GALENI IN HIPPOCRATIS VEL  
POLYPI OPUS DE SALUBRI VI-  
OTUS RATIONE PRIVATORUM  
COMMENTARIUS.

Praefatio Caleni, Unus hic liber est peculiari^  
infcriptus titulo, quemadmodum prima totius superioris  
libri pars, qua de hominis natura disserit. Nam abfolu-  
tum in illo est quod titulus enunciavit, nullam adhuc  
orationem desiderans. In hoc autem rursus . quae propo-  
fuerat toto commentario perdocet: Quamobrem iis quae

duobus his libris interiacent sublatis commodam infieri-  
ptionem peculiarem totum opus sortitur; quam nonnulli  
de natura humana et victus ratione- indiderunt. At ut  
nullum plane vitium habet libellus de -natura humana,  
vitiosa autem omnia quae duobus libris interposita stant;  
ita *commentar*i*u*s hic de victus ratione salubri in pluri-  
mis culpa ac vitio caret; Hippocratis institutionem de  
elementis semper repraesentans. lu quibusdam vero iisque  
paucissimis criminari aliquis possit librum. Porro statua-  
mus esse Polybi, sicut plerisque visum esu

t. *m* tup *L* i .su

I*diotas hac v*i*vend*i *rat*io*ne ut*i o*portet.*

*..- . .i .... . .. .. . . .r  
t* ..art*a. e* t

Quosnam idiotas nominet commentarii interpretes  
omiserunt iis quae mihi videre contigit exemplariis; imo  
neque ego quum opus ^praeceptores mihi praelegerent, in-  
quirere unquam cogitavi.- Nunc vero quod hujus expli-

cationem scribere mihi proposuerim, male praeceptores  
nostros et expesttores existimavi praetermisisse conjicien-  
dum cousiderandumque quos idiotas vocitet. Liquet enim  
deinceps conscriptam victus rationem non universis homi-  
nibus, verum solis privatis Polybum consuluisse. Atqui  
si privatis duntaxat praecepta conscripsit, .minus recte in--  
terpretes citra distinctionem inaudierunt, quasi omnibus  
communiter illa tradiderit. Nam invenimus apud Graecos  
non simpliciter, sed relatione ad aliquid, idiotas sive  
privatos appellari. Nam alium hujus artis idiotam, alium  
illius vitae studii nominant; interdum a populi aut civi-  
taris gubernatoribus aut certe publico aliquo munere fun-  
gentibus, distinguentes litus qui velut propria curant,  
idiotas nuncuparunt. Consideranti jam mihi quos ex .his  
Polybus nunc idiotas vocet, athletas palam ab aliis homi-  
nibus sejungere videbatur; quoniam illi nullam victus  
rationem in pane et carnium e*t*u praefinitum habent;  
quemadmodum nec iis qui militiam sequuntur vel iter sa-  
ciunt vel etiam pugnant cibariorum delectus praescribi

potest quae offerenda aut non offerenda funt, quippe ne-  
cessitas cogit assumere quorum quisque copiam habuerit.  
For*t*an etiam quomodocunque festinam profectionem fuh-  
euntilius, aut omnino in civilibus negotiis aut ciccum-  
suranea vita, aut calamitosa, peristaticam appellant, ver-  
fantibus, certus vivendi modus., ut Polybus jubet, nullus  
potest institui. Soliis igitur privata administrantibus , res  
suas agentibus dictis, ratio victus quam explicabo con-  
venit.

...illi. ...

*H*i*eme qu*i*dem edere quam p*l*u*rim*um., qua*m *m*i*n*i*mum ve*ru  
*b*i*bere, sed p*o*tu*m *este decet v*i*nu*m *qua*m *merac*i/stm*u*m,  
*c*i*bo*s *vero pane*m; *obson*i*a, asta* omni*a. oleribus aute*m  
*qu*um *pauc*i/*stm*i*s hac te*m*pestate u*t*endu*m. *sic en*im  
*po*t*i/stmu*m *corpus* t*um cal*i*du*m *tu*m *siccu*m *suer*i*t.*

Totius victus summum praefatus reete nimirum fecit,

qui in sermonis fine ascripserit quamobrem unumquodque  
dictorum instituat. Etenim calefaciendum corpus siccan-  
dumque propter immoderatum tempestatis hujus tempera-  
mentum autumat. *t* Quod si commoderatum sicut veris esset, .  
victus modum quoque commoderatum fieri iussisset. Com-  
moderate namque disposita conservare convenit; quae irn-  
moderate, commutare. Sed .mutatio haud aliter quam ex  
contrariis ametrirs fieri potest. Nam quod corpus immo-  
deratius vel calefactum est vel incalescit, refrigerari dest-  
derat; quod vero refrigeratum est aut refrigeratur, cale-  
fierI. Eadem ratione in humidi siccique ametria contrariis  
adhibitis morbosas exuperantia*e* evertere oportet t contra-  
riam immoderationem offe*r*endo, a medio . tempera toque  
tantum recedentem, quantum morbosa inde recessit, Quo-  
circa per hiemem frigidam humidamque temperamento  
quamplurimum quidem edere, quam paucissimum vero bi-  
here conducit. Verum hoc (quamplurimum non ceu ad  
facultatem , rest tanquam ad alias anni tempestates refe-

rendum. Sic quam parcissime bibere relata ad alia tem-  
pura comparatione protulit. Similiter vero dictum est  
vinum meracissimum esse oportere, puta ipsius tempera-  
menti collatione ad alias anni partes facta. Attamen si  
huic modo ad facultatem praefensque commodum relato  
animum adhibueris, vinum semper ac cibum commodera-  
tum dabis.; quemadmodum fomnum, gymnasia, ab*s*olute  
omnia quae a medicis exercitia vocantur, moderata con-  
cedes. At quod vinum meracius ac carnes assae calefa-  
ciant . siccentque, si cum masa et oleribus conferas, nemo  
est qui igno*r*et. Peri modo panem, si erasae comparetur,  
calefacere dices et exiccare. Haec itaque omnia tanquam  
exempla ab auctore dicta putandum esu Tu vero legu-  
mina deliges quae calefaciunt et exiccant, ut lenticulam.  
Quin et olerum quaedam hac virtute praedita, uti brassi-  
eam. Ad haec carnes cujusmodi funt animantium agre-  
stium et sale conlisae. Sed haec omnia ego etiam exempli  
gratia produxi. ^Caeterum universa alimentorum materia

