title : De alimentorum facultatibus

creator : Galen

editor : Karl Gottlob Kühn

publisher : Sorbonne Université

idno : filenametlg0057.tlg037.1st1K-grc2.xml

issued : 2023

# [urn:cts:greekLit:tlg0057.tlg037.1st1K-grc2]

[p. 6.453]

## [book: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] (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. 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 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] 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 · 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, 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 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] 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 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. 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] τευτλοφακῆν 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] 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] 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 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] 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. 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, 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, . 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] 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] 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] 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 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, 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 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. 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 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] 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. 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 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. 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, 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 γενόμενος ἄρτος, οὐ μὴν ἐπισχετικὸς γαστρὸς,
  
[9] ἢ πο.στρεπτικὸς, ἀλλ᾽ ἐν τῷ μέσῳ κατα γε τοῦτο τεταγμένος.

### [chapter:15]

[10] [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. 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] [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 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 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] 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, 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] [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] [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᾽ 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 θέρμους , 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, 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] [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] [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]

### 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 ἀνθρωποις 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, 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 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] 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, 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 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 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] [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 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] [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] 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 φυλάττεσθαι 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 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 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 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] [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 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] [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᾽ 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 τῆς
  
[2] ᾽Ἀσίας πολλαχόθι τοῖς ὑσὶν αὐτὰ ῥίπτομεν, πλατανίστινα
  
[3] καλοῦντες, ἐπειδὴ παραπλήσιά πώς ἐστι γευόμενα 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 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] 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 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] [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] [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] [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 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 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 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 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 γεωργικῆς 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 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 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 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 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] [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] [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] [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 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] [ 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, 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] μέγα 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] [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 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] [ 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 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 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] [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 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] [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] [Περὶ ῥαφανῖδος.] Ὥμὴν μὲν ἐσθίουσιν
  
[18] αὐτὴν μόνην τοὐπίπαν οἱ κατὰ τὰς πόλεις ἄνθρωποι,
[p. 6.657]
  
[1] πρῶτον οὑν ἀπάντων μετὰ 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]

### 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, 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· 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 ; 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] 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] [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. 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 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] [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 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] [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] 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, 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. 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 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, 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 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] 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] [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] 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] 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] 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. 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] 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] [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. 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 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] [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 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 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, 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 μαγειρικῶν
  
[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, 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. 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] 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 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. 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 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] [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] 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 τρέφειν 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. 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]

### 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] 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] 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 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, 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 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] 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 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. 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 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 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, 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 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. 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] 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] · ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν 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 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, 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] 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] 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 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 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] 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] 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. 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 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] 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] 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] 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. 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 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] 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.