέραν, ὑγροτέραν δὲ   
[17] καὶ γλισχροτέραν τἄλλα, καὶ μάλιστα πάντων τὰ ὄστρεα. [p. 6.770]   
[1] χρη δε γινωσκειν απαντων αυτῶν τὸν μὲν χυλὸν ὑπακτικὸν   
[2] τῆς γαστρος, ωσπερ ἐν τῷ γάλακτι τὸν ὀῥῥὸν, αὐτὸ δὲ τὸ   
[3] στερεον σῶμα βραδυπεπτοτερόν τε καὶ παχύχυμον, ὠμοῦ χυμοῦ   
[4] και παχεος καὶ ψυχροῦ γεννητικόν. ὑπάρχει δὲ τοῦτο καὶ   
[5] τῇ κραμβῃ καὶ τοῖς φακοῖς ἐναργῶς, ὥσπερ ἑτέροις πολλοῖς   
[6] αμυδρῶς, υπερ ων ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασι δι-ἢλθον,   
[7] α περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται.   
[8] τα μεν ουν αλλα τῶν εἰρημένων παχυχύμων πάντων ἐστὶ   
[9] κολλωδη τε καὶ γλίσχρα πλὴν ὧν είπον ὀστρακοδέρμων. ἡ   
[10] κραμβη δὲ καὶ η φακῆ τῆς αὐτῆς τοῦ χυμοῦ φύσεως οὐ μετειληφαστν,   
[11] αλλα. τον νιτρώδη τε καὶ ὑπακτικὸν ὲχουσι, καθάπερ   
[12] το δρακοντιον μὲν τον δριμύν τε καὶ πικρὸν ἰσχυρῶς, ἄρον   
[13] δ᾽ ἀμφοτερον μὲν, ἀλλ᾽ ἀμυδρῶς, οἱ βολβοὶ δὲ τἄν αὐστηρὰν   
[14] τε καὶ πικρὸν, οὕς ἐαν ἐκνίψῃς ἑψήσεσι πλείοσι, τὸ στερεᾶν   
[15] αὐτῶν ἀπολειφθησεται παχύχυμον ὑπάρχον. ἀπάντων   
[16] δὲ τῶν τοιουτων ἐδεσμάτων οἱ μύκητες ὲχουσι ψυχρότατόν τε   
[17] καὶ γλισχρότατον ἃμα καὶ παχὺν χυμὸν, ἐν οἷς ὑπὸ τῶν   
[18] βωλιτῶν μόνων οὐδεὶς ἱστόρηται τεθνεώς · χολέραν μέντοι [p. 6.771]   
[1] καὶ οὑτοί τισιν ἤνεγκαν ἀπεπτηθέντες. ὑπὸ δὲ τῆς τῶν ἀλλων   
[2] μυκητων ἐδωδῆς ἔνιοι μὲν ἀπέθανον, ἔνιοι δὲ ἐγγὺς   
[3] ἡκονθανατου, διαῥῥοᾶχις ἡ χολέραις ἁλόντες, ἤ πνιγῆναι   
[4] κινδυνευσαντες. ἡρέμα δὲ παχύχυμόν ἐστι τὸ καλούμενον   
[5] ὕδνον , οὐ μὴν κακόχυμόν γε. τῆς δ᾽ αὐτῆς ἰδέας ἐστὶ καὶ τὸ   
[6] αμυλον. ἐπὶ πλέον δ᾽ αὐτῶν ἐστι παχύχυμον, οὐδ΄ αὐτὸ   
[7] κακόχυμον, ὁ κῶνος καλούμενος · ὀνομάζουσι δ᾽ οἱ παλαιοὶ   
[8] καὶ στροβίλους αὐτόν. ἐκ δὲ τῶν παχυχύμων ἐστὶ καὶ ἡπαρ   
[9] καὶ νεφροὶ καὶ ὄρχεις. ἀλλὰ τὸ μὲν ἡπαρ οὐκ ἔστι κακόχυμον,   
[10] οἱ νεφροὶ δὲ καὶ ὄρχεις οὐκ εὔχυμοι πλὴν τῶν ἐν τοῖς ἀλεκτρυόσι,   
[11] καὶ μᾶλλον ὅταν σιτισθῶσιν, ὥσπερ γε καὶ τὸ ἡπαρ   
[12] τῶν. ὑῶν, ὅταν ἰσχάδα ἐσθίωσιν, ὃ καλοῦσι συκωτόν. ὁ δὲ   
[13] σπλὴν ἐπὶ μὲν τῶν ἄλλων ζώων ἱκανῶς κακόχυμός τε καὶ με-.   
[14] λαγχολικὸς, ἐπὶ δὲ τῶν ὑῶν ἡττον ἐστι τοιοῦτος. ἡ γε μὴν   
[15] καρδία σκληροτέραν τε καὶ ἰνωδεστέραν ὲχει τὴν οὐσίαν τῶν   
[16] ἄλλων σπλάγχνων. φαίνεται γὰρ ἐπ᾽ ἐκείνων μὲν ἐν τῷ μεταξὺ   
[17] τῶν ἀγγείων οὐσία τις αἵματος πεπηγοτος, ἐπὶ δὲ τῆς καρδίας   
[18] ἰνες φαίνονται στερεαὶ πολλαὶ μακραὶ, [ed2page:6.425] καθάπερ [p. 6.772]   
[1] ἐν τοῖς μυσὶν, αἷς περιπέπηγεν ὴ σαρκώδης οὐσία. διό