tribus nostris commentariis sigillatim tractata est, hunc  
titulum continentibus: de alimentorum facultatibus. Quae  
ut pulchre de cibis deligendis ac vitandis fecundum qua-  
litates prodita, sic de ciborum quantitate nihil hic prae-  
termissum esu Edere namque plurimum, ut ad alias anui  
partes, per hiemem concedendum; haud ignaris probe in  
aphorismis esse lictum : *aestate et autu*m*no c*i*bo*s *d*i*tsicil-  
, l*im*e ferunt, per hiemem fac*i*ll*im*e,* mo*x vere.* Quod -si  
quis jam condiscere cupiat quare haec fiant,. docuit et  
hoc Hippocrates in aphorismis quum dicit; *ventre*s *h*i*eme  
e*t *vere na*t*ura calid*i*ssim*i, quoniam aer nos ambiens fii-  
gidus constringendo cutem insitum calorem exire probi-  
bet et in alto corpore concludit; qui aestate perspiratu  
evaporat; respiratione vero circumstans calidus aer a t tr a-  
hitur. Nominamus autem respirationem foras ac intro  
spiritus peri os tralationem; perfpirationem vero, quae  
per totum ex aequo corpus accidit.

HI.

*At quu*m *ver accedit, tunc c*o*p*io*sius e*t *d*i*lu*t*iu*s *paula*tim-  
*. que v*i*nu*m *b*i*bendum est, c*i*bisque moll*i*oribus et paucio-  
r*i*bus utendum, pan*i*s subtrahendus et* m*a*r*a* o*fferenda;  
eadem que ratione obsonia detrahenda e*t *pro asus el*i*xa  
o*m*n*i*a paranda. o*l*er*i*bus etiam pauci*s *vere u*t*endum,  
donec ad aestate*m *h*om*o deven*i*at*; t*um* m*oll*i*ore*s o*mne*s  
*c*i*b*os *tum obson*i*a cocta sumendo et* o*lera cocta et cru-  
da ; simil*i*terque p*o*tu*s *pluri*mos *et quam d*i*lu*ti/*stmo*s,  
*idque sensim, u*t *ne magna* m*utat*i*o derepente utent*i  
*cont*i*ngat.*

Vere, inquit, copiosius. et dilutius bibendum est; non  
plurimum, neque dilutissimum. Nam plurimum ac dilu-  
tissimum aestate bibere praecipit, ut quae contrarium  
hiemi temperamentum obtinet- .Ver autem ut in *t*um-  
morum medio temperamentum habet , ita quoque mediam

victus rationem requirit; frigidiorem sane et humidiorem  
ut ad hiemem, calidiorem et sicciorem tanquam ad aestu-  
tem. Ex his igitur liquet quomodo aestatis et autumni  
victus ab eo praescriptus inaudiri debeat. Quare id mihi  
praeterire visum est. Illis qui saepius commentarium re-  
legunt mentemque diligenter adhibent, omnia manifesto  
dicta comperio, ut nubam hactenus deducta feries inter-  
pretationem desideret.

IV.

*Aestate autem tum molli* asina , *tum potu copiosa et di—  
luto obsuniisque omnibus elixis nutriri oportet, i*n*que  
ita utendum dum aestas suerit , quo corpus molle sit e*t  
*frigidum. Siquidem haec tempestas calida est et sicca,  
et corpora aestuosa et suualida reddit.* H*ac igitur in-*scr*uta victus ratione iis succurrendum esu Eadem vero  
ratione quemadmodum ex hieme ad ver, sic etiam ex  
vere ad aestatem deveniendum, cibos quidem demendo,*

^^st-*r* f*r i*

*potum vero augendo , ad cumque modum contraria ad-  
hibendo, ex aestate ad hiemem perveniendum. An au-  
tumno contra cibi quidem ma*j*ore copia et sicciores  
exhibendi et obsonia ad eundem modum; potus etiam  
pauciores et meraciores , ut homo commodam degat hie-  
mem et pot*i*bus utatur meracioribus et paucis eiblique  
quamplurimis et siccissimis.* s*ta enim cum vel maxime  
calebit, tum minime frigus sentiet, quum haec anni  
tempestas admodum sit feigida et humida.*

Praesens institutio clara est, ne*o* interprete opus ha-  
bet, quum PoIybus manifesta omnibus reddiderit, neque  
obscurae cujusdam methodi investigatore. Verum ut verba  
jacent, ita quoque per se satia innotescunt.

**V.**

*Cor*p*o*ri*bus cero carnosis, mollior*i*bus, rubris confert sune*

*ma*i*orem anni partem sicciore victus ratione uti, humida  
namque eorum corporum natura est.*

Quemadmodum tempestatum differentiae diversam vi-  
ctus rationem ostendunt, sic etiam corporum habitus, ad  
quorum enarrationem descendit, sermone de anni tempe-  
rihus absoluto. Sed ut in anni tempestatibus convenien-  
tem vivendi modum, ita in corporum speciebus ostendit.  
Etenim carnosi, molles, rubicundi ex temperamenti humi-  
ditate tales evaserunt. Oppositi vero his affecti, de qui-  
bus mox dicturus est, ob siccitatem. Convenit igitur hu-  
midos sicciore diaeta uti; siccos, humidiore. Atque si  
haec vera pronunciata sunt, nimirum temperati, victu  
temperato utentur. Voco autem temperatos neque obe-  
*sio*s neque graciles, sed quadratos, bene carnosos appellant.

VI.

*Duros vero , graciles , sulco*s *et nigros humidiore victu*

*d*i*uturnior*i t*e*m*pore ut*i o*p*o*r*t*et.* N*a*m *huju*smo*d*i *c*o*r-  
p*o*ra sicca sunt.*

*- A*

Temperamentorum notas perfecte in commentariis de  
temperaturis scripsimus, ubi rigidos, hoc est duros, con-  
tractus, id est graciles,. siccioris esse temperamenti, sicut  
nigros quoque docuimus. At rufos non temperamento sic-  
cos, fed his colore ricinos, quos flavos nominant, esse  
diximus; quoniam et flava bilis temperamento sicca est.  
Verum librorum scriptores nonnulli interdum vocabulis  
haud accurate utentes rerum disciplinam confundu*n*t. Sic  
enim nonnulli Germanos vocant flavos, etsi tales non sint,  
si velit aliquis accurate nuncupare, fed russi Reliqua in  
fermone praecedenti vere simulque manifeste dicta fluit.

VII. *, sso -m* L

*Junioribus c*o*rp*o*ribus c*o*nfert tu*m *moll*i*ori. tu*m *hum*i*d*io*ri*

*v*i*ctu uti; haec eni*m *aestas sicca est et e*o*rum corp*o*ra*i*nduruerun*t. *senes ver*o *sicciore v*i*ctu*s m*odo*. p*lur*i*mam  
temporis par*t*e*m *degere opor*t*e*t*; na*m *ea aeta*t*e humida,  
m*o*llia et su da sunt corp*o*ra,* -u*r*

*- - - si —- c - : - r .* .q*: r t*r

Ad aetates digressus imperfectam divisionem fecit, qui  
eas in quatuor, sed duas tantum differentias non secuerit.  
Nam si victus modi indicationem ab aetatum - tempera-  
mentis accepturus erat, certe conveniebat, ut quatuor  
strui temperamenta; sic aetates quoque in quatuor partes  
secare, ac humidam et calidam statuere puerorum, siccam  
et calidam florentium, siccam et frigidam declinantium,  
humidam et frigidam fenum. At puerorum quidem hu-  
mistam esse aetatem convenit, quod in alio temperamento  
corporum incrementum fieri nequeat. Florenti vero, quo-  
niam praeter modum calidior et siccior est, contrario con-  
fert uti rictu, quemadmodum et vigore decrescentibus.  
*t*

At de senum aetate non mediocris quaestio est, ab omni-  
bus propemodum neglecta, de qua post paululum dicturi  
fumus, ubi sermonem de prioribus aetatibus absolverimus.  
Nam si in confesso est pueros plus humiditatis habere  
quam integre fanis conferat; plus item caloris ,. haud  
enim simpliciter calidi sunt ut juvenes, fed innato calore;  
qui temperatus est, in probo sanguine consistens, media  
inter pueros et juvenes, quae est puberum et adolefcen-  
tinm *ae*t*a*s,. in optimo nimirum temperamento consistet.  
Quum autem optimum medium est, etiam victum tempe-  
ramento medium adhibere convenit, qui nec humidius , nec  
siccius, vel calidius, vel frigidius ipforum corpus efficiat.  
Puerorum sane *corpu*s etsi humidius quam salubris habi-  
tus postulat, non tamen exiccandum. Hoc enim modo  
ne ipsa crescerent prohiberemus. Verum de senibus, quo-  
niam nonnulli; ipsius humidos, aliqui siccos, utrique indefi-  
nite djxernnt, distinguendum nobis venit quatenus sint  
sicci, quatenus humidi. osten*t*um id est in opere de

temperamentis. Ipsis enim solidis corporis partibus sic-  
cos esse declaravimus. Quia vero multis ob temperamenti  
frigiditatem excrementis abundant, humidi- nominantur.  
Ratio igitur est contrariam ac duplicem ab hac aetate  
indicationem medicis fieri, tum propter temperamenti par-  
tium solidarum, quae humectari cupiunt, siccitatem ; tum ob  
humidorum superfluitatem, quae exiccari postulant. Pro-  
inde quae utraque quonam modo observes-, absolute tra-  
ditum est in opere de tuenda valetudine. In praesenti  
vero oratione fiatis^ fuerit summam eorum quae isthic de-  
scripsimus, paucis indicare. Cibi quidem et potus alloquor  
univerfa [cepum habeant humectandi et calefaciendi, quan-  
tum scilicet humectare et calefacere fenum corporis soli-  
das partes decet, quae solae etiam proprie nominantibus  
partes existunt. Rursus autem de pituitosiorum excremen-  
torum evacuatione prius considerandum est. Proinde si ex  
opere de temperamentis repetas, drfcnsque artificio ac fici-

entia peculiare senum temperamentum frigidum esse et  
siccum , humiditatem vero ascititium propter pituitae re-  
crementorum generationem ipsos . habere ri digressus etiam  
inde ad sanitatis tuendae libros una condiscas quis  
diaetae modus senibus sit praescribendus ; luculenter intel-  
liges quodnihilin praescripta aerie definitum drstinctum-  
que fit. Neque enim bifariam hominum vita dividenda  
erat; neque fenum corpora mollia et humida dicere opor-  
tehat; neque quod siccis ipsius temperamento alimentis uti  
co*n*veniret. Quum enim. juvenes dixit compacta corpora  
habere et temperamento esse siccos, fatis constat de flo-  
reutibus susum verba fecisse et hos nominasse juvenes.  
omisit ergo et puerorum aetatem et declinantium, utque  
ego arbitror et temperatissimam, quae inter pueros et  
florentes media consistit. Atqui obscurum non est, vel  
ipfummet orationem suam suspectam habere. *r*Non enim  
simpliciter ait seniores rictu sicciore alendos, sed adjecit,  
magna ex parte. ldem namque id erat ac si dixisset, non

perpetuo; quod certe neque habitui corporis, neque aetati  
asteri apposuit; quoniam suam cuique corpori diaetam  
semper oportet instituere.

VHI.

*Quare pro aetate, tempestate, consuetudine, regione, loco,  
corporum habitu* D*ictus ratio instituenda est, reluctan-  
dumque constitutionibus, aestatibus et brumis ; ita nam-  
que optima valetudo consequetur.*

Totus hic sermo et vere et clare ab eo dictus est,  
jam saepe in pluribus commentariis nobis absolutus.