[2] τινες αυτην εν τῳ γενει τῶν μυων ταττουσιν, ων η ουσια τον   
[3] ὄγκον ἐργάζεται τοῦ σώματος ἡμῶν ἃπαντα καὶ τὴν ὀνομαζομένην   
[4] κυρίως σάρκα, τὴν ἐπὶ τῶν ἱερείων ἐσθιομένην. ἀλλ᾽   
[5] αἱ μὲν αρχαὶ τῶν μυῶν, ἃς δὴ καὶ κεφαλὰς αὐτῶν ὀνομὰζουσι,   
[6] νευρωδέστεραί πώς εἰσιν , ἐκ τῶν ὀστῶν, ὅθεν ἄρχονται,   
[7] συνδέσμους ἐκπεφυκότας ἐνδιασπειρομένους αὐταῖς ὲχουσαι·   
[8] κατὰ δὲ τὰς τελευτὰς οἱ καλούμενοι τένοντες ἀποφύονται.   
[9] καὶ κατὰ τοῦτο νευρωδέστερα τὰ πέρατα τῶν μυῶν εἰσιν   
[10] ἑκάτερα , καθάπερ τὸ μέσον ἃπαν σαρκῶδες , ὃ δὴ καὶ τροφιμώτατόν   
[11] ἐστι καὶ καλεῖται σὰρξ ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, οὐχ   
[12] ὁρώντων αὐτῶν τὰς ἰνας ὑπὸ λεπτότητος, αἰ ἐκ τῶν συνδέσμων   
[13] καὶ τῶν νεύρων εἰς αὐτὴν διασπειρομένων ἐγένοντο.   
[14] κἀπειδὴ τοῦτο σάρκα καλεῖν ἔφθασαν, εἰκότως ὀνομάζουσι   
[15] μῦν τήν α΄ ἀρχὴν καὶ τὴν τελευτὴν αὐτοῦ μόνας. ὲχει δὲ   
[16] οὐχ οὕτως, ἀλλ᾽ ὅλως μὲν ὁ μῦς κατὰ μίαν ἰδίαν περιγραφὴν   
[17] ὁρᾶται χωριζόμενος ἀπὸ τῶν ἄλλων, ἐνεργεῖ δέ τινα μίαν   
[18] ἐνέργειαν ἐκ τῶν προαιρετικῶν κινήσεων · οὕτως γὰρ ὁνομαζουστν [p. 6.773]   
[1] αύτας, απο τῶν απροαιρέτων τε καὶ φυσικῶν δᾶοριζομενοι   
[2] · τα μερη δ αυτοῦ τὰς εἰρημένας ἐχει διαφοράς.   
[3] εν δε τοῖς ακροις τῶν ζωων ολιγίστη μέν ἐστι σὰρξ, τὸ πλεῖστον   
[4] δ οστῶδἒξ τε και νευρῶδες, οὐχ ἔνεκα τοῦ προαιρετικοῦ   
[5] καλουμένου νευρου, (μικρον γὰρ τοῦτ αὐτοῦ ,) ἀλλὰ τοῦ   
[6] συνδετικοῦ, καὶ μετ αυτο τοῦ τένοντος μὲν ὑπὸ τῶν παλαιῶν   
[7] Ελληνων, απονευρωσεως δε υπὸ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ὁνομαζομενου.   
[8] γλίσχρα καὶ ἱκανῶς εἰσι καὶ κολλώδη ταῦθ᾽ ἑψηθεντα,   
[9] καὶ δια τοῦτο καὶ η ἐξ αὐτῶν τροφή. τῆς δὲ αὐτῆς   
[10] φυσεως καὶτα περὶ τα χείλη μόρια τῶν πεζῶν ζώων · γλίσχρον   
[11] μὲν γὰρ, οὐ μὴν παχύν γε τὸν χυμὸν ἐργάζεται. δηλοῖ δὲ   
[12] καὶ η ἕψησις, ἐπὶ πλεῖστον ἐξοιδαίνουσά τε καὶ διαλύουσα τὰ   
[13] τοιαῦτα σώματα, πεφθῆναί γε μὴν ἐπιτήδεια καὶ ταῦτα, καὶ   
[14] τα πτερα τῶν πτηνῶν ζωων τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γυμναζομένων   
[15] σωματων · απέριττα γὰρ πάντα ταῦτα, καθάπερ τῶν   
[16] αργουντων περιττωματικά. τό γε μὴν δέρμα τῶν λιπαρῶν   
[17] υῶν, οταν ἑψηθῇ καλῶς, κολλώδη μὲν ἐχει καὶ λιπαρὸν χυμὸν,   
[18] ου μὴν ἱκανῶς γε παχὺν, οὐδὲ πεττόμενον ὡσαύτως [p. 6.774]   
[1] τοῖς ἄκροις, ὡσπερ οὐδ᾽ εὔχυμον ὁμοίως ἐκείνοις, ἀλλὰ περιττωματικώτερον,   
[2] παχύχυμον δύ μόριόν ἐστι τοῦ ζώου καὶ   
[3] σ ἐγκέφαλός τε καὶ ὁ νωτιαῖος μυελός · οἱ δ᾽ ἀδένες μετρίως   
[4] τοιοῦτοι, καὶ δια τοῦτο καὶ οἱ τῶν νέων ἱερείων ἄρχεις. κοτνον   
[5] γαρ δὴ καὶ τοῦτο περὶ πάντων τῶν ἐν τοῖς ζώοις μορίων   
[6] μεμνῆσθαί σε χρὴ, σκληρὰ μὲν καὶ ξηρὰ καὶ δύσπεπτα. γθ   
[7] νεσθαι τὰ τῶν πρεσβυτέρων, ὑγρὰ δὲ καὶ μαλακὰ καὶ διὰ   
[8] τοῦτ ευπεπτοτερα τα τῶν νεωτέρων, πλὴν εἰ μὴ μετὰ   
[9] τὴν αποκύησιν εὐθὺς ἐσθίοιτο · βλεννώδη γὰρ α΄παντα ταῦ-.   
[10] τα, καὶ μαλιστα τῶν ὑγροτέραν ἐχόντων φύσει τὴν σάρκα, καθάπερ   
[11] ἀρνῶν τε καὶ χοίρων. τὰ δὲ τῶν ἐρίφων τε καὶ μα΄   
[12] σχων, ἐπειδὴ ξηρότερα φύσει τὰ ζῶα, πολύ βελτίω καὶ πρὸς   
[13] πέψιν ἐστὶ καἴ πρὸς τροφήν, οὕτως οὐν ὲχει καὶ κατὰ τοὺς.   
[14] ορχεις τε καὶ τοὺς ἀδεψα.ς, οὐχ ἤκιστα δὲ καὶ τὴν γλῶτταν   
[15] ἔστι γαρ πως καὶ ἡ ταύτης φύσις [ed1page:4.355] ἀδενώδης. οἱ δ᾽ έν   
[16] τοῖς τιτθοῖς ἀδένες, ὅταν ἐν αὑτοῖς ὲχωσι τὸ γάλα, καλοῦν-.   
[17] ται μὲν οὔθατα, παχύχυμον δ᾽ εἰσὶν ἔδεσμα · καὶ εἰ τὸ ζῶον [p. 6.775]   
[1] εὐεκτοῦν εἴη ,καὶ ἡ ἐξ αὐτῶν τροφὴ πολλή τε ἄμα καὶ εὔχυμος   
[2] γίνεται.[ed2page:6.426] καὶ γάρ τοι καὶ τοῦτο τῶν κοινῶν ὃν   
[3] ἄμεινον απας ακουσαντα σε πρσχειρον εχειν τη μνήμη, γεγραπται   
[4] γοῦν υπο πάντων ἰατρῶν περὶ γάλακτος, ὡς εὐχυμοτατον   
[5] είη. καὶ δια τοῦτο τινες ἡγοῦνται τοὺς ἐν πνεύμονι   
[6] ἴσχοντας ἕλκος υπὸ μόνου τούτου θεραπεύεσθαι, πρὸ τοῦ   
[7] μέγα δηλονοτι καὶ τυλῶδες αὐτὸ γενέσθαι. τὸ δὲ τῆς γυναικος,   
[8] ως ἀν οἰκεῖόν τε καὶ ἐκ τῆς αὐτῆς φύσεως ἡμῖν ὑπάρχον,   
[9] ἐπαινοῦσι πρὸ τῶν ἄλλων εἰς τὰ φθινώδη πάθη. καὶ ἄλλοι   
[10] μέν τινες ἰατροὶ, καὶ μαλιστα Εὐρυφῶν τε καὶ Πρόδοτος,   
[11] ἀξιοῦσί γε θηλάζειν, ὡσπερ τὰ παιδία τὴν γυναῖκα, τοὺς   
[12] οὕτως ἔχοντας · ἐκπεσὸν γὰρ τῶν τιτθῶν εὐθέως ἀποβάλλει   
[13] τι τῆς οἰκείας αρετῆς. ευδηλον οὑν, ὅτι πάντων ἐδεσμάτων   
[14] ὡς εὐχυμότατον προκέκριται, μάλιστα μὲν ὑπὸ τούτων, οὐχ   
[15] ηκιστα δε καὶ τῶν αλλων ἰατρων. ο δὲ κοινὸν ἔφην, οὐκ   
[16] ἐπὶ τῷδε μονον, ἀλλὰ ·καὶ πολλοῖς ἄλλοις ἐδέσμασι γινωσκειν   
[17] χρῆναι, τοῦτο δί) καὶ λέξω, τῶν μὲν εὐεκτικῶν ζώων [p. 6.776]   
[1] εὔχυμόν ἐστι τὸ γάλα, τὸ δὲ τῶν καχεκτικῶν ὡσαύτως τῷ   
[2] κατά το ζῶον αἵματι κακόχυμον · οὐ γὰρ ἐνδέχεται, κακοχύμου   
[3] τοῦ παντὸς σώματος ὄντος, εὔχυμον εἶναι τὸ γάλα, διὰ   
[4] τοῦτ ἔφην, ἐπὶ τῶν εὐεκτούντων ζώων ἄριστον μὲν εἶναι   
[5] τὸ γάλα πρὸς εὐχυμίαν · οὕτως δὲ καὶ τοὺς ἀδένας, αὐτούς   
[6] τε τούτους, ἐν οίς τὸ γάλα περιέχεται, καὶ τοὺς ἄλλους ἐν τοῖς   
[7] υγιεινοῖς ζώοις εὐχύμους εἰναι · κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον   
[8] ἡπάρ τε καὶ ὄρχεις. οὐδὲ γὰρ ταῦτα τοῖς κακοχύμοτς ἐστὶ   
[9] ζώοιξ εὔχυμα · διὰ τοῦτο δὲ οὐδὲ τοῖς γεγηρακόσιν · οὐδὲν   
[10] γὰρ τούτων εὔχυμον. ὅσα δ᾽ ἔτι θηλάζει ζῶα, τῆς μητρὸς   
[11] αὐτῶν ἐχούσης εὔχυμον γάλα, ταῦτα καὶ τοῖς ἄλλοις μέν   
[12] ἃπασι μορίοις ἄριστα διάκειται σφῶν αὐτῶν, εὔχυμον δ᾽ ὲχει   
[13] καἴ τὸ ἡπαρ. ὁποῖον δέ τινα χυμὸν γεννᾶ τἄλλα μόρια τῶν   
[14] ζώων, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται · νυνὶ γὰρ, ἐπειδὴ περὶ τῶν   
[15] παχυχυμωνἡρξάμην διέρχεσθαι, πρότερον εὔλογόν ἐστιν, ἐπὶ   
[16] τὴν τελευτὴν αὐτῶν ἀγαγόντα τὸν λόγον, οὕτως ἐπὶ τἄλλα   
[17] μεταβαίνειν. ὀλίγων οὐν ὲτ᾽ ὄντων τοιούτων, ἐπ᾽ αὐτὰ βαδιοῦμαι,   
[18] διορίζων ἐν αὐτοῖς τὰ κακόχυμα τῶν εὐχύμων · αὕτη [p. 6.777]   
[1] γαρ ἡ χρεία τοῦ νῦν ἡμῖν ἀνυομένου λόγου, σκοπὸν ἔχοντος,   
[2] εὐχυμίαν μὲν ἐργάζεσθαι, φεύγειν δῦ κακοχυμίαν. ἐπεὶ δὲ,   
[3] ὡς κατ ἀρχὰς εἰπον, ἡ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων οὐσία δυσδιάπνευστόν   
[4] τε τὸ σῶμα κατασκευάζει καί τινας ἐμφράξεις   
[5] ἐργάζεται, καὶ μάλιστα καθ᾽ ἡπάρ τε καὶ νεφροὺς , διὰ τοῦτο   
[6] συνεβουλευον ἀφίστασθαι τῆς διηνεκοῦς χρήσεως αὐτῶν, εἰ καὶ   
[7] τῶν εὐχυμων εἴη, τὰ μὲν γὰρ κακόχυμα παντὶ τρόπῳ φευκτέαν,   
[8] ἐάν τε παχεῖς, ἐάν τε λεπτοὺς ἐργάζηται τοὺς ἐν ἡμῖν   
[9] χυμους. εἴρηται δὲ καὶ ὅτι μόνοις τοῖς σφοδρῶς γυμναζομένοις   
[10] , ἐὰν καὶ τὰ σπλάγχνα μὴ κακῶς ἡ φύσει κατεσκευασμένα,   
[11] δυνατον ἐστιν ἐν τοῖς παχυχυμοις τε καὶ γλίσχροις ἐδέσμασι   
[12] διατρίβουσι μὴ βλαπτεσθαι, τῶν δ᾽ ἄλλων οὐδενί. τῶν   
[13] τοίνυν παχυχύμων ἐδεσμάτων ἐστὶ καὶ τὸ τῶν βαλάνων γένος   
[14] ἑκατέρων, ὅσαι ἔ ἐπὶ ταῖς δρυσὶ γίνονται καὶ ὅσαι τῶν φοινίκων   
[15] εἰσὶν ὁ καρπός. ὀνομάζουσιν δ᾽ οἱ ἄνθρωποι τὰ μὲν   
[16] τῶν φοινίκων ὁμωνύμως αὐτῷ τῷ φυτῷ φοίνικας, ὅσαι   
[17] δῶ ἐπὶ ταῖς δρυσὶ, τὰς μὲν καὶ τοῖς ἀνθρώποις ὴδέως ἐσθτομένας   
[18] καστανέας, ἔνιοι δὲ καστάνια κατὰ τὸ καλούμενον οἰῶ [p. 6.778]   
[1] δέτερον γένος· Κ γε μὴν ἐμοὶ πολῖται, καθάπερ οὑν καὶ ἄλλοι   
[2] των εν Ἀσιᾳ , Σαρδιανας τε και Δευκηνας ονομαζουσιν αὐτὰς   
[3] απο τῶν χωρίων, εν οίς πλεῖσται γεννῶνται. τὸ μὲν οὐν   
[4] ετερον τῶν ονοματων τουτων ευδηλον ἐστιν απὸ τίνος γέ-γονε·   
[5] [ed2page:6.427] Ἀευκῆναι δὲ απὸ χωρίου τινὸς ἐν τῷ ὄρει τῆ   
[6] Ιδῃ την προσωνυμίαν ἐσχηκασιν, ὃ πληθυντικῶς ὀνομάζουσιν   
[7] παραπλησίως τῷ Θηβαι. ταύτας μὲν οὑν τὰς βαλάνους, ὡς   
[8] ἔφην, ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι ποτὲ ὠμὰς, ἐνίοτε δὲ ὀπτῶντες   
[9] η ἐψοντες. αι δ αλλαι προμήκεις μέν εἰσι κατὰ τὸ σχῆμα   
[10] παραπλησίως ταῖς τῶν φοινίκων, ἔδεσμα δ΄ ὑσὶ μᾶλλον ἤ   
[11] ανθρωποις οἰκεῖον, αχρις ἂν μή τις ἀνάγκη μεγάλη καταλάβη   
[12] της εδωδης αυτων εν γαρ τοῖς μεγαλοις λιμοῖς καὶ τουτο   
[13] συμβαίνει. τας δὲ τῶν πρίνων βαλάνους, ἃς ἀκύλους ὁνο-μαζουσιν   
[14] Ελληνες, εἰσὶ δὲ στρυφναὶ καὶ σκληραὶ καὶ διὰ   
[15] τοῦτ αηδεῖς, κὰν ἑφθάς τις προσφέρηται, δυσπέπτους καὶ   
[16] παχυχύμους οὔσας φυλάττεσθαι χρή. πρόδηλον δ᾽, ὅτι τοῦ   
[17] στυφοντος χυμοῦ διαφοραί τινές εἰσι κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ   
[18] ἦττον ο αυστηρος τε καὶ στρυφνὸς, ἐκλελυμένης μὲν ἐν τοῖς   
[19] αὐστηροῖς, ἐπιτεταμένης δ᾽ ἐν τοῖς στρυφνοῖς τῆς στυφούσης [p. 6.779]   
[1] ποιοτητος. αλλ οσον γε τῶν βαλάνων αἱ ἄκυλοι στρυφνότεραι,   
[2] τοσοῦτον τῶν καστανιῶν αἱ βάλανοι. πάνυ γὰρ ἀσθενη   
[3] ταῦτα την στυφουσαν εχει ποιότητα, τῶν παχυχύμων ἐδεσματων   
[4] ὄντα ταῖς ἄλλαις βαλάνοις ὡσαύτως, ἀλλ᾽ ᾖττόν τε   
[5] στεγνοῖ την γαστερα καὶ μᾶλλον ἐκείνων πέττεται καὶ οὐδ᾽.   
[6] ολως ἐστὶ κακοχυμα. φυλαττεσθαι δὲ δηλονότι χρὴ καὶ τούτων   
[7] το πλῆθος , ου μονον ὅτι παχύχυμόν ἐστι πολλοῖς τῶν   
[8] εἰρημένων ωσαυτως, αλλ ὅτι καὶ στεγνωτικὰ τῆς κοιλίας καὶ   
[9] δυσπεπτα καὶ φυσωδη. τῶν δὲ φοινίκων ὁ καρπὸς, ὃν ἔφην,   
[10] απαντας Ἕλληνας ὀνομάζειν φοίνικας ὁμωνύμως τῷ δένδρῳ,   
[11] στυφοντος τε αμα καὶ γλυκέος χυμοῦ μετέχει. τινὲς δὲ τῶν   
[12] νεωτέρων ἰατρῶν ἐν συνθέτῳ προσηγορίᾳ φοινικοβαλάνους   
[13] ονομαζουσιν αυτους, οὐ μὴν παρά γε τοῖς παλαιοῖς Ἕλλησιν   
[14] ευρον τουνομα · φοινίκων γὰρ ἐκεῖνοι βαλάνους τὸν καρπὸν   
[15] τοῦτον, ου φοίνικας, οὐδὲ φοινικοβαλάνους ὀνομάζουσιν.   
[16] αλλ ου προκεῖται νῦν ημῖν ὀνόματα διαστέλλεσθαι, σχολὴν   
[17] αγοντων ανθρωπων σπούδασμα, καὶ τούτων οὐ πάντων, ἀλλ᾽; [p. 6.780]   
[1] ὅσοι τῇ παλαιᾷ τῶν Ἀττικῶν ἐγνώκασι χρῆσθαι φωνὴ. τοῦ   
[2] δ᾽ ὑγιαίνειν ἄπαντες μὲν ἄνθρωποι δέονται , δύνανται α΄ οὐ   
[3] πάντες, ὡς χρὴ, διαιτᾶσθαι δύ ἀκρασίαν, ἤ ἀσχολίαν. ἤ   
[4] ἄγνοιαν ων χρὴ ποιεῖν. ἀλλ᾽ ὅσοι καὶ γνῶναι δύνανται δίαιταν   
[5] ὑγιεινὴν, καὶ ζῇν κατ αὐτὴν προῄρηνται, τούτοις τόδε τὸ   
[6] γράμμα συγκειται. κατα μὲν τὰς ἀκύλους τε καὶ τὰς τῶν   
[7] δρυῶν βαλάνους καἴ τὰ καστάνια τοῖς κατὰ μέρος δένδροις   
[8] οὐ μεγάλη τις διαφορὰ τοῦ καρποῦ , κατὰ. δὲ τοὺς φοίνικας   
[9] ἀξιόλογος. εἰ γὰρ παραβάλλοις τὸν Ἀἰγύπτιον φοίνικα, σκληρὸν   
[10] καὶ αὐστηρὸν καὶ ξηρὸν ὄντα, τῷ καλουμένῳ πατητῷ,   
[11] γλυκεῖ μὲν ἱκανῶς ὄντι, βραχείας δὲ μετέχοντι στύψεως, ἐναντιαν   
[12] ἔχειν σοι δόξουσι τὴν φύσιν. οἱ δ᾽ ἄλλοι μεταξὺ τούτων   
[13] εἰσὶν, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δ᾽ ἦττον αὐστηρότητός τε καὶ   
[14] γλυκύτητος μετέχοντες. ὁδ ἐξ αὐτῶν χυμὸς παχύς τέ ἐστι   
[15] καὶ ῥᾳδίως ἐμφραττόμενος ἥπατα καὶ γάρ τοι καὶ τοῦτο περὶ   
[16] τῶν παχυχύμων τε καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων ἐπίστασθαί τε καὶ   
[17] μεμνῆσθαι καλὸν, ὡς ἥπατός τε καὶ σπληνὸς ἐμφρακτικὸς ὁ [p. 6.781]   
[1] ἐξ αὐτῶν ἐστι χυμός. εἰ δὲ καὶ βραχεῖά τις ἀρχὴ φλεγμονῆς   
[2] εἴη κατὰ τὰ σπλάγχνα, ταύτην αὐξάνουσιν ἱκανῶς, ὥσπερ γε   
[3] καὶ τὰς πνευματώσεις καὶ τὰς σκιῥῥώδεις διαθέσεις παροξύνουσι   
[4] καὶ δηλονοτι καὶ τὰς τῶν ἀποστημάτων γενέσεις. ἀλλ᾽ ἴσως   
[5] ταῦτα ποῥῥώτερον καὶ τῆς ὑγιεινῆς διαίτης ἐστὶν, ᾖς μόριον   
[6] ὁ προκείμενος ἐκδιδασκει λόγος. ἐπ᾽ αὐτὰ οὐν αὐθις ἴωμεν,   
[7] ὅσα τῶν παχυχύμων ἐστὶ καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων προστιθέντες   
[8] · [ed2page:6.428] ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν [ed1page:4.356] παχύχυμα μόνον ἐστὶν,   
[9] ὥσπερ ἡ φακῆ, γλίσχρα δ᾽ ἄλλα, καθάπερ ἡ μαλάχη, τινὰ   
[10] δ᾽ ἄμφω πέπονθεν, ὥσπερ τά θ' ὑπ Ἀριστοτέλους ὁστρακόδερμα   
[11] καλούμενα καὶ τὰ μαλάκια.

### [chapter:5]

[12] Καλλίστη δὲ τροφὴ τοῖς σώμασιν ἡμῶν   
[13] ἀπὸ τῶν μήτε παχυχύμων, μήτε γλίσχρων, ἐξ ὡν αἷμα σύμμετρον   
[14] τῇ συστάσει γεννᾶται. μοχθηρὸν γοῦν ἐστι καὶ τὸ   
[15] λίαν λεπτον· βραχείας γὰρ οὔσης τῆς ἐξ αὐτοῦ τροφῆς,   
[16] ἀσθενῆ καὶ ἰσχνὰ γίνεται τὰ οὕτω διαιτώμενα σώματα. κάλλιστα   
[17] τοίνυν εἰς ὑγείαν ἐστὶν ἐδέσματα τὰ μέσην ἔχοντα τῶν   
[18] εἰρημένων τὴν φύσιν, ὡς μηδὲν ἐπικρατεῖν ἐν αὐτοῖς ἰσχυρῶς [p. 6.782]   
[1] γλίσχρον, μήτ αὐ τὸ κολλῶδες. ἀλλὰ καὶ τὸ τελέως ψαθυρὸν,   
[2] ὡς μηδὲ τοὐλάχιστον ὲχειν χυμοῦ κολλώδους, μοχθηρόν.   
[3] οἱ γοῦν ἐξ ἐλύμου τε καὶ κέγχρου σκευαζόμενοι τῶν ἄρτων   
[4] ἐγγὺς ἡκουσι τοῦ δόξαι τινὰ ψάμμον ἤ τέφραν ἐσθίειν. διὸ   
[5] καὶ δεῖται τὸ γιγνόμενον ἐξ αὐτῶν ἔτνος, ὥσπερ γε καὶ   
[6] ἡ λέκιθος, ἃπασι τοῖς λιπαροῖς τε καὶ γλίσχροις μεμίχθαι.   
[7] λίπος τε οὐν συῶν καὶ στέαρ αἰγῶν, ἔλαιον καὶ γάλα προβάτων   
[8] ἤ βοῶν ἐπιβάλλοντες αὐτοῖς οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς   
[9] ἐσθίουσιν. ἔτνος οὑν ὀνομάζω τὸ ἐκ τῶν ἐρειχθέντων   
[10] ὀσπρίων τε καὶ χεδρόπων σκευαζόμενον, λέκιθον δὲ τὸ ἐκ   
[11] τῶν ἀλεσθέντων ἄλευρον ἑψόμενον ἐν ὕδατι, προσεμβαλλομένου   
[12] τινὸς λίπους. ἔνια δὲ τῶν ἐδεσμάτων αὐτὰ μὲν   
[13] ἐφ ψ ἑαυτῶν ὁρώμενα πρὸ τοῦ τῆς οἰκείας τυχεῖν παρασκευῆς,   
[14] εἴτ οὐν δέ ἑψήσεως εἴτε καὶ δι᾽ ὀπτήσεως ἤ τηγανίσεως,   
[15] ἤ καὶ διὰ μόνης βρέξεως, σκληρὰ καὶ γεώδη φαίνεται,   
[16] βρεχόμενα δὲ ἤ ἑψόμενα μαλακὰ, καθάπερ ἐν μὲν   
[17] τοῖς σιτηροῖς σπέρμασι κριθαὶ καὶ πυροὶ, τῶν δ᾽ ἐπὶ   
[18] δένδροις γεννωμένων καρπῶν οἱ κῶνοι. προσέχειν οὐν σε   
[19] χρὴ κὰν τούτῳ τὸν νοῦν, οὐ μόνον ὅταν εἰς ξένην ἀφικόμενος [p. 6.783]   
[1] χωραν εσθιἔιν τι μελλῃς αηθες, ἀλλὰ καὶ παρ᾽ ἡμῖν   
[2] αυτοῖς, προπειρωμενον εκαστου τῆς φύσεως ἐν τῷ διαβρέχειν   
[3] υδατι μονῳ χωρις εψησεως, η συν ἑψήσει τε καὶ ὀπτήσει.   
[4] τα μεν γαρ εἰς ογκον ἐςαιρομενα τῶν σπερμάτων ἤ ὅλως   
[5] τῶν καρπῶν, αποβαλλοντα ταχέως τὴν ἀρχαίαν σκληρότητα   
[6] και ξηροτητα, μεθισταμενα τε προς τὸ μαλακώτερον καὶ ὑγρόῶ   
[7] τερον αμείνω παντ ἐστὶ, τὰ δὲ φυλάττοντα τὸν ἔμπροσθεν   
[8] ογκον αμα τῇ σκληροτητι χείρω, καὶ γὰρ δύσπεπτα τὰ   
[9] τοιαῦτα καὶ γεωδη ταῖς ουσίαις ἐστὶν, ὡς μόγις αἱματοῦσθαι,   
[10] δεομενὰ ρωμαλεας δυναμεως εἰς την ἐν τῷ σώματι κατεργασίαν   
[11] ἐν τῷ πέττεσθαι κατὰ γαστέρα καὶ καθ' ἡπάρ τε καὶ   
[12] φλέβας αἱματοῦσθαι. ἀποτυγχάνει μὲν οὑν ἑκατέρων τῶν   
[13] ενεργειῶν εν τοῖς ασθενεσι σωμασΓ καὶ γὰρ χυμος ἐκ τῶν τοιουτων   
[14] εδεσματων ο καλουμενος ωμὸς γίγνεται, ἐφ᾽ ῷ νόσοι   
[15] παντοῖαι συνίστανται. ἐπεὶ δὲ καθ' ἕκαστον εἰδος καρποῦ   
[16] πολλη τίς ἐστιν η διαφορα, προβρέχειν ἀξιῶ σε καὶ προέψειν   
[17] ἐνίοτε τῶν μελλοντων ἐσθίεσθαί τινα, πεῖραν ἀσφαλῆ λαμβανοντα   
[18] τῆς φύσεως αυτῶν. ο γοῦν ἐμὸς πατὴρ, ἐπιμελὴς ὧν [p. 6.784]   
[1] περὶ τα τοιαῦτα, καὶ ἀμύγδαλα οὕτως ἐδοκίμασε καὶ κάρυα τὰ   
[2] μεγάλα καὶ τὰ σμικρὰ Ποντικά τε καὶ λεπτοκάρυα. τὴν αὐτὴν   
[3] δὲ [ed2page:6.429] βάσανον ἐποιεῖτο καὶ τῶν λαχάνων, ὡσαύτως δὲ   
[4] καὶ τῶν κυάμων καὶ πισσῶν καὶ λαθύρων καὶ θέρμων, ὠχρῶν   
[5] τε καὶ δολίχων, ἀπάντων τε τῶν τοιούτων, ἤ βρέχων, ἤ προέψων,   
[6] εἰθ' ὁρῶν, εἰς ὅσον ἐξοιδίσκετο. περὶ δὲ τῆς πτισάνης   
[7] τί δεῖ καὶ λέγειν; ἤδη γὰρ τοῦτο καὶ οἱ παῖδες ἴσασιν,   
[8] ὡς η μὲν ὀγκουμένη ταχέως ἀρίστη, μοχθηρὰ δ᾽ ἡ χρόνῳ πολλῷ   
[9] βραχὺν ὄγκον ἴσχουσα. τήκεται γὰρ ἡ προτέρα ῥηθεῖσα   
[10] καὶ γίνεται χυλὸς, ἡ δ᾽ ἑτέρα δύστηκτός α΄ ἐστὶ καὶ σκληρὰ   
[11] διαμένει, βραχύτατον ἀνιεῖσα χυλόν. ἔνια δὲ τῶν Δημητρίων   
[12] σπερμάτων οὐδ᾽ ἔλως ὁγκοῦσθαι πέφυκεν ἑψόμενα · κεκλήκασι   
[13] δ᾽ ἀτέραμνα τὰ τοιαῦτα τῶν παλαιῶν Ἕλλήνων ἔνιοι.   
[14] οὕτως οὐν καὶ τοὺς πυροὺς ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐδοκίμαζε καὶ προσέτι   
[15] τῷ πλήθει τῶν ἀλεύρων · οἱ μὲν γὰρ ἀγαθοὶ πλεῖστον   
[16] ἄλευρον ἐργάζονται, οἱ μοχθηροὶ δ᾽ ὁλίγον. μὴ τοίνυν μηδὲ   
[17] σὺ κατὰ τὸ πάρεργον ἀκούσῃς ὧν λέγω. κοινός τε γὰρ ὁ [p. 6.785]   
[1] λόγος ἐστὶν ἀπάντων μὲν σπερμάτων, ἀπάντων δὲ καρπῶι   
[2] ὅσους ἀποθέσθαι δυνατόν ἐστιν, ἐξητασμένος τε καἰ κεκριμένος   
[3] ὑπ᾽ ἐμοῦ τε καὶ τοῦ πατρὸς ἐν χρόνῳ πολλῷ καὶ πείρᾳ   
[4] μακρὰ. δῆλον δ᾽, ὅτι καὶ τοὺς καρποὺς εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείους   
[5] λέγω τοὺς πρὶν σαπῆναι ξηραινομένους. ἔνιοι μὲν   
[6] γὰρ οὐχ ὑπομένουσι τοῦτο , καθάπερ τὰ μόρα καὶ οἱ καλοῦμενοι   
[7] πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες, ἔτι τε Περσικὰ, καὶ   
[8] ὅσα τούτοις ἐστὶ παραπλήσια · φθάνει γὰρ σήπεσθαι, πρὶν   
[9] ξηρανθῆναι- κολοκύνθας μὴν εἰς λεπτὰ μόρια τεμνοντες ξηραίνουσιν   
[10] ἔνιοι, καθάπερ γε καὶ τὰς κοιλίας ἄλλοι. καὶ γνῶρισμα   
[11] δὲ τοῦ μοχθηρὸν εἰναι τὸν μυκήτην μέγιστον νομίζουσι   
[12] τὸ ξηρανθῆναι μὴ δύνασθαι. περὶ δὲ τῶν κοκκυμήλων τί   
[13] δεῖ καὶ λέγειν ; οὐδεὶς γὰρ ἀγνοεῖ τὴν ἀπόθεσιν αὐτῶν οὐκ   
[14] ἐν Δαμασκῷ μονον, ἤ κατα τὴν Ἱσπανίαν, ἀλλὰ καὶ παρ   
[15] ἡμῖν. γιγνομένην. ὥστ ὀλίγιστοι τῶν καρπῶν εἰσιν οἱ μὴ   
[16] δυνάμενοι ξηρανθῆναι, πλὴν πέπονες, ὡς ἔφην, καὶ μηλοπέπονες,   
[17] τά α΄ Ἀρμενιακὰ καὶ τὰ Περσικὰ, καὶ πρεκόκια παρὰ   
[18] Ῥωμαίοις ὀνομαζόμενα. καὶ γὰρ τὰ σῦκα ξηρανθέντα δάαμένει, [p. 6.786]   
[1] καὶ οἱ σικυοὶ ταῖς κολοκύνθαις ὡσαύτως. ἀλλὰ καὶ   
[2] ταυτα τοῦ χειμῶνος εἰς χρείαν ἀγόμενα τὴν αὐτὴν ἐξέτασιν   
[3] δέχεται. τα μὲν γὰρ ταχέως ἐν ὕδατι τεγγόμενα, καὶ χωρὶς   
[4] ἑψήσεως καὶ συν ἐκείνη, κάλλιστα τῶν ὁμοειδῶν ἐστι, τὰ δ᾽   
[5] ἐν πολλῷ χρονῳ τοῦτο πάσχοντα καὶ μικρὸν ἐπιδιδόντα τοῖς   
[6] ογκοις μοχθηρα. γίγνωσκε τοίνυν οὐ μόνον εἰς πέψιν ἀμείνωτα   
[7] ταχέως οἰδισκόμενα τῶν ἐδεσμάτων, ἀλλὰ καὶ πρὸς εὐχυμίαν   
[8] , ἡς ἕνεκα τα κατὰ τουτὶ τὸ γράμμα λέγεται πάντα, καὶ   
[9] τα βελτίω φυσει τὰ ταχέως ἐξογκούμενα, διότι πέττεται μάλλον   
[10] καὶ αμείνους γεννᾶ χυμούς. οὐδὲν γὰρ οὕτως εἰς εὐχυμίαν   
[11] συντελεῖ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὡς τὸ πεφθῆναι καλῶς ἐν τῇ γαστρί.   
[12] καὶ γὰρ τὴν δευτέραν καὶ τρίτην πέψιν ἐπιδέχεται μάλλον   
[13] ταῦτα. ἔμαθες δὲ, ὅτἦδευτέρα μὲν πέψις ἐν ἥπατί τε   
[14] καὶ φλεψὶ γίνεται, τρίτη δὲ καθ᾽ ἕκαστον τῶν τρεφομένων   
[15] μορίων, ης ἕνεκα τῶν προτέρων δυοῖν δεόμεθα. τρέφεται   
[16] μὲν γὰρ, ὅσα τρέφεται, τῶν τρεφόντων αὐτὰ μεταβαλλομένων   
[17] κατὰ ποιότητα, κἀξομοιουμένων τοῖς τρεφομένοις · μεταβάλλεται [p. 6.787]   
[1] δε τα παρασκευασθέντα καὶ προπεφθέντα τῶν ἀπέπτων   
[2] μᾶλλον. ἀλλήλας γὰρ αἱ πέψεις διαδέχονται, τὴν μὲν τῆς   
[3] γαστρος το ἡπαρ, τὴν δὲ τούτου τὰ τρεφόμενα μόρια.   
[4] καὶ τοίνυν καὶ προπαρασκευάζει τοῖς μὲν ἐν τῷ σώματι μορίοις   
[5] απασι την τροφὴν τὸ ἡπαρ, [ed2page:6.430] ἐκείνῳ δ᾽ ἡ γαστὴρ, ἐκείνῃ   
[6] δε το στομα, καὶ τούτῳ τινὰ μὲν ὄπτησις, τινὰ δὲ ἔψησις,   
[7] η ταγηνισις, ἤ τις ἁπλῆ βρέξις. άπασι δὲ τούτοις ἡ   
[8] διοικοῦσα φύσις τὰ τοὺς καρποὺς φέροντα φυτὰ παρασκευάζει,   
[9] καί τινα γε τῶν ἐξ αὐτῆς γεγονότων οὔθ' ἑψήσεως, οὔτ   
[10] ὁπτησεως, οὔτε βρέξεως, οὔτ ἄλλης δεῖται παρασκευῆς.   
[11] ταῦτα μὲν ἐν τῷ καθόλου χρὴ μεμνῆσθαι, κοινὰ γὰρ ὰπάντων   
[12] ἐστὶ τῶν ἐσθιομένων.

### [chapter:6]

[13] Ἐπὶ δὲ τὰ κατὰ μέρος ἴωμεν, ὅσα λέγοντες   
[14] ἀπελίπομεν, ἐν μὲν τοῖς τῶν ζώων μορίοις ἔντερά τε καὶ   
[15] γαστέρα καὶ μήτραν καὶ ὡτα καὶ ὁφθαλμοὺς καὶ οὐρὰς,   
[16] [ed1page:4.357]ἐν δὲ τοῖς Δημητρίοις σπέρμασι τὰ πλεῖστα, καθάπερ γε καὶ   
[17] λαχανων καὶ φυτῶν τῶν καλουμένων ὡραίων. ἔντερα μὲν

[18] ουν και γαστηρ και μητρα σκληροτεραν τῶν σαρκων εχει την [p. 6.788]   
[1] οὐσίαν, ἀπεπτοτέραν τε τοσοῦτον, ὅσον καὶ σκληροτέραν,   
[2] ἧττον τε τῶν σαρκῶν τρέφει καὶ ἥττον εὔχυμα εἰσιν. αἱ δ   
[3] οὐῥαἴ και τούτων ἔτι σκληρότεραι, καὶ τἄλλα ἀνάλογον τῇ   
[4] σκληρότητι κὰτ αὐτάς ἐστι περί τε πέψιν καὶ θρέψιν, πλὴν   
[5] οὐ περιττωματικαὶ διὰ τὴν κίνησιν. ὅμοιοι δ᾽ αὐταῖς εἴσιν   
[6] ἐπὶ τῶν πτηνῶν ζώων οἱ τράχηλοι. κοιλίαι δ᾽ οὐδὲν ὅμοιαι   
[7] τοῖς πτηνοῖς τε καὶ πεζοῖς ζώοις εἰσί. καὶ γὰρ παχεῖαι καὶ   
[8] σκληραὶ , καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτοι καὶ πολύτροφοι πεφθεῖσαι   
[9] τοῖς πτηνοῖς εἰσιν αἱ κοιλίαι. κάλλισται δ᾽ ἀλεκτορίδων καὶ   
[10] χηνῶν, καίτοι τἄλλα τοῦ χηνὸς μόρια σκληρά α΄ ἐστὶ καὶ   
[11] δύσπεπτα καὶ περιττωματικὰ, πλὴν τῶν πτερῶν. ἐν δὲ τοῖς   
[12] μεγάλοις στρουθοῖς, ἃς νῦν ὀνομάζουσι στρουθοκαμήλους,   
[13] ἃπαντα τὰ μέρη σκληρὰ καὶ δύσπεπτα καὶ περιττωματικά.   
[14] τῶν δ᾽ ὤτων ὁ μὲν χόνδρος ἄτροφόν τ᾽ ἐστὶ καὶ ξηρὸν σῶμα,   
[15] τὸ δὲ ἔξωθεν δέρμα λεπτὸν καὶ ξηρὸν, ὀλιγότροφόν   
[16] τε καὶ δύσπεπτον. ὀφθαλμοὺς δ᾽ ὀλίγοι μὲν ἐσθίουσι, σύγκεινται   
[17] δ᾽ ἐξ ἀνομοίων οὐσιῶν · ἑτέρας μὲν γὰρ φύσεως οἱ [p. 6.789]   
[1] χιτῶνες αὐτῶν, ἑτέρας δὲ οἱ μύες, ἄλλης δὲ τὸ κρυσταλλοειδὲς   
[2] καὶ τὸ ὑαλοειδές. ἐξ αὐτῶν δὲ οἱ μύες εὐπεπτότατοι   
[3] μόνοι τῶν ἐπιτήδειον εἰς εὐχυμίαν τὴν φύσιν ἐχόντων   
[4] ζώων, οἷοί περ οἷ σύμμετροι κατὰ τὴν ἡλικίαν ὕες. εἶεν δ᾽   
[5] ἂν οὔτοι τοῖς μὲν ἀκμάζουσιν ἀνθρώποις καὶ γυμναζομένοις   
[6] οἱ τέλειοι , τοῖς δὲ παρακμάζουσιν οἱ ὲτ᾽ αὐξανομενοι · τῶν   
[7] δὲ πάνυ σμικρῶν χοίρων ἡ σὰρξ περιττωματική. ἀρίστης   
[8] δὲ τῆς τῶν ὑῶν οὔσης ἐδωδῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις, ἐφεξῆς   
[9] ἐστιν ἡ τῶν ἐρίφων , καὶ μετα ταύτην ἡ τῶν μόσχων. ·· ἡ δὲ   
[10] τῶν ἀρνῶν σὰρξ ὑγρὰ καί γλίσχρα καὶ βλεννώδης ἐστί. τῶν   
[11] δ᾽ ἄλλων πεζῶν ζωων τῆς ἐδωδῆς ἀπέχεσθαι κελεύω τὸν εὐχυμίας   
[12] πρσνσουμενον, ἡ δὲ κατ᾽ εἶδος ἐν αὐτοῖς διαφορὰ κατὰ   
[13] τὸ τρίτον εἴρηται περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων.

### [chapter:7]

[14] [ed2page:6.431] Ἐν δὲ τοῖς Δημητρίοις σπέρμασιν   
[15] ἄριστον εἰς εὐχυμίαν ἔδεσμα καλῶς ἑψημένη πτισάνη. συνενδείκνυται   
[16] δ᾽ ὁ λόγος οὕτος , ὅτι ἀρίστην εἶναι χρὴ καὶ τὴν   
[17] κριθην. σῷ γὰρ ἕψεται καλῶς ἡ πτισάνη, μὴ τοιαύτης οὔσης [p. 6.790]   
[1] αὐτῆς, διὰ τὸ μήτε πλεῖον ἐξοιδίσκεσθαι διαβρεχομένων,   
[2] μήτε χυλοῦσθαι τηκομένην. ἀλλά περὶ πτισάνης ἔν τε τῷ   
[3] περὶ τῶν ἐν τροφαῖς δυνάμεων καὶ τοῖς τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου   
[4] καὶ τοῖς εἰς τὸ περὶ διαίτης ὁξεέον Ἱπποκράτους ὑπομνημασιν   
[5] ἐπὶ πλέον εἴρηται. νυνὶ δ᾽ ἀρκεῖ δεδηλῶσθαι τὸ   
[6] κεφάλαιον, οὑ χρήζομεν εἰς τὸν ἐνεστῶτα λόγον, ὡς ἀμεμπτότατον   
[7] εἴη ἂν πάντων ἐδεσμάτων εἰς εὐχυμίαν τε καὶ φυλακὴν   
[8] ὑγείας πτισάνη καλῶς ἐσκευασμένη. τρέφει γε μὴν ἄρτου   
[9] ηττον ἡ καλλίστη· περὶ οὑ καὶ αὐτοῦ λέλεκται κατὰ τὸ β΄   
[10] γράμμα περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. τῆλις μὲν οὐκ   
[11] εὔχυμος, ἃν πλεονάζῃ τις ἐν αὐτῇ, πτισάνην δὲ κᾂν καθ᾽   
[12] ἑκάστην ἡμέραν εἰς κόρον ἐσθίῃς, οὐδὲν εἰς εὐχυμίαν βλαβήσῃ.   
[13] περὶ κυαμου δ᾽ ἂν ἔλεγον ταὐτὸν, εἰ μὴ φυσωδηςἡν· οὔτε   
[14] γὰρ κακόχυμος, οὔτε ἐμφρακτικὸς, ἃπερ ἐστὶ κεφάλαια τῶν   
[15] ὑγιεινῶν ἐδεσμάτων · ὑπάρχει δ᾽ αὐτῷ ταῦτα διὰ τὸ ῥυπτικἤν   
[16] ἔχειν ποιότητα καὶ δύναμιν ἐν αὑτῷ , καθάπερ ἡ κριθή.   
[17] τῷ πισῷ δὲ τὸ μὲν ἄφυσον ὑπάρχει, τὸ ῥυπτικὴν δ᾽ οὐκ   
[18] ἴσον τῷ κυάμῳ. περὶ δὲ τῆς φακῆς, ὅτι κακόχυμός ἐστι καὶ [p. 6.791]   
[1] μελαγχολικη, σχεδὸν ουδεὶς ἀγνοεῖ· ὡς φαρμάκῳ δ᾽ αὐτἢ   
[2] χρώμεθα πολλάκις ἐπὶ πολλῶν παθημάτων , ἀλλ᾽ οὐ νῦν ἐκείνων   
[3] ο καιρος. ωχροι δὲ καὶ δόλιχοι τῶν μὲν εἰρημένων χείρους,   
[4] ἀμείνους δὲ λαθύρων, ὀλύραν δὲ μετὰ τὴν κριθὴν τίθει,   
[5] καὶ μετ ἐκείνην τίφην, ἔλυμος δέ σοι φευκτέος ἀεί · καλοῦσι   
[6] δ᾽ αυτὸν ἔνιοι μελίνην τῶν παλαιῶν. ἡ δὲ κέγχρος   
[7] ομογενης μέν ἐστι τῷ σπέρματι τούτῳ, μοχθηρὰ δ᾽ ἦττον.   
[8] ο γε μὴν ἐρέβινθος, εἰ καὶ τρόφιμος, ἀλλ᾽ οὐκ εὔχυμος, φτισώδης   
[9] δὲ οὐδὲν ᾖττόν ἐστι κυάμου, παροξύνει δὲ καὶ πρὸς   
[10] συνουσίαν ἃμα τῷ πολὺ σπέρμα γεννᾂν, ὁ δὲ θέρμος ἱκανῶς   
[11] παχύχυμοι εὔδηλον δ᾽, ὅτι καὶ τρόφιμος, εἴπερ παχύχυμος,   
[12] ου μην κακοχυμος. τῶν δ᾽ αλλων ὀσπρίων οὐδὲ μεμνῆσθαι   
[13] καλὸν εἰς εὐχυμίας λόγον, ὧν γε μηδ᾽ ἐσθίουσιν ἄνθρωποι   
[14] , πρὶν υπο λιμοῦ βιασθῆναι. περὶ μὲν οὑν ὁσπρίων   
[15] αυταρκως εἴρηται, περὶ δὲ καρπῶν ἐφεξῆς ἃν εἴη   
[16] ῥητέον.

### [chapter:8]

[17] Εἰσὶ δ᾽ οἱ μὲν ἀπὸ δρυῶν ὀλίγου δεῖν   
[18] ἄπαντες κακόχυμοι πλὴν τῶν καστανειῶν ὀνομαζομένων βαλανων. [p. 6.792]   
[1] αὑται δέ πεφθεῖσαι καλῶς ἐν τῇ γαστρὶ τρόφιμοι   
[2] μεν εἰσι καὶ παχύχυμοι, κακόχυμοι δ᾽ οὐδαμῶς. τῶν δ᾽ ἃλλων   
[3] οἱ μὲν ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ κακόχυμοι πάντες ·   
[4] εαν δὲ δια [ed2page:6.432] φθαρῶσιν ἐν τῆ γαστρὶ, φαρμάκου δηλητηρίου   
[5] πλησίον ἤκουσιν, ὥσπερ λιαὶ τὰ μόρα, καίτοι μετριῶτερα   
[6] τῶν Περσικῶν ὀνομαζομένων ὄντα καὶ τῶν κοκκυμήλων,   
[7] ομως τὴν διαφθορὰν οὐδὲν ᾖττον ἐκείνων ὲχει μοχθηράν. . ἤν   
[8] δ ονομάζουσιν ἰδίως οἱ Ἕλληνες ὀπώραν ἐν σύκοις καὶ σταφυλαῖς   
[9] οὐσαν, ἀμείνων μέν ἐστι τῶν εἰρημένων, οὐ σμικρὰν   
[10] δ ὲχει τὴν διαφορὰν, ἤ πέπειρον ἀκριβῶς εἶναι τὸν καρπὸν,   
[11] ἤ μηδέπω τοιοῦτον. ἐγγὺς γὰρ τῶν ἀβλαβῶν τὰ πέπειρα σῦκα,   
[12] καὶ μετὰ ταῦτα ἡ πέπειρος σταφυλή. κρεμασθεῖσα δὲ καὶ   
[13] ηδε τὸ φυσῶδες ἀποτίθεται καὶ γίνεται τελέως ἄμεμπτον. περὶ   
[14] ἰσχαδων δὲ δόξειεν ἃν τις ἐναντία λέγων ἀληθεύειν, εἰ κακοχυμους   
[15] γε ἃμα καὶ εὐχύμους αὐτὰς εἴποι, νοσῶδές τε καὶ   
[16] υγιεινὸν ἐχούσας. ἐὰν γὰρ αυται διεξέρχωνται κατὰ τὴν γαστέρα,   
[17] καὶ ἡ ἀπ αὐτῶν ἀναδοθεῖσα τροφὴ διά τε τοῦ δέρματος   
[18] παί τῶν νεφρῶν, ὑγιειναί τέ εἰσι καἴ εὔχυμοι · βραδύνουσαι [p. 6.793]   
[1] δὲ κακοχυμότεροί πως γίνονται καὶ φθειρῶν πολλῶν   
[2] γεννητικαί · μετὰ δὲ καρύων ἐσθιόμεναι κάλλιστόν εἴσιν   
[3] ἔδεσμα, καθάπερ γε καὶ ἀμυγδάλων, ἀλλὰ μετὰ τούτων μὲν,   
[4] ὡς ἐκφρακτυκῶν καὶ ῥυπτικῶν, οὐ μὴν εὐχύμων γε τοῖς καθύοις   
[5] ὡσαυτως οὐδὲ τροφίμων, ἃμα δὲ τοῖς καρύοις βελπίους   
[6] εἰς ἃπαντα. καί τινες τῶν γραψάντων συνθέσεις φαρμακων   
[7] θανασίμων ἀλεξητήριον αὐτῶν ἀπάντων εἶναί φασι   
[8] προλαμβανομένας ἰσχάδας ἄμα καρύοις τε καὶ πηγάνῳ, τὰ δ᾽   
[9] ἄλλα τῶν ἀκροδρύων εἴδη κακόχυμά ἐστι, καὶ μάλισθ ὅσα τῶν   
[10] ἀγρίων αὐτῶν καὶ θάμνων εἰσὶ καρποὶ, περὶ ων ἐπὶ πλέον   
[11] εἴρηται κατὰ τὸ β΄ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. μήλων δὲ   
[12] .καὶ ῥοῶν, ἀπίων τε καὶ μεσπίλων, οὐχ ὡς τροφῆς, ἀλλ᾽ ὡς   
[13] φαρμακων χρήζομεν εἰς τόνον στομάχου τε καὶ γαστρός. καρποὶ   
[14] δ᾽ εἰσὶ καὶ σικυοὶ καὶ πέπονες καὶ μηλοπέπονες, ἀλλ᾽ οὐδὲν   
[15] οὐδὲ τούτων εὔχυμον · εῖ δὲ μὴ ταχέως ὑπέλθοι, διαφθείρεται   
[16] κατὰ τὴν γαστέρα καὶ τὸν ἐκ τῆς διαφθορὰς γινόμενον [p. 6.794]   
[1] χυμὸν ἐγγὺς τοῖς θανασίμοις γενόμενον φαρμάκοις ἐρχάζεται.   
[2] κολοκύνθη δ᾽ ἄμεμπτος μόνη τῶν τοιούτων καρπῶν,   
[3] ἀλλὰ καὶ αὕτη διαφθαρεῖσα κατὰ τὴν γαστέρα κακό·χυμσς   
[4] ἱκανῶς γίνεται, καθάπερ καὶ τὰ συκάμινα · καὶ γὰρ καὶ   
[5] ταῦτα, πρὶν διαφθαρῆναι, φθάσαντα ταχέως ὑπελθεῖν, οὐδὲν   
[6] ἐργάζεται φαῦλον, εἴ γε μή τις ἐν αὐτοῖς πλεονάζοι · κοίνὸν   
[7] γὰρ τοῦτο περὶ ἀπάντων ὡραίων ἐπίστασθαί τε χρεί   
[8] καὶ μεμνῆσθαι. τῶν δὲ λαχάνων οὐδὲν μὲν εὔχυμον, ἐλ   
[9] μέσῳ δ᾽ εὐχύμου τε καὶ κακοχύμου θρίδαξ ἐστὶν, εἶτα μα·λάχη,   
[10] καὶ μεύ αὐτὴν ἀτράφαξύς τε καὶ ἀνδράχνη, καὶ βλίτον   
[11] καὶ λάπαθον. ἐσχάτως δὲ κακόχυμα πάντ ἐστὶν, ἀ   
[12] καλοῦσιν ἄγρια λάχανα, θριδακίνη, χονδρίλη, σκάνδιξ, γιγγίδιον,   
[13] σέρις, κιχωριον. αἱ δὲ ῥίζαι [ed1page:4.356] τῶν λαχανωδῶν   
[14] φυτῶν κακόθυμοι μὲν, ὅσαι δριμεῖαι, καθάπερ αἱ τῶν   
[15] κρομμύων καὶ πράσων καὶ σκορόδων καὶ ῥαφανίδων καί   
[16] δαύκου, μέσαι δ᾽ εὐχυμων τε καὶ κακοχύμων αἷ τε τῶν   
[17] ἄρων εἰσι καὶ τῶν γογγυλίδων, ἃς καὶ βουνιάδας ὀνομα΄   
[18] ζουσι, καὶ τοῦ καλουμένου κάρους.

[p. 6.795]

### [chapter:9]

[1] Ὅρνιθες δὲ καὶ ἰχθύες ὀλίγου δεῖν ἃπαντες   
[2] ευχυμοι πλὴν τῶν ἐν ἕλεσι καὶ λίμναις καὶ ποταμοῖς ἰλυώ   
[3] [ed2page:6.433]δεσι καὶ θολεροῖς διαιτωμένων. ἀέρι γὰρ χείρονι   
[4] χρῶνται καὶ νηξεσιν ἐλάττοσι καὶ τροφαῖς μοχθηροτέραις, καὶ   
[5] μάλισθ ὅταν ἐκ πόλεως μεγάλης ῥέῃ τὸ ὕδωρ, ἐκκαθαῖρον   
[6] αποπατους τε καὶ βαλανεῖα καὶ μαγειρεῖα καὶ τὰ τῶν πλυνόντων   
[7] τὴν ἐσθῆτα καὶ τὴν ὀθόνην ῥύμματα. χειρίστη γὰρ ἤ   
[8] σὰρξ γίνεται τῶν ἐν ὕδατι τοιούτῳ διαιτωμένων ζώων] μάλιστα   
[9] μὲν, ὅταν ἐν αὐτῷ μόνῳ διατρίβωσι, κἂν ἐπιμίγνυται   
[10] δὲ βελτίονι , μοχθηρότεροι πολλῷ καὶ οὔτοι τῶν ἐν καθαρῷ   
[11] θαλάττῃ διαιτωμένων εἰσίν. ἄμεμπτοι γὰρ ὀλίγου δεῖν ἃπαντες   
[12] ὑπάρχουσιν, ὅσοι κατὰ τὴν ἄμικτον ὕδατι γλυκεῖ διατρίβουσιν,   
[13] ὥσπερ οἵτε πελάγιοι καλούμενοι καὶ οἱ πετραῖοι   
[14] καὶ γὰρ εἰς εὐχυμίαν καὶ ἐν αὐτῇ τῇ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονὴ   
[15] προὔχουσι πολὺ τῶν ἄλλων, ἀσφαλέστατον μὲν οὑν ἀεὶ   
[16] προσφέρεσθαι τῶν τοιουτων· εἰ δέ τι ζῶον εἴη τῶν ἐν ἑκατέροις   
[17] τοῖς ὕδασι διαιτωμένων, ὥσπερ ὁ κέφαλος καὶ ὁ λάβραξ,   
[18] ὅ τε κωβιὸς καὶ ἡ σμύραινα, καρκῖνοί τε καὶ ἐγχέλυες , ἀναπυνθάνεσθαι [p. 6.796]   
[1] μὲν πρότερον, οθεν εἴη τεθηρευμένον, μετὰ   
[2] δὲ ταῦτα τῇ ὀσμῇ καὶ τῇ γευσει τὴν διάγνωσιν αὐτῶν ποιεῖσθαι.   
[3] καὶ γὰρ δυσώδεις καὶ ἀηδεῖς καὶ βλεννώδεις, ὅσοι τὴν   
[4] δίαιταν ἔσχον ἐν ὕδατι μοχθηρῷ καἴ μέντοι καὶ λίπος αὐτοῖς   
[5] ὑπάρχει πολὺ πλέον ἤπερ τοῖς ἄλλοις, καὶ σήπονται   
[6] ταχέως. οἱ δ᾽ ἐν θαλάττῃ καθαρᾷ διαιτώμενοι τήν τε ὀδμὴν   
[7] ἄμεμπτον ἔχουσι καὶ τὴν γεῦσιν ἡδεῖαν, τό τε λίπος ὁλίγιστον,   
[8] ἤ οὐδ᾽ ὅλως, ἐξαρκοῦσί τε πλέονι χρόνῳ μὴ σηπόμενοι, καὶ   
[9] μάλισθ ὅταν αὐτοῖς τις περιβάλλῃ χιόνος. κατὰ ταῦτα μὲν   
[10] οὐν καὶ κρείττους οἱ σκληροτεροι γίνονται ψαθυρωτέραν ἴσχον.τες   
[11] τὴν σάρκα τοῖς πετραίοις τε καλ τοῖς ὀνίσκοις ὁμοίως·   
[12] ὃ γὰρ τούτοις ὑπάρχει φυσει, τοῦτο τοῖς σκληροσάρκοις ἐκ   
[13] της χιονος προσγινετατ. οια τουτ ουν εναντιωτατην εχουσιν   
[14] οὐσίαν τῆς σαρκὸς οἷ α΄ ἐκ θαλάττης καθαρὰς κέφαλοι καὶ   
[15] οἱ κατὰ τὸ μοχθηρὸν ὕδωρ διαιτώμενοι · παραπλησίως δ᾽   
[16] αὐτοῖς καἴ οἱ κωβιοὶ καἴ οἱ λαβρακες, ἔτι τε τούτων μᾶλλον   
[17] οἱ ἄλλοι, καὶ σμύραιναι δὲ φαυλσταται γίνονται κατὰ τὰ τοιαῦτα   
[18] τῶν ὑδάτων. ἡ δ᾽ ἔγχελυς σὐδ᾽ ὅλως εὔχυμον ἔδεσμα,   
[19] κᾂν ἐξ ὕδατος ᾖ καθαροῦ, μήτοι γε δὴ τοῦ πόλιν ἐκκαθαῖροντος, [p. 6.797]   
[1] ὡς εἴρηται. καὶ παρὰ τὰς ἐπιχωρίους δὲ τροφὰς   
[2] ἀμείνους τε καὶ χείρους ἑαυτῶν ἰχθύες γίνονται, διαγινωσκόμενοι   
[3] ῥᾳδίως ὀσμῃ τε καὶ γεύσει, καθάπερ αἱ τρίγλαι. μοχθηρότεραι   
[4] γαρ αὐτῶν αἱ τὴν καρκινάδα σιτούμεναί, τῶν   
[5] δ᾽ ἄλλων ἡ σὰρξ σκληροτέρας ἐστὶν ὕλης, οὐ μόνον τῆς   
[6] τῶν πετραίων τε καὶ ὀνίσκων, ἀλλὰ καἴ κεφάλων και λὰτ   
[7] βρύκων, καὶ τῶν ἄλλων πελαγίων, καὶ κατὰ τοῦτο δυσπεπιοτέρα   
[8] τε καὶ τροφιμωτέρα , κακόχυμον οὐδὲν ἔχουσα. λελεκται   
[9] δὲ τελεώτερον ὑπὲρ ἀπάσης τροφῆς ἐν τρισὶν ὑπομνήμασιν,   
[10] ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται,   
[11] καὶ χρὴ τὸν ὑγιεινῆς τροφῆς φροντίζοντα μήτε τῆς ἐκείνων   
[12] ἀναμνήσεως ἀμελῆσαι, μήθ' ὅλως τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας,   
[13] ἦς μέρος ἐστὶ καὶ τὸ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. ἄλλα   
[14] καὶ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης, ἐναντίας οὔσης τῇ παχυνούσῃ   
[15] διαίτῃ , γέγραπται βιβλίον ἕτερον ἱκανῶς χρήσιμον οἷς   
[16] ὑγεία σπουδάζεται.

[p. 6.798]

### [chapter:10]

[1] Μεμνῆσθαι δέ σε πρὸ πάντων βούλομαι   
[2] κατα τας τοιαύτας πραγματείας, ὡς οὔτε βοηθήματος, οὔθ'   
[3] [ed2page:6.434] υγιεινῶν διαιτημάτων ἐπιστήμων ἐστὶ τελέως ὁ τὰς   
[4] τῶν υλῶν δυνάμεις ἀκριβῶς ἐκμαθὡν, ἐὰν μὴ γινώσκη τὰς   
[5] τῶν σωματων φύσεις, οίς ταῦτα προσάγεται. τινὰ μὲν γὰρ   
[6] αυτῶν ἐστι πυκνὰ καὶ ἀδιάπνευστα, τινὰ δ᾽ ἀραιὰ καὶ ῥᾳ-δάος   
[7] ἐκκενουμενα. καὶ δεῖται δηλονότι τροφῆς ὑγροτέρας τὰ   
[8] προτερα, ξηροτέρας δὲ τὰ δεύτερα, καὶ τὰ μὲν κὀλλωδεστέρας,   
[9] τα δὲ λεπτοτέρας, καὶ τὰ μὲν ἐλάττονος, τὰ δὲ πλείονος.   
[10] ουτως δὲ καὶ ὅσοι μελαγχολικώτερον ἔχουσι τὸ αἷμα,   
[11] τῶν υγρῶν καὶ θερμῶν τῇ κράσει δέονται τροφῶν, ὥσπερ γε   
[12] καὶ οσοι χολωδέστερον, ὑγρῶν καὶ ψυχρῶν, ὡσαύτως δ᾽ οἵ   
[13] φλεγματῶδες, θερμαινουσῶν τε καὶ ξηραινουσῶν. ὅσοι δ᾽   
[14] αίμα χρηστὸν ἀθροίζουσι πλέον, ὀλιγωτέρων μὲν ἐδεσμάτων   
[15] χρήζουσιν, ἐπιφανῆ δ᾽ οὐδεμίαν ἐχόντων δύναμιν, ἀλλ᾽ ἐν   
[16] τῷ μέσῳ καθεστηκότων, ὡς μήτε θερμαίνειν ἀξιολόγως, μήτε   
[17] ψύχειν, ὥσπερ γε καὶ μηδ᾽ ὑγραίνειν ἤ ξηραίνειν, οὕτω   
[18] δὲ καὶ παχους καὶ λεπτότητος ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκότων, [p. 6.799]   
[1] ωσαυτως δὲ γιπσχροτητος τε καὶ τῶν ἐναντίων αὐτῇ · κραυροτητα   
[2] δὲ λέγω καὶ ψαθυρότητα. ὑπάρχει δὲ κραυρότης   
[3] μεν τοῖς σκληροῖς τε καὶ ξηροῖς ἱκανῶς, ψαθυρότης δὲ   
[4] τοῖς μαλακοῖς τε καὶ μέσοις καθ᾽ ὑγρότητά τε καὶ ξηρότητα ·   
[5] κοινον δ αμφοῖν το μηδὲν ἔχειν γλίσχρον. διαγνωστικὴν   
[6] οὐν εἰναι προσηκει τον ὁρθῶς χρησόμενον ταῖς τροφαῖς,   
[7] πρῶτον μὲν τῆς κατ ἀραιότητά τε και πυκνότητα τοῦ δέρματος   
[8] ἐν τοῖς ἀνθρώποις διαφοράς, ἐφεξῆς δ᾽ αὐτῇ τῆς ὅλης   
[9] τοῦ σώματος κράσεως, εἰθ' ἑξῆς εἰ σώζει πάντα τὰ μόρια   
[10] τοῦ σώματος τὴν οἰκείαν κρᾶσιν. ἐνίοτε μὲν γὰρ ἡ κεφαλή   
[11] ἐστι θερμοτέρα τοῦ προσήκοντος, ἡ γαστὴρ δὲ ψυχροτέρα,   
[12] πολλάκις δὲ τοὐναντίον ἡ γαστὴρ μὲν θερμοτέρα, ψυχροτέρα   
[13] δ᾽ ἡ κεφαλή · καὶ τἄλλα μόρια πάνθ' ὡσαύτως. ἡ μὲν   
[14] οὐν ἄλλη πάσα θεραπευτική τε καὶ ὑγιεινὴ μέθοδος ἀπάντων   
[15] ὁμοτίμως ἐστόχασται, τὰ δὲ κατὰ τὰς τροφὰς ἐξαίρετον μὲν   
[16] ἔχει καὶ πρῶτον σκοπὸν, ὅπως ἄριστα πεφθήσεται, δεύτερον   
[17] δὲ ἐπὶ τῷδε, τὸν ἀναδοθησόμενον ἐκ τῆς πεφθείσης τροφῆς   
[18] χυμὸν ἐπιτήδειον εἰναι τῇ κρασει τῶν ἄλλων μορίων. ἀναγκαία [p. 6.800]   
[1] τοιγαροῦν ἐκ τῶνδε φαίνεται τοῖς ὀρθῶς μέλλουσι χρῆσθαι   
[2] τροφαῖς ἡ περὶ κράσεως πραγματεία. καὶ τοίνυν ὡς   
[3] γεγυμνασμένῳ σοι κατ αὐτὴν, ὅσον ἔθ' ὑπόλοιπόν ἐστιν εἰς   
[4] εὐχυμίαν τε καὶ κακοχυμίαν ἀναγκαῖον ἐγνῶσθαι, προσθήσω,   
[5] την ἀρχὴν απὸ τῶν οἴνων ποιησόμενος.

### [chapter:11]

[6] Ὅσοι μὲν οὐν αὐτῶν ὑδατώδεις εἰσὶ καὶ   
[7] λεπτοὶ κατὰ ξύστασιν, οὔρησίν τε κινοῦντες, ὀλιγίστην παρέχουσι   
[8] τῷ σώματι τροφήν · ὅσοι δὲ παχεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖος   
[9] τε καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἀξιολόγως τρέφουσι. διαφέρουσι   
[10] δ αλλήλων τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἦττον ἀνάλογον τῷ πάχει.   
[11] τοιοῦτος δέ ἐστιν οἰνος παρ ἡμῖν ἐν Ἀἰγαῖς καὶ Περπερίνῃ,   
[12] τῇ μὲν ὁμόρῳ Μυρίνῃ, τῇ δὲ Περγάμῳ. τελέως μὲν οὐν   
[13] εἰσι γλυκεῖς ὅ τε Σκυβελίτης καὶ ὁ Θηραῖος, αὐστηρὸς δὲ   
[14] ἃμα καὶ γλυκὺς ὁ Κιλίκιος ὁ Ἀβάτης, ἀπὸ χωρίου τὴν προσηγορίαν   
[15] ἐχων, ὁ δ᾽ ἐν Ἀἰγαῖς καὶ Περπερίνῃ μέσοι τούτων   
[16] εἰσὶν, οὔτε γλυκεῖς ἀκριβῶς ἄντες, οὔτε στύψιν ἔχοντες ἀξιολογον   
[17] ὁμοίως τῷ Κιλικίῳ. [ed2page:6.435] μέλανες δὲ πάντες οὔτοι   
[18] τυγχάνουσιν ὄντες · οὐδὲ γὰρ ἂν εὕροις οὐδένα παχὺν ἃμα [p. 6.801]   
[1] καὶ γλυκὺν οἶνον, ὃς οὐκ ἔστι μέλας. ἐὰν ουν τῶν λευκοὶ   
[2] τάτων οἴνων ἑψήσῃς τὸ γλεῦκος, ὡς τὸ καλούμενον ἐργασασθαι   
[3] σίραιον, ὥπερ ἕψημα παρ ἡμῖν ὀνομάζεται, μέλαν   
[4] ἴσχει το χρῶμα πα [ed1page:4.359] ραπλησίως τῷ Θηραίῳ. μέλαν δε   
[5] καὶ τὸ τοῦ Καρυίνου χρῶμ ἐστὶ, γλυκέος ὄντος αὐτοῦ. τὸ δὲ   
[6] τοῦ Θηρίνου μέλαν μὲν, ἀλλ᾽ οὐκ ἴσον τῷ Καρυίνῳ · ἀπολείπεται   
[7] γάρ τι καὶ τῆ γλυκύτητι τοῦ Καρυίνου. λευκὸς δὲ   
[8] οἰνος οὐδεὶς γλυκύς ἐστιν, ἀλλὰ τινὲς μὲν αὐστηροί τε καἴ   
[9] παχεῖς, τινὲς δ᾽ ὑδατωδεις τε καὶ λεπτοἄ ξανθοὶ δὲ καὶ   
[10] κιρροὶ, τινὲς μὲν γλυκεῖς εἰσι μετρίως, ὥσπερ Ἱπποδαμάντειός   
[11] τε καὶ ιΦαυστιανὸς ἐθαλερῖνο.ς, ἔνιοι δ᾽ ὅλως γλυκεῖς.   
[12] οἱ δ᾽ ἐρυθροὶ παχύτεροι τούτων, ὥσπερ γε τούτων ἕτεροι,   
[13] πλησιάζοντες ἤδη κατὰ τὸ χρῶμα τοῖς μέλασιν. ἡ τροφὴ δ᾽   
[14] ἐξ ἀπαντων ἐστὶν αὐτῶν ἀναλογος τῷ πάχει. καὶ διὰ τοῦτο   
[15] τοῖς μὲν ἀναθρέψεως δεομένοις ἐπιτρεπτέον πίνειν τοὺς   
[16] γλυκεῖς, καὶ μάλισθ ὅταν ἀμέμπτως ὲχωσι τὰ καθ᾽ ὴπάρ τε   
[17] καὶ σπλῆνα καὶ νεφρούς · τοῖς δ᾽ ἤδη παχὺν ἠθροικόσι χυμον   
[18] ἐν ταῖς φλεψὶν οἱ λεπτοὶ κατα τὴν σύστασιν χρήσιμοι,   
[19] ψυχρῶν μὲν ἡθροισμένων ἐν ταῖς φλεψὶ χυμῶν, οἱ δριμεῖς καὶ [p. 6.802]   
[1] παλαιοὶ, μη ψυχρῶν δὲ, ὅσοις τδύτων οὐδέτερον ὑπάρχει.   
[2] βελτίους μὲν οὐν εἰς εὐχυμίαν οἱ εὐώδεις, ἀλλὰ καὶ κεφαλὴν   
[3] πλάττουσι · κρείττους δ εἰς ουρησιν οἷ λεπτοὶ, κεφαλῆς δ᾽   
[4] ουδ ολως απτονται. φεύγειν δὲ τοὺς παχεῖς ἃμα καὶ δυσώδεις   
[5] καὶ αηδεῖς καὶ αὐστηροὺς, οἰός ἐστιν ὁ φαῦλος Βικυὸς   
[6] ἐν τοῖς μεγάλοις κεραμίοις, ὁ δ᾽ ἐν τοῖς μικροῖς οὔτ ἀηδὴς,   
[7] ουτε δυσωδης, οὔτε παχὺς ἄγαν ἐστὶν, ἀλλ᾽ οὐδὲ τὴν στύψιν   
[8] ἔχει στρυφνήν · εὔχυμος δ᾽ σὐδ᾽ οὕτος , ὥσπερ οὐδὲ κακοχυμος,   
[9] ἀλλ᾽ ἐν τῷ μεταξὺ τῶν εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων   
[10] ἐστί. τῶν γε μην εὐχυμοτάτων οἴνων καὶ ὁ τθαλερῖνός ἐστι,   
[11] καὶ μᾶλλον ὁ γλυκύτερος. ἐκ ταὐτοῦ δὲ γένους τῷδε καὶ ὁ   
[12] κιρρὸς Τιμωλίτης ὁ γλυκυς. ἔστι γὰρ καὶ τούτου τὸ ἕτερον   
[13] εἰδος αὐστηρὸν, οὐχ ὁμοίως εὔχυμον, ὥσπερ οὐδ᾽ ἄλλος οὐδεὶς   
[14] αὐστηρὸς ἱκανῶς, εἰ καὶ ῥώμην ἐντίθησιν ἐκλύτῳ στομαχῳ   
[15] καὶ γαστρὶ, καὶ μάλιστα κατὰ δυσκρασίαν θερμὴν πεπονθόσιν.   
[16] ἕνεκα γὰρ τούτου καὶ τοῦ συστῆσαι ῥεομένην γαστερα   
[17] χρώμεθα τοῖς αὐστηροῖς. οἴνοις, ἄλλως οὐκ ἂν χρησάμενοι [p. 6.803]   
[1] δια το μητ αναδόσει τροφῆς, μήθ' αἱματώσει, μήτ   
[2] ευχυμίᾳ, μητ οὕρων εὐροίᾳ, μήθ' ἱδρώτων ἐκκρίσει, μήτε   
[3] γαστρος υπαγωγῇ συντελεῖν αυτούς. ἀλλ᾽ οὐ πρόκειται νῦν   
[4] ·ουτ αρετας οὔτε κακίας οἴνων πάσας διέρχεσθαι, καὶ μάλισθ   
[5] οσοι διαφέρουσι νοσοις. ὅπερ οὑν πρόκειται, πάλιν ἀναληφθεν   
[6] ἐν κεφαλαίοις βραχέσιν εἰρήσεται. τοῖς χολωδεστέροις   
[7] σωμασιν, εἴτε δια φυσικὴν δυσκρασίαν, εἴτε δύ ἐπίκτητον   
[8] οπωσοῦν γεγονυῖαν, οὔτε Ψαλερῖνος, οὔτε Τμωλίτης   
[9] κιῥῥος γλυκὺς, οὔτ Ἀριούσιος, οὔθ' ὁ Δέσβιος ὁ εὐώδης τε   
[10] καὶ κιῥῥὸς, ὅμοιος τοῖς προειρημένοις ὧν, ἐπιτήδειος πίνεσθαι·   
[11] θερμοὶ γὰρ ἄπαντες οἱ τοιοῦτοι. μήτ οὑν χολῶδεσι,   
[12] μητε τοῖς ἐξ ἐγκαυσεως, ἤ καμάτων πολλῶν, ἤ ἐνδείας,   
[13] ἤ λύπης, ἢ ὥρᾳ, ἤ χώρᾳ καὶ καταστάσει θερμῇ, διδόναι τοιοῦτον   
[14] οίνον. ἐξ ὑπεναντίου μὲν οὑν ἀγαθὸς ἃπασι τοῖς θερμαίνεσθαι   
[15] δεομένοις, φλεγματώδεσί τε καὶ ψυχραῖς κράσεσι,   
[16] καὶ χυμῶν πλῆθος ὠμῶν ήθροικόσιν, ἀργῶς βιοῦσιν ἐν χω-ρᾶμ   
[17] ψυχρῷ καὶ χειμῶνι καὶ καταστασει ψυχρᾷ καὶ ὑγρᾷ [p. 6.804]   
[1] τούτοις μὲν ἃπασιν ἀγαθὸς ὁ κιρῥὸς οἶνος καὶ γλυκύς · ἐνανττίοςδὲ   
[2] τοῖς ἐναντίως ἔχουσιν, οὐχ ὡς κακογαμίαν ἐργαζόμενος,   
[3] [ed2page:6.436] ἀλλ᾽ ὡς θερμαίνων τοὺς ψύχεσθαι δεομένους. ἕτοιμον   
[4] γὰρ αὐτοῖς ἐστι τοῦτον πίνουσιν καὶ κεφαλὴν ἀλγῆσαι καὶ   
[5] πυρέξαι καί τι τοῖς νεύροις παθεῖν. οἱ δὲ τῶν κιρρῶν τε   
[6] καὶ μετρίως γλυκέων, (οὐδεὶς γὰρ κιῥῥὸς ἄκρως ἐστὶ γλυκὺς,)   
[7] ἐπὶ τὸ μελάντερον δὲ καὶ γλυκύτερον ῥέποντες, οὐχ ὁμοίως   
[8] θερμοὶ τοῖς κιρροῖς εἰσιν. εἰκότερον σύν οὔτε κεφαλὴν, οὔτε   
[9] νεῦρα βλαπτουσιν, οὔτε πυρετοὺς ἐξάπτουσιν ὡσαύτως ἐκείνοις.   
[10] ὅτι δὲ γαστρὸς οἱ γλυκεῖς οἰνοι καὶ παχεῖς εἰσιν ὑπακτικοὶ,   
[11] σχεδὸν οὐδεὶς ἀγνοεῖ, καθάπερ γε καὶ περὶ γλεύκους,   
[12] οπως ἐστὶ φυσῶδες καὶ δύσπεπτον καὶ παχύχυμον καὶ μόνον   
[13] ἀγαθὸν ἐχον ὑπάγειν γαστέρα, κἂν ἀτυχήση ποτὲ τούτου,   
[14] βλαβερώτερον γίνεται. πάντων δ᾽ οἴνων κοινόν ἐστιν, ὅσοι   
[15] γε μὴ πάνυ παχεῖς εἰσι καὶ λίαν γλυκεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖός τε   
[16] καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἐπειδὰν εἰς χρόνου μῆκος ἐκταθῶσι, ξανθὴν   
[17] τὴν χρόαν γίνεσθαι καί τι καὶ στίλβον ἐχειν ὁμοίως   
[18] πυρὰ καὶ γὰρ οἱ μέλανες, οἷός πέρ ἐστιν ὁ παρ ἡμῖν ἐν Περπερίνη [p. 6.805]   
[1] γιγνομενος, εἰ χρονίσαιεν, εἰς ἐρυθρὰν μὲν ἤ κιῥῥὰν   
[2] πρότερον ἀφικνοῦνται ποιότητα, μετὰ ταῦτα δ᾽ εἰς ξανθὰτητα,   
[3] καὶ ὁ λευκὸς, ὁποῖος ὁ Βιθυνὸς Ἀμιναῖος, ὁνὁμά-.   
[4] ζουσι δὲ Ῥωμαῖοι τὸν οὕτως παλαιωθέντα κέκοῦβον, ὃν οὐκ   
[5] αν ἔτι γνωρίσαις ἐξ ὁποίου γένους ἤν. ἤδη δ᾽ ὁ τοιοῦτός   
[6] ἐστι καὶ πικρὸς καὶ διὰ τοῦτ αὐ μὴ ἐπιτήδειος εἰς πόσιν. ἀλλ᾽   
[7] οἷ γε καπηλεύοντες τοὺς οἴνους μιγνύντες τοῖς νέοις τοὺς τοισυτους,   
[8] ὡς παλαιοὺς πιπράσκουσιν, ἐξαπατῶντες τῇ πικρὰτητι   
[9] τοὺς ἀγνοοῦντας ἀκριβῶς οἴνων γεύεσθαι, φεύγειν έιὑν   
[10] χρὴ τῶν οὕτω παλαιῶν τὴν πόσιν, ὥσπερ καὶ τῶν πάνυ νέων.   
[11] οἱ μὲν γὰρ ὑπερθερμαίνουσιν, οἱ δ᾽ οὐδ᾽ ὅλως θερμαίνουσιν,   
[12] ἔστ ἀν ὠσιν νέομ τοσοῦτον γὰρ δέουσιν συντελεῖν τι ταῖς   
[13] τῶν σιτίων πέψεσιν, ὥστ αὐτοὶ μόλις πέπτονται. πρὸς   
[14] τουτοις δ᾽ οὐδ᾽ ὑπέρχονται κατὰ τὴν κοιλίαν , οὔτ ἀναδίδονται   
[15] ῥᾳδίως, οὔτ σύρα προτρέπουσιν , οὔθ' αἱματώσει συντελοῦσιν,   
[16] οὐδὲ θρέψει, διαμένουσι δ᾽ ἐπὶ πλεῖστον ἐν τῇ   
[17] γαστρὶ μετέωροι παραπλησίως ὕδατι , κᾳν βραχύ τις αὐτῶν [p. 6.806]   
[1] πίῃ, ῥᾳδίως ὀξύνονται, μόνους δ᾽ ἄν τις τοὺς νέους ἐα΄   
[2] αγαθῷ πίνοι τοὺς λεπτοὺς τῇ συστάσει, καθάπερ ἔν   
[3] Παλίῳ ο/ τε Ταυρίας ὀνομαζόμενός ἐστι , καὶ ὁ Ἀλβανὸς,   
[4] ἔνιοί τε τῶν ἐν τοῖς Σαβίνοις τε καὶ Θούσκοις γεννωμένων ·   
[5] ου γαρ δη πάντες εἰσὶ τοιοῦτοι. καὶ περὶ Κέαν δὲ πόλιν   
[6] ο κ,ατα τον ὑπερκείμενον αὐτή λόφον Ἀμιναῖος ἐν τάχει   
[7] ποτιμος γίνεται. κατὰ δὲ τὴν Ἀσίαν παρ ἡμῖν ὅ τε Τι-.   
[8] βηνοςἐστι τοιοῦτος, καὶ ὁ Ἀρσύῖνος, καὶ μετ αὐτοὺς ὁ   
[9] Τιτακαζηνσς. ἀλλὰ τούτους μὲν ὡς ἐπί παραδείγματος προὐχειρισάμην,   
[10] ἐθεασάμην δὲ τοιούτους οἴνους ἐν ἃπασι σχεδὸν   
[11] τοῖς ἔθνεσιν · ἀλλ᾽ ἀγνοοῦσιν αὐτοὺς οἱ ξένοι κατὰ διττὴν   
[12] αἰτίαν, ὅτι τε παντάπασιν ὀλίγοι γεννῶνται, καὶ   
[13] διοτι μακρον πλοῦν οὐ φέρουσιν, ὡς ὑπὸ τῶν ἐμπόρων μὴ   
[14] δυνασθαι εἰς ἄλλην χώραν μετακομίζεσθαι, διορίσαις δ᾽ ἃν   
[15] ῥᾳδίως τους τοιούτους οἴνους, πρῶτον μὲν καὶ μάλιστα   
[16] τῇ λεπτοτητι, πλησίον ἥκοντας ὕδατος, εἰτα καὶ λευκότητι,   
[17] καὶ γευομένῳ δ᾽ ἂν σοι φανεῖεν ὑδατώδεις, οὐδεμίαν ἔχοντες   
[18] ἰσχυραν στυψιν, ἔν τε τῷ κεράννυσθαι μὴ φέροντες ὕδατος [p. 6.807]   
[1] μίξιν πολλην · διὸ καὶ πρὸς τῶν παλαιῶν ἰατρῶν ὁλιγοφόροι   
[2] κέκληνται. καὶ μέντοι καὶ καθάπερ οἱ κιῥῥοὶ θερμοὶ   
[3] την δύναμιν ὄντες αὐτίκα πληροῦσι τὴν κεφαλὴν, οὕτως   
[4] οἱ τοιοῦτοι πρὸς τῷ μηδέποτε βλάπτειν αὐτὴν ὠφελοῦσιν,   
[5] ἐνίοτε παύοντες ὀδύνας μικράς τινας, ὅσαι διὰ τοὺς ἐν τῇ   
[6] κοιλίᾳ χυμους εἰώθασι γίγνεσθαι. τῆς γαρ τοι κεφαλῆς,   
[7] ου μόνον ὅταν αὕτη πάσχῃ τι πάθος ἴδιον ὀδυνωμένη,   
[8] [ed2page:6.437] ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν κοιλίαν ἀναπέμπουσαν ἀτμοὺς χυμῶν   
[9] μοχθηρῶν, ἡ τοιαύτη κεφαλαλγία δύ οἴνου πόσεως ὀ.λιγοφόρου   
[10] ἰᾶται βραχεῖαν ὲχοντος στῦψιν. ὅσοι γὰρ ἔκλυτοι   
[11] παντάπασίν εἰσιν, ὥσπερ ὁ παρ ἡμῖν Τιβηνὸς, ἐν Ἱταλίᾳ   
[12] δὲ τῶν Σαβίνων ἔνιοι, τοσούτῳ χείρους ὑπάρχουσι τῶν   
[13] ἀτρέμα στυφόντων, ὅσῳ βελτίους εἰσὶν ὕδατος. εὕροις γὰρ   
[14] ἀν ποτε καὶ δι᾽ ὕδατος πόσιν ἀλγοῦντας ἐνίους τὴν   
[15] [ed1page:4.360] κεφαλὴν, καὶ μάλισθ ὅταν ᾖ μοχθηρὸν, ὡς αὐτοῦ τε   
[16] διαφθειρομένου καὶ τὸν φυσικὸν τόνον ἐκλύοντος, τῆς δὲ   
[17] γαστρὸς ἀτονησάσης ἰχῶρες χολώδεις εἰώθασιν συῥῥεῖν ἐκ τοῦ   
[18] σώματος εἰς τὸ κύτος αὐτῆς, ὥσπερ τοῖς νηστεύσασιν, ὧν τῆς [p. 6.808]   
[1] κακίας τε καὶ βλάβης ὁ προειρημένος οἶνος ἐλευθεροῖ τὸν   
[2] ἄνθρωπον, εκ μὲν τοῦ παραχρῆμα τῷ τῆς ἐπικράσεως λόγῳ,   
[3] μετὰ βραχὺ δὲ καἴ τῷ ῥωσθεῖσαν τὴν κοιλίαν ὠθεῖν ἀφ   
[4] ἑαυτῆς κάτω τὰ λυποῦντα. ταῖς μέντοι θερμαῖς πάνυ κράσεσι   
[5] τῶν ἀνθρώπων, ἤ διὰ φύσιν, ἤ διὰ ἡλικίαν, ὠφελιμώτερον   
[6] οἴνου ποτὸν ὕδωρ ἐστίν · εἰ δέ ποτε καὶ δεήσειεν   
[7] οἴνου, το τε λεπτον καὶ μετρίως αὐστηρὸν αὐτοῖς διδόναι.   
[8] κατὰ δὲ τὸν αυτον τρόπον ἐπὶ πάντων ἐδεσμάτων τε καὶ   
[9] πομάτων. οὐχ ἀπλῶς ἑκάστῳ χρῆσθαι βέλτιον, ἀλλὰ μετὰ   
[10] τοῦ διορίσασθαι τας φυσεις. τῶν χρησομένων. ἔστι δὲ μεγίστη   
[11] μὲν ἐν τοῖς οἴνοις διαφορὰ, κατ εἴδη σκοπουμένων   
[12] ἡμῶν, ὡς διήρηται, βραχεῖα δ᾽ ἐν τοῖς ἄλλοις · οὐ γὰρ ἃν   
[13] μήροις ποτε φακῆν ἤ κράμβην ὑγραίνουσαν, ἀλλ᾽ ᾖττον μὲν   
[14] ἑτέραν ξηραίνουσαν, υγραίνουσαν δ᾽ οὐδεμίαν. ἔτι δὲ μάλλον   
[15] οὐκ ἂν εὕροις τι γένος κρομμύων, ἤ πράσων, ἤ σκορόδων   
[16] ψῦχον, ἀλλ᾽ ἡττον τε καὶ μᾶλλον θερμαῖνον · οὐκ οὑν   
[17] οὐδὲ θριδακίνην θερμαίνουσαν, οὐδ᾽ ἀτράφαξυν, ἤ βλίτον,   
[18] ἤ ἀνδράχνην. οὐ μὴν οὐδὲ τὸ μᾶλλον καὶ ἡττον ἐν αὐτοῖς [p. 6.809]   
[1] μεγάλην ὲχει διαφοράν. ἐπὶ δὲ τῶν οἴνων ὁ παλαιότατος,   
[2] ὁν ἔφην ὑπὸ Ῥωμαίων ὀνομάζεσθαι κέκουβον , εἰς τοσοῦτον   
[3] τοῦ λευκοῦ τε αμα καὶ αυστηροῦ καὶ νέου διενήνοχε καὶ   
[4] παχέος οἴνου, ὡς τὸν μὲν ἱκανώτατα θερμαίνειν, τὸν δὲ   
[5] ψύχειν αἰσθητῶς.

### [chapter:12]

[6] Οὐκ ὀλίγη δ᾽ ἐστὶ καὶ κατὰ τὸ μέλι διαφορα.   
[7] το γε. μην μοχθηρὸν,. ὡς ἤτοι δυσῶδες ὑπάρχειν,   
[8] ἤ γευομενον ἄλλην τινὰ ἐμφαίνειν ποιότητα μεμιγμένην, οὐδὲ   
[9] μελι το τοιοῦτο. τοῦ δ᾽ ἀμέμπτου μέλιτος αἱ διαφοραὶ   
[10] κατα το μᾶλλόν τε καὶ ᾖττον ἐν γλυκύτητι καὶ δριμύτητι   
[11] τυγχανουσιν οὐσαι, τοῦ γλυκυτάτου τε καἴ δριμυτάτου εἰς   
[12] ακρσν ηκοντος αρετῆς. αλλα τῷ γε θερμὸν εἰναι τῇ δυνάμει   
[13] πάν , εἰς χολην μεταβαλλειν ἑτοίμως ἐν τοῖς θερμοῖς σώμασι   
[14] κοινον α τῷ ἐστι· καὶ διὰ τοῦτο χρήσιμον ἔδεσμα   
[15] φύσεσι μὲν φλεγματικωτέραις, ἡλικίαις δὲ πρεσβυτικαῖς,   
[16] ὡσπερ γε καὶ νοσημασι ψυχροῖς. ὁξύμελί γε μὴν χρησιμώτατον   
[17] απασαις ταῖς ηλικίαις τε καὶ φύσεσιν εἰς ὑγιεινὴν ἀσφάλειαν,   
[18] ἐκφράττον ἁπάσας τὰς στενὰς διεξόδους, ὡς μηδαμοθι [p. 6.810]   
[1] παχὺν ἤ κολλώδη χυμὸν ἴσχεσθαι. διὰ τοῦτό γ΄ ἔτι   
[2] και τα καλούμενα πρὸς τῶν ἰατρῶν ὑγιεινὰ φάρμακα τῆς   
[3] λεπτυνούσης ἃπαντά ἐστι δυνάμεως · καὶ ἀσφαλέστερα μὲν εἰς   
[4] υγείας .φυλακην ἡ τοιαύτη τῆς παχυνούσης-, εὐεξίαν δὲ καὶ   
[5] ῥωμην ἀδύνατος ἐργάζεσθαι, βούλονται δῖ ἔνιοι σφαλερῶς   
[6] υγιαίνειν μᾶλλον εὐεκτοῦντες, ἤ βεβαίαν ὑγείαν κεκτῆσθαι   
[7] διαπαντὸς ἰσχνοὶ καὶ ἀσθενεῖς ὄντες. [ed2page:6.436] ἀλλὰ τούτων   
[8] αυτῶν οσοι συν ευεξ·ίᾳ .καὶ ῥώμῃ τὴν ὑγίειαν ἔχειν ἐθέλουσιν,   
[9] ενιοι μεν ἑαυτοῖς σχολάζουσιν, ἔνιοι δὲ στρατιωτικὸν ἐπανῇᾕρηνται   
[10] βίον, αναγκαζομενοι καὶ νυκτὸς ἀναστῆναι, καὶ δι   
[11] ολης ημέρας ἀναγκαίαις πράξεσι κάμνειν δουλεύοντες · ὧν τὸ   
[12] προ τοῦ βαλανείου γυμνασιον, οίς γε δη δυνατόν, ἴσχειν, κάν   
[13] τουτῳ το καλούμενον. ὑπὸ τῶν γυμναστικῶν ἀποθεραπευτικον,   
[14] οἱ πολλοὶ δὲ δέ ἀσχολίαν οὐδὲ τούτῳ χρῆσθαι δῦνανται.   
[15] τουτοις οὑν ὑγιαίνειν ἀδύνατον διαπαντὸς, κὰν σωφρονως   
[16] διαιτῶνται. οἱ δὲ, ἐφ᾽ ὅσον ἐγχωρεῖ, τὰ δέοντα   
[17] πραττοντες ὀλιγακις νοσήσουσιν. σάττεσθαι μὲν οὑν αὐτοῖς [p. 6.811]   
[1] ἀναγκαῖόν ἐστι τῶν πολυτρόφων ἐδεσμάτων, ἃ παχεῖς γεννᾷ   
[2] χυμους. ἀλλὰ μετρίως τε τοῦτο πρακτέον, ἐν ἐκείνοις τε   
[3] τοῖς καιροῖς, ὁπότε σαφῶς ἐνδείας αἰσθανονται· τον δὲ ἃλλον   
[4] χρόνον ἃα΄αντα τοῖς μέσοις ἐδέσμασι τῶν ὀλιγοτρόφων   
[5] καὶ πολυτροφων χρηστέον.

### [chapter:13]

[6] Ἀφεκτέον μὲν ἀεὶ τῶν κακοχύμων, πλὴν   
[7] εἴποτε δέοι κάμνοντας ὥρᾳ θέρους θεραπεύεσθαι τήν τε ξηρότητα   
[8] καὶ τὴν θερμασίαν ὅλου τοῦ σώματος. ἐπιτήδεια   
[9] γαρ ἐν ἐκείνῳ τῷ καιρῷ καὶ μῆλα, καὶ κοκκύμηλα, καὶ   
[10] μόρα, καὶ κεράσια προσληφθέντα. καὶ σικύου δὲ καὶ .πέπονος.   
[11] οὐ πολὺ προσενέγκασθαι τηνικαῦτα, καὶ μηλσπέπονος,   
[12] ἔτι τε τῶν πραικοκίων ὀνομαζομένων ἤ Περσικῶν   
[13] ἐγχωρεῖ, καθαπερ γε καὶ τῆς καλουμένης παρὰ Ῥωμαίοις   
[14] μέλκης ἐψυχρισμένης, ἀφρογάλακτός τε καὶ τῶν διὰ γά-.   
[15] λακτος ἐδεσμάτων, ὁποῖόν ἐστι καὶ τὸ καλούμενον ἀργιτρόφημα·   
[16] καὶ σῦκα δὲ ὁμοίως ψυχρὰ καὶ κολόκυνθαι τοῖς οὕτω   
[17] διακειμένοις ἐπιτηδειοι, σωφροσύνην δ᾽ ἀσκῶν ἄνθρωπος   
[18] ἐτέρῳ τροπῳ τον ἐπὶ τοῖς εἰρημένοις καμάτοις αὐχμὸν του [p. 6.812]   
[1] σώματος ὑγραίνειν τε καὶ ψύχειν δύναται. παραγενόμενος   
[2] γὰρ ἀπὸ τοῦ βαλανείου, καἴ προπιών ὕδατος μὲν πρῶτον,   
[3] εἴτ οἴνου μετρίως ὑδαροῦς, ἐμέσας τε πάν ὃ ἔπιε, θριδακίνης   
[4] μὲν πρῶτον, ἀβλαβοῦς τε ἃμα καὶ ψύχοντος λαχάνου,   
[5] προσενέγκασθαι δυναται, μετὰ ταῦτα δὲ δύ ὄξους τε καὶ   
[6] γάρου ποδὸς ὑείου καλῶς ἑψημένου, καὶ πτερῶν ἀλεκτορίδος,   
[7] ἡ χφνος, ἤ καὶ τῆς γαστρὸς αὐτοῦ, καί τινος ἰχθύος   
[8] τηγανιστοῦ τῶν ὰπαλο σάρκων, εἰ δὲ βούλοιτο, καὶ λαχανώδους   
[9] τινὸς ἃψασθαι τῶν μὴ κακοχύμων, ὁποῖόν ἐστι μαλάχη   
[10] τε καὶ κολόκυνθα, μετὰ ταῦτα δὲ πιεῖν οἶνον ὕδατι   
[11] ψυχρῷ πάνυ κεκραμένον. ἃπτεσθαι δὲ καὶ ταρίχου πρὸ τούτου,   
[12] καὶ τῶν ὀνομαζομένων τρομητῶν ὠῶν, ἰχθύων δὲ δύ   
[13] ἐλαίου καὶ γαρου λαμβανομένων ἐγχωρεῖ. βέλτιον γὰρ, ὡς   
[14] ἔφην, ὕδατι ψυχρῷ τὴν ξηρὰν θερμότητα τοῦ σώματος ἰάσασθαι   
[15] , φεύγοντας ἀεὶ τὰ κακόχυμα τῶν ἐδεσμάτων. καὶ χόνδρος   
[16] δὲ ψυχρος ἐξ οἰνομέλιτος καὶ οἴνου ψυχροῦ τὴν αὐτὴν   
[17] τοῦ σώματος ἰᾶται διάθεσιν ἄνευ κακοχυμίας. εμοὶ δ᾽   
[18] ἤρκεσε πολλάκις ἐν τοιαύτῃ διαθέσει γενομένῳ πτισάνης   
[19] χυλῷ χρήσασθαι καλῶς ἐψυχρισμένῳ κατ᾽ ἐκεῖνον τὸν [p. 6.813]   
[1] καιρον, ἐν ῳ μικρον ἔμπροσθεν ἔφην ἐπιτηδείως ἄν τινα   
[2] πιεῖν ψυχρόν. ἄλλο δ᾽ ἄλλῳ τὸ μέτρον ἔστω τοῦ ψύχοντος   
[3] ἐδέσματός τε καὶ πόματος, οἷς μὲν χρῆσθαι χιόνι σύνηθες,   
[4] ἐκείνῃ προψύχουσιν, οἷς δ᾽ ἀπὸ πηγῆς ὕδατι προσφάτῳ,   
[5] μηδὲν χιόνος δεομένοις. ἔστω δὲ ὁ κεραννύμενος οἶνος   
[6] ὡσαύτως [ed2page:6.439] προεψυχρισμένος · οὕτως γὰρ ὀνομάζειν ἔθος   
[7] ἐστὶ τοῖς ἰατροῖς τοὺς ἐν ὕδατι ψυχροτάτῳ προεψυγμένους,   
[8] ἀγγείου δηλονότι τὸν οἰνον ἔχοντος ἐνισταμένου τῷ ὕδατι.   
[9] ταῦτα μὲν οὐν ὑποτίθεμαι τοῖς ᾖρημένοις βίον ἐν ἀσχολίᾳ,   
[10] καθαπερ οἱ διοικοῦντες ἔθνη καὶ πόλεις, ἔτι τε μᾶλλον οἴ   
[11] τούτων ὑπηρέται, καὶ τούτων οὐδὲν ἦττον ὅσοι κατὰ πόλεμον   
[12] ἤ ἐν ὁδοιπορίαις μακραῖς διατρίβουσιν. ὅσοι δὲ ἐλεύθεροι   
[13] τῆς τοιαύτης ἀσχολίας, εἰ μὲν ἔθος ἔχοιεν γυμνάζεσθαι,   
[14] σπανιώτατα δεήσονται πόσεως ψυχροῦ · μὴ γυμναζόμενοι δὲ,   
[15] θέρους ὥρᾳ ἀκμαίου, θερμότητος αἰσθανόμενοι πολλῆς,   
[16] ἀβλαβῶς ἂν ἀπὸ πηγῆς πίνοιεν ἀπεχόμενοι χιόνος. εἰ γὰρ   
[17] καὶ παραχρῆμα τὰ νέα τῶν σωμάτων οὐδὲν αἰσθητὸν ἤ χιών [p. 6.814]   
[1] φαίνοιτο βλάπτουσα, λεληθότως γοῦν κατὰ βραχὺ τῆς βλὥ   
[2] βης αὐξανομένης ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ , παρακμαζούσης   
[3] τε τῆς ἡλικίας, ἀνίατά τε καὶ δυσίατα αὐτοῖς νοσήματα γίτίεται   
[4] κατ ἄρθρα καὶ νεῦρα καὶ σπλάγχνα. πάσχειν δὲ   
[5] εἰκὸς ἑκάστῳ τῶν βλαπτόντων ἐκεῖνο τὸ μέρος τοῦ σώματος,   
[6] ὅπερ ἀσθενέστατον ἢν φύσει.

### [chapter:14]

[7] Μέγιστον δ᾽ εἴς τε κακογαμίαν καὶ νόσον   
[8] ἐστὶν ἀπεψία συνεχὴς, ἐάν α΄ ἐπ εὐχύμοις, ἐάν α΄ ἐπὶ κακοχύμοις   
[9] ἐδέσμασι γίγνηται · πρόδηλον δ᾽, ὅτι πολὺ χείρων   
[10] η ἐπὶ τοῖς κακοχύμοις. διττῶν δ᾽ ὄντων αὐτῶν ,ὐ ἐπὶ μὲν   
[11] τοῖς τὸν λεπτὸν γεννῶσι χυμὸν ὀξέα νοσήματα γίνεται μετὰ   
[12] [ed1page:4.361] κακοηθων πυρετῶν, εἰ δ᾽ εἰς ἔν μόριον ἀποσκήψειεν   
[13] ἤ κακοχυμία, τάτ ἐρυσιπέλατα καὶ οἱ ἕρπητες, εἴ τέ τι θερμὸν   
[14] οὕτω πάθος ἄλλο · ἐπὶ δὲ τοῖς τὸν παχὺν ἀρθρίτιδες,   
[15] καὶ ποδάγραι, καὶ νεφρίτιδες, ἄσθματά τε καὶ σπληνὸς καὶ   
[16] ἥπατος σκιῥῥώδεις διαθέσεις. οἷς δ᾽ ἡ κακοχυμία μελαγχολικὴ,   
[17] καρκίνοι, καὶ λέπραι, καὶ ψῶραι, καὶ πυρετοὶ τεταρταῖοι,   
[18] καὶ μελαγχολίαι, κακόχροιαί τε μέλαιναι μετὰ σπληνὸς [p. 6.815]   
[1] ὄγκου παραπλησίου συμπίπτουσι, καὶ κιρσοὶ μέλανες   
[2] αἱμοῥῥοίδες τε πολλοῖς ἐγένοντο διὰ τοιοῦτον χυμόν. αἱ   
[3] δ᾽ ἐπἤιυκτοι διὰ πλεόνων χυμῶν διαθέσεις ἕρπητάς τε καὶ   
[4] τὰ καλούμενα φαγεδαινικὰ τῶν ἑλκῶν, εἴτε τὰ κακοήθη   
[5] παντα, και πυρετους οξεις υποστροφας επιφεροντας, ως   
[6] εἰς χρονον αυθις ἐμπίπτειν, ἀπεργάζονται.