**IX.**

*Ac hieme quidem celeriter incedendum aestate* u*ero con-  
quiescendum est, ntst per falis ardorem iter sit fac*i-  
*en dum.*

Quomodo incedendum sit in quaque anni parte docet.  
Hieme quidem exiccans calefaciensque ambulatio deli-  
genda; aestate contrarius Inopus convenit, nisi per fotam,  
ait; iter faciendum. Tunc enim iter maturandum, oci-  
usque eam quae per hunc incessum oboritur. Siccitatem  
et calorem vitare oportet.

X.

*Corpulentos autem celerius, graciles vero lenius* i*ter facere  
convenit. Balneis etiam multis per aestatem, at per  
hiemem paucis utendum. Duris cero magis quam car-  
nosts.*

Celer motus calorem plus fatis inaugens corpus col-  
liquat. Ex lento calor mediocris tum sanguinem felicius  
generat, tum nutrit plenius; eoque animantibus in pro-  
ham alimoniam simul vertitur.

XI.

*Et hie*m*e qu*i*de*m *vestes puras* i*ndecere conven*it, *aestate  
vero oleo* i*mbu*t*as.*

*r* - sim ..ec . . - - isse- .. -.r;

Quid sane scriptor doctius consideravit eo quod ab  
omnibus dictum est interpretibus ipsis noverit. Nam si  
puras vestes hieme censet gestandas , quod magis calefacis .  
aut vel etiam perfpiratum non impediant, oleo autem  
infectas per aestatem, aut quod refrigere*n*t, aut quod per-  
fpiratum obturent, *s*ermonem non probo. Etenim ex puris  
vestimentis quae densam ac frequentem filorum texturam  
habent, maxime vero si fuerint detrita velamina , resti-  
gerant. His. igitur uti commodius est. Quippe oleo  
insueta fordida plane sunt; nemo autem elegantiorem  
hominum fordidas vestes sustinet, praesertim aestate. Quin  
etiam infecta puris temporis fpatio magis calefaciunt,  
licet primo occurfu fuerint frigidissima, .

I . .

XII.

*Criiijos autem* o*p*o*r*t*et qu*i*que* t*enuessieri v*o*lun*t *eos labo-  
. re*s *omne*s j*esuno*s *sub*i*re, e*t *adhuc ex labore anhelante*s  
*necdum resmgera*t*o*s *c*i*bum a*bsum*ere, unumque priu*s  
*b*i*bere d*ila*tum ac non persu*igi*dum. obson*i*a quoque  
ex sesam*is *aut c*o*nd*i*men*tis *al*iis*que* i*d genu*s *appara*t*a  
a*bsum*ere. Atque sin*t *p*i*nguia quae obson*i*a* o*fferun*t*ur.  
sic en*i*m a pauc*ijsimi*s bellar*iis *impleantur.*

Quod in textus fine dictum est, puta, *sic en*i*m pau-  
c*i/*stm*is sat*urantur,* nonnulli de omnibus commemoratis  
dictum esse confirmant; quidam de solis obsoniis, quae  
ex sesamis et similibus aliisque multis quibusdam prae-  
parari juhet. Praedicta sunt: suj*unum exercer*i; hoc enim  
manifesto- vacuat, sicut a cibo *labor* implet. Huc accedit  
illud , adhuc ab exercitiis anhelantes cibum assumere,  
s calore nondum in eis discusso, neque corpore refrigerato;

quam causam esse, quo quis celeriter impleatur manifeste  
apparet. Si vero alia quadam ratione hujus libri auctor  
corpus attenuare conatur; id nobis obscurum esu Quod  
tamen plerisque hoc obstructiones in visceribus ac maxime  
in hepate produxit, accurate novimus : quemadmodum et  
celeres a cibo exercitationes. Adde etiam quod balnea  
arctos in jecinore transitus alimenti habentibus obstru-  
ctiones efficiunt. Dictum est mihi de his omnibus simul  
cum peculiaribus distinctionibus in opere de . sanitate  
tuenda. Restat ut de ipsa verborum ferie disceptemus;  
ubi ait . *et vinum non perfe*i*gidu*m *prius bibere.* Ut enim  
frigidum esse jubet, non autem insigniter frigidum, ita  
fermonem deduxit. Atqui non prorsus copiosum vinum  
ab exercitiis statim bibendum censet, fed aquam prius;  
quemadmodum athletae faciunt, id experientia edocti.  
Caput enim alnum conscendit .et si post balneum statim  
ante alios omnes cibos et potus bibatur. Non tamen fri-  
gulae potio ab exercitiis, nisi calidum praebibas, tuta esu

Nam et ipsa ventrem, tum jecur manifesto laedit, quo-  
rumdarn quoque nervos. Attamen habitus frigidum vinum  
corroborat. Vult autem horum scriptor ipsos solvere.  
Forsitan alio modo quid scriptum erat; verum peccavit  
qui idem postea apposuerit. . Multa siquidem ejusmodi  
etiamnum accidere videntur; cum pro eo quod est, neque  
ex toto calidum, non peririgidum scribere ipsum conve-  
alat. Nam qui cibum adhuc anhelantibus offerendum  
judicat, corpori -videlicet multis vaporibus pleno, volet  
etiam vini calidi potione magis *sut*os implere. Quum  
autem perealidum frigido similiter contrahat ventrem et  
corroboret, idem efficere observatur.

*; i* nlli. .

*sed et semel* t*antum die c*i*bu*m *aff*i*m*a*re, supersedere bat-  
nei*s, *duri*t*er* c*ubare nudumque* o*bambulare, qu*o*ad e*j*u*s  
/t*er*i *q*u*ea*t, *opor*t*et.*

Melius dixisset cibi modicum *t*umere quam semel  
tantum cibum *t*umere. Quidam enim semel die cibo  
utentium multo plura assumunt, quam qui bis eo utun-  
tur. Quemadmodum lavacrum corpus excalfaciens, prae-  
sertim extrinsecus, ad alimenti distributionem et.distribu-  
torum appositionem conducit; eadem ratione lotionis pe-  
nuria contraria perficit. Durum cubile corpus molestat,  
contrahit et adstringit, ideoque in omnem partem luere-  
mentum ipsius impedit. Eadem ratione nudum obambu-  
lare omnes intumas ad cutem partes refrigerat; calorem  
etiam in altum et. viscera cogit, ut cibi probe quidem  
concoquantur; verum in omne corpus ferri prohibet.

XIV.

*Qui ver*o t*enue*s *quu*m sim *crassiore, espci v*o*lunt, tu*m  
*al*i*a h*is *contraria fecere,* t*um sup*i*n*os *nullam exerc*i*ta-*ti*one*m i*pso*s *sub*i*re oportet.*

Contraria superioribus crassis sunt; neque anhelantes  
ex labore epulas assumere , sed ubi jam fecundum natu-  
ram respiraverim; neque semel tantum cibum sumere,  
verum aut bis aut etiam ter comedere. Sic abstinentiae  
balneorum contraria qui facit, bis lavabit, semper autem  
ab epulis alterum lavacrum ingrediens, nonnunquam et  
primum. Pari modo ad exercitia modica, lenta, aque  
post cibum accedet; Eadem vero ratione molliter cubare,  
non sine vestibus ambulare in aere his conducit. Pro-  
pterea gymnastae nonnulla exercitia, quae manuum confer-  
tione et corporum pugna, sic enim vocant ipsi, contiu-  
gunt, adhibent in iis quos carne implere conantur, vitan-  
tes ne corpore nudo exercendi incedant, neque cum com-  
plexu. E contrario, quos extenuare volunt, celeri exer-  
-citio et citra primum complexum movent.

XU

*P*omi*t*i*on*i*bu*s *au*t*e*m *et* i*nfusi*s *alvum cluen*t*ibu*s *sic u*t*en-*

*du*m. *sex h*i*bern*i*s* m*ensibus. vo*mi*tus ciendus*, i*d en*i*m*t*e*m*pus* a*est*i*v*o *p*it*ui*t*ae plus accumula*t *e*t *cap*it*e m*o*rbi  
e*t *reg*i*one*m *quae supra septum tran*sv*ersu*m *est,* o*bsi-  
dent. A*t *quum aestat*i*s ferv*o*r adsi*t, *cata*q*l*ys*ma*ii*s u*t*en-  
dum.* ff*aec en*i*m tempestas aestu*o*sa est et c*o*rp*u*s b*i*l*i*a-  
sum* m*agis redd*i*tur, grav*i*tates e*t*ia*m *lumb*o*s e*t *genua  
infestant, calores .obor*i*untur, ven*t*r*i*s* t*orm*i*na concitan-  
tur. Corpus* i*g*it*ur re*fri*gerandum e*t *qua sursu*m *attole -  
lu*a*tur, deorsum ex* isti*s- loci*s *deducenda.*

lo

Quae cataclyfiuata, id est *ablut*io*nes*, vocet, sequentibus  
ipse declaravit; nempe quae ex lacte conficiuntur et eice-  
rutu decoctionis aquam ; ad haec muriam et marinam.  
Diversa namque ab his medicamenta sunt purgantia, quae  
universum corpus evacuant. Quemadmodum igitur bal- .  
neato*r*es balnea .dicunt abluere, quum lapidum in eis  
lutum et sordes abstergent, ita ventris in testi norumque

infusa pituitam et bilem ipsorum detergenti Quoniam  
itaque pituita per hiemem in ventriculo generatur, eva-  
euari ipsam vomitu consulit. Aestate .bilem *t*urium con-  
scendentem deorsum revelli. Attamen ubi totum corpus  
purgare volueris, *aestate per super*i*orem, h*i*eme per* i*nsu-  
m*o*rem ven*t*rem purgandum est ;* sicut in aphorismis di-  
ciunt invenimus. Etenim jam abundantibus purgatio per  
loca quo vergunt adhibita medetur. Quippe ducenda quo  
vergunt per loca idonea. Quae vero ab increme*n*to pro-  
hibere velis, per opposita revellere conducit.

XVI.

*s*i*nt autem catacl*y*smata crassior*i*bus qu*i*dem et humidis-*Ti*b*ii*s mag*i*s falsa et tenui*o*ra, sicc*io*r*i*bus vero e*t *grani-*R*o*ri*bus e*t im*bec*i*ll*i*s p*i*ngu*i*ora e*t *eraso ora. At* i*nfusu  
sun*t pi*n*g*u*i*a et ora*sse q*uae exsucto par*a*n*t*ur, et aqu*i

*c*i*cerum c*o*cta caetcraque id genus.* T*enu*i*a vero et  
fal/a murta, aqua* m*arina et quae sunt esusmodg*

Quae magis incidunt cataclysmata corpulentioribus  
adhibenda existimat, hi namque sunt pituitosiores. Leui-  
ora vero gracilibus, ut qui sunt biliofiores. Porro quales  
amborum sint materiae, ex verbis proximis constat, adeo  
ut interpretationem non requirat. Quamobrem. iis reti-  
ctis ad sequentia me convertam.

XVII.

Vomi*tu*s *autem hoc* m*odo provocand*i *sun*t; *Qu*i *ho*mi*ne*s  
*obesi sun*t *ac m*i*n*i*me tenue*s, j*esuni vomant a cursu  
aut ceter*i *deambulat*i*one c*i*rca* m*er*i*d*i*e*m.

Excalefactum esse corpus obesis, qui vomituri sunt,  
praecipit, ut humores pituitosi, quos crassi copiosos ha-

bent, diffundantur. Quin et vasorum adapertio.. omnium-^  
que angustorum meatuum raritas sic potissimum queat  
accidere. Caeterum haec omnia ad- vomitum facilem  
citraque molestiam excitandum conducunt.

XVIII.

*H*y*ssopi hem*i*na d*i*mid*i*a in aquae cong*i*o con*t*riti potui  
- exh*i*bea*t*ur, astuto aceto et* a*dd*it*o sule, quo stat  
secund*i*ssima.*

Quod potum incidentem esse cupiat et quam ob can-  
*t*am haud obfcurum. Quoniam enim crassi homines  
orasses etiam humores et frigidos et quosdam eorum vi-  
fcofos plerumque habent, ideo potionem ipsarum inciden-  
tem esse jubet. Quantam vero copiam illius, unde con-  
finit potum, exhibeat, non exacte possum dicere; quod  
menfura quam interdum congium nominant, non eandem  
apud omnes habeat magnitudinem. Si vero Atticum

bibere praecipiat, non admodum consuetudini consentit.  
Multum namque esse mihi videtur; etsi apud veteres mo-  
ris erat, sive lactis sero sive hujusmodi quodam cata-  
clysmate volebant uti, permultum sid exhibere;

XIX.

*Ac pri*m*u*m *qu*i*dem sensim, deinde vero celer*i*u*s *eb*i-  
*batur.* t *lui*

—.

Si igitur initio bibat affatim, mox evomet ac prius  
quam totum ebiberit; projicietquehumores in ventriculo  
contentos; num quibus et in primis venis recepti evacu-  
antur. Quod si primum lentius, dein copiosius. bibat, et  
tempore mediocri continere poterit et tempestive ad vo-  
mitum incitabitur; eo quod postea consertior magis  
biberit.

XX.

G*rac*i*liore*s *au*t*e*m *et* i*mbec*i*ll*i*ore*s *a c*i*b*is *hunc in* m*odum*

*conc*i*tent; lo*ti *cal*i*da* m*er*i *hem*i*nam praeb*i*bunt , mox  
e*i*b*oi *cu*j*us*iiis *gener*i*s comedan*t, *neque* i*nter* ci*bo*s , *ne---  
que a c*i*bis b*i*bant, sud su cont*i*nean*t *qua*nt*o* t*empore  
quis quatuor stad*i*a percurrat.* D*e*i*nde tr*i*plex* i*llis  
v*i*num* i*n po*t*u*m *perm*i*scebit , austerum , -dulce e*t *ac*i—  
*dum, pr*i*mum qu*i*dem merac*i*us, sensim et ea mag*no  
*intervallo: de*i*nde vero d*i*lut*i*us, celer*i*u*s *e*t *affa*ti*m.*

Jubet hic calida lotum meracius praebibero; hac, ut  
coniicere possum, ratione usus, quod ex calida lotione  
totum corpus incalescat et humores diffundantur -vafaq ne  
laxiora fiant. Eadem vero haec et vinum meracos effi-  
cit; praeterquam quod facultatem corroborat; cujus ratio-  
nem in gracilibus habere oportet. Postea milium varium  
assumant, inquit, cujus causam omnes expolitores non  
eandem tradiderunt.- Quibusdam enim illorum varia  
exhiberi videntur, quod invicem luctantia faciliusvotui-

tum concitent, aliis quod plus ingeratur. Nam simplicia  
ejusdemque fpeciei celerius implent. Verum iis statim  
bibere non permittit., me cibi mox supernatent; quod  
fieri nequaquam velit. Atque ideo tempus aliquod inter-  
ea, quod ad nutritionem sufficiat, consumendum praesta-  
tit; nempe quo . .stadia quatuor perficias. His ita prae-  
missis, potum adlicit, . terna vina, qualitate invicem diffe-  
remia. Iubet enim aliquod ipsorum esse austerum, aliud  
dulce, aliud acidum ; non relata ne hic quidem causa cur ita  
iniunxerit. Qui vero divinant ipsius sententiam; aju n hauste-  
rum instrumentis corroborandis, per quae vomitus accidet,  
exhiberi dulce, ut vomitum incitet et humores diffun-  
dat; acidum demum, ut quae ventriculo sunt infixa de-  
tergat. Forsan igitur cibos omnium qualitatum genere  
ipfos assumere jussit, ut ventriculum alii confirment, alii  
ad. vomitum proritent, alii succos insertos abstergant.  
Quod autem saepius dicere scleo in sociorum amicorum-  
que. consortio, id nunc quoque dicam. Non parum misti

videntur errare viri qui *t*ectam dogmaticam profitentur,  
eo quod citra rationem prolatam, ea quae consulunt,  
haud aliter quam regia quaedam decreta pronunciant.  
Praestiterat enim cujusque rei vim operis auctorem expli-  
casse, sicut Hippocrates in libro de ratione victus in mor-  
bis acutis factitavit, ubi ptisanae meminit. Nam visco-  
sitas ejus lenis, continua, jucunda, lubrica et modice laxa est,  
sitim arcet et ubi ablutione opus est, facile descendit;  
non adstringit, non vellicat graviter, neque in ventre  
tumefcit. Sic idem de aqua mulsa, de vino, de oxyme-  
lite, item de lavacris conscripsit. Itaque viae jam nos  
principium habemus, qua post auctorem nonnulla ab nisio  
praetermissa adsidemus. Atqui dicta sunt omnia praeter  
caulae rationem. Siquidem quod vinum bibere meracius  
primum, sed modice et paulatim retulerit, postea dilutius,  
celerius et copiose , explorare nos oportet qua id sentem-  
tia ille scripserit. Verum alias exploratio tota res est

ambigua, maxime vero quum hominis sententia adhuc sit  
incognita. Dilutius igitur vinium bibere et ocius, tum  
copiose, merito dictum -videbitur de his qui vomitum  
expetunt. Siquidem. contraria cohibere ipsum volentibus  
et alimentum concoquere funt idonea; puta, meracius,  
modice et paulatim bibere. Cur autem omnino ad coer-  
cenduru accommoda primum in eo qui paulo post vomi-  
turus est, usurpavit, probabile nihil dicere possumus; for-  
san hinc auctori probabile videbatur, quod etiam interpre-  
tum nonnullis placet; quia virtutem tenuium hominum,  
de quibus haec scribit, dissolvi nolit, ideo primum illam  
corroborat; mox ita ad vomitum alentia proficiscitur.  
Sed ad vires firmandas tempus a cibis oblatis suffecerat.  
Porro ad vires firmandas tempus a cibis oblatis suffecerat.  
Porro aliud alii probabile, ut dixi, est, non abiectum,  
ceu unum quoddam, sicut necessarium, quod scientificis  
demonstrationibus confirmatur.

XXI.

*At. vero qui .bis* i*n* m*ensa vo*m*ere consuev*i*t, hunc praestat  
duobu*s *ex ord*i*ne d*i*esi us .vom*it*um c*i*ere, quam derimo  
qu*i*nto d*i*e. sed al*ii c*ontrariu*m *plane fac*i*unt.*

Et horum rationem ipsum scriptorem maxime adre-  
crsse.pportebat ; quoniam de iis qui bis mense uno vo-  
urunt, nulla distinctione sententiam protulit. Quosdam  
enim vacuandi gratia vomentes conspicio ; sicut et uno  
mensis diem cibis abstinere. Nonnullos horum succum  
ventriculo imp.sctum.vel viscidum vel crassam. expurgare.  
Nihil autem prohibet utraque ex intervallo, non duobus  
continuis diebus facere: . . .

I

*i ec , ..* XXII.

*Qu*i*bu*s *cibo*s *evomere incommodum est, vel qu*i*buscunque  
al*vi *non fac*i*le prodeun*t, ii*s omn*i*bus crebro d*i*e c*i*bu*m  
sum*ere e*t *omni*s *gener*i*s c*i*bari*is *u*ti *confert ac obse-*

*n*ili *var*i*e apparat*is, *v*i*numque duoru*m *aut tr*i*um gene-  
rum b*i*bere. Qu*i*bu*s *vero cibo*s *revomere non conduc*i*t,  
qu*i*que alvo*s *habent hu*mi*da*s, *h*is om*n*i*bu*s *contrariam  
hu*i*c vitae rat*i*one*m i*n*i*re confert. . .*

Convenit quidem iis cibos revomere, qui vel alvum  
dejicere vel mediocrem totius corporis evacuationem mo-  
liuntur. Consulit autum ipsis frequenter let varia comesse  
et vina plura bibere. Contra illis qui neque vomitum  
expetunt et alvum humidiorem jusio habent, ut cohiberi  
desideret, neque saepius comedere, neque varii gene*r*is  
tum cibos tum vina assumere. Etenim semel idque sim-  
plex aliquod edulium unumque vinum usurpare ventri-  
culo ipsis continendis coquendisque opitulatur, contraria  
faciunt ut difficilius cibi coquantur maneantque in ven-  
triculo. Caeterum praeter assumptorum qualitatem et

exhibitionis ordinem vel in summ*o* natare, vel subsidere  
ipsa contingit.

XXH1.

*At pueros infantes per multum tempus aqua calida la*n*are  
decet,* n*inumque aquostssimum bibendum* i*is exhibere,  
neque prorsus feigidum, idque dandum quod minime*n*entrem attollat et statum creet.* H*aec autem facienda  
sunt, quo minus convulsionibus tententur, magisque ado-  
fucant et coloratiores evadant.*

Ipse superioris diaetae scopos explicuit, nempe ut con-  
visionibus minus infestentur majoresque fiant et coloratiores.  
Nam in calida loti pueri diutius molIes permanent, quod ne  
convehuntur prodest, quoniam Hippocrates ipse corpo-  
ribus intensis potius quam remissis et laxis convulsiones  
accidere prodit. Porro augescunt facilius corpora mollia,  
quia in omnem quoque dimensionem promptius *s*equuntur.

llla vero , quae nec convulsionibus corripiuntur probeque  
increscunt, totum habitum salubrem obtinere quis igno-  
rat? Hoc igitur nota una haud mediocri, nempe boni  
coloris, auctor indicavit. Sed etiam vinum ipsos dilutum  
bibere praecipit, ne plus aequo calefiant, maxime quia  
convulsionibus saepe exercentur. Quod rursus ex nervo-  
rum imbecillitate et voracitate accidit. Atque ideo non  
frigidum pueros bibere jubet, verum tale vinum, quod  
minime flatulentum est, omnibus ex aequo hominibus,  
non modo puerulis conducit.

XXIV.

*Mulieres autem sicciore victus ratione sic uti oportet.  
Sicca namque cibaria ad muliebrium carnium mollitiem  
magis sunt idonea et meraciores potus ad uteros et  
foetus nutritionem meliores exlstuut.*

Mulieres sicciore vivendi modo uti jubens, qualisnam  
is sit, ipfe subscripsit. Habet autem viri opinio contro-  
versicm.. Si namque praeter naturam erat mulieribus  
humidis esse; sicut in naturis intemperatis et morbosis,  
humidus morbus recte eas exiccaret al verum quia hoc  
secundum naturam illis adest, conservare id convenit,  
nisi quum falubrern symmetriam excesserit. At hoc quo-  
que in viris consideramus. Etenim et his siccioribus qui-  
dem esse mulieribus, secundum naturam est; quando vero  
convenientem siccitatem latius egressi fuerint, tunc ipsi,-  
rum intemperiem contrariis emendamus.

c. .. ε ri e *...-vj.m.*o -

XXV.

*Qu*i *exercentur, per h*i*eme*m *eo*s *currere e*t *luc*t*ar*i *c*u*n*n*e-  
n*it *et aestate parum qu*i*dem luctari, currere ver*o m*i-  
n*i*me; sed* m*ultum* i*n smgqre deambulare.*

Exercitiorum differentias anni temporibus peculiari-  
um docet, quae hieme calefacere et siccare possint, per  
aestatem facere contraria.

**XXVI.**

*Qui cursibus defetigantur, eos luctari oportet, qui* u*ero  
lucta defetigantur, iis currendum est.* s*ta enim qui  
laborat, corporis parte desutigationi obnoxia calefiat,  
componatur et maxime quiescat.*

Si ita dogmatici medici omnia scripsissent, nulla esset  
loquacitatis occasio interpretibus relicta. Dico autem ita,  
si causam adjecissent cur sic nos agere juberent, quod nunc  
PoIybus factitavit.

**XXVII.**

*Quos quum exercentur diarrhoeae potissimum asp*i*ciunt et  
al*n*i excrementa cibos referentia, ac* i*ncocta, iis tum*

*exerc*i*tati*o*num tertia pars non pauc*io*r, tum c*i*borum  
d*i*m*i*d*i*a sub*t*rahenda est. C*o*nstat en*i*m sanet en* tri*c*a-  
*lum c*i*borum cop*i*am ut concoquat concalefucere non  
poste. Cibus* iis *est*o *panis quam max*i*me* t*ostu*s i*n vino*i*n*t*r*i*tu*s *et potu*s *quam paurig*imi *et merac*i*ssim*a *neque  
deambulat*i*on*i*bu*s *a c*i*bo utan*t*ur. sub ho*c *vero tempu*s  
*sumet duntaxat c*i*bum sumer*e *eo*s *conven*it. Ai*e en*i*m  
vel max*im*e c*o*nedlej*i*at ven*t*r*i*culu*s *et ingesto*s *c*i*bo*s  
*superaver*i*t. Hoc autem alv*i *prostuv*ii *genu*s *c*o*rp*o*rum  
hab*i*tui densior*i *carne praed*it*o*s *pot*i*ssimum exercet,  
quando* i*ta natura compara*t*u*s *est hom*o,. *ut ad carn*i*um  
esum compella*t*ur.* P*enae siqu*i*dem condensatae c*i*b*os  
*ingesto*s *non rec*i*p*i*un*t.

Non de iis qui sanitatis gratia exercentur hunc fer-.  
monent instituere videtur, fed de illis qui studium ali-  
quod gymnastic*a*m subeunt, nec inde prorsus abstinere  
possunt, ned in arctum adeo contrahere. ldeo tertiam

exercitii partem eis adimit, ciborum vero dimidiam.. Tan-  
tilium enim sperat evinci posse, ut nec cruditate,. nec  
ventris profluvio laborent. Recte autem fecit et hic, qui  
rationem ipforum adscripserit , qua utens tum haecipfa,  
tum his explicata consuluit. *s*i*qu*i*dem hic prosiav*ii m*o.—  
du*s, inquit., *densa carne praed*i*t*is *acc*i*d*i*t quum carne*s  
*edere cogun*t*ur.* Innuit. hic gymnasticos, quibus carnis  
esirm praecipiunt Deinde subnectit, venae densatae cibos  
ingredientes non excipiunt. obscure hoc protulit, ideo-  
que suspicari interpretes coacti sunt, densas pro duras  
rninusque exporrectus, ut alimentum non recipiant, ipsum  
intelligere. Atque hoc significari ajunt inde, quia cibos  
non excipiunt, quod distributionem magis quam conco-  
ctionem laedere consuevit. Quare humida non tamen  
incocta ipsi deliniunt, etsi auctor praedixerit cibos. refe-  
rentia crudaque tales per alvum reddere. Porro cum  
ratione addita, cui fidens ille, vi*t*a sibi consuluit, dubitatio

adhuc aliqua relinquatur, quid putandum est in. illis .fieri  
sermonibus, abi raufam eorum, quae nobis facere injun-  
git, omisit? Ego sime nisi densorum meminisset, faterer  
me plane haesitare, ut in multis aliis; in quibus quum o  
nihir ejusmodi scriptor adjecerit, audacissimi interpretes  
quicquid ipsis in mentem venit effutiunt At quia Poly-  
bus ipfie densa carne praeditorum mentionem facit, occa-  
siouem et ipsis scribendi praebuit; quid hujusmodi naturis  
conveniat. -Nam tales celerrime copiam colligunt, parum  
perfecte perspirantes , eoque digestione retenta; humidae  
omnino deiectiones evadunt, interdum non modo humidae,  
fed etiam tenues, praesertim in edacibus. Quum enim  
quippiam ex deglutitis distribuitur, promptius venter reti-  
qua concoquit. Quod si in eo maneat ciborum - copia,  
quum interdum ab eis gravetur, omnia ante concoctionem  
excutiuntur. Forian ob venarum duritiem alimenti distri-  
butio -impediebatur, ut quae magis extendi nequeant. Ve-

rum talium naturarum curationem ex contrariis apposuisse  
ipsum oportebat. Raritas namque et mollities totius ha-  
bitudinis scopi existunt, molli finctione et pinguedine  
copiosa in sutile comparatae, . Hic quidem adversus sym-  
plumata tantum pugnat, caeterum ipsius veluti radicem  
excindere negligit.- Dictum est hoc quoque ab eo ferie  
praeposita. Liquet siquidem ventriculum fovere cibos non  
posse. Et profecto, si vere habitus densitatem et venas  
non excipientes alimentum causatus est, falso ventrem  
causatur. Si quidem hic .ei tanquam vera dicenti concef-  
ieris, indubie etiam infra positam vietus rationem recte  
institutam esse concedes. Assum panem, potionem incra-  
eam, nunus autem *t*eme*t* die cibum capere, non secundum  
epulas obambulare, probabis.

. v. ; .. i *r*. li XXVIII.

*Haec au*t*em na*t*ura qu*i*dem est praecep*s *e*t *ad utramque*

*. . . c . . .... ... .su . .... ... .si* t. .. .

*partem vert*i*tur et hu*j*u*sm*odi corporum bonu*s *hab*i*tu*s  
*ex*i*guo te*m*p*o*re v*i*get. .c*

Lubricam vocarit naturam eorum qui densam carnem  
obtinent, ut quae aequali celeritate mutetur.. Nam subjun-  
git, *utrob*i*que vert*it*ur*, hoc est in bonam contrariamque  
habitudinem. Post haec insuper adjungit *et .bonu*s *hu*j*u*s-  
*m*o*di corporum hab*it*u*s *exiguo* t*empore v*i*get.* .ostensum  
namque est commentariis. in Aphorismos , quod exercita-  
torum habitus probus cum sanguinis et carnium reple-  
tione naturalium facultatum robur conservat. Sed quem-  
admodum illic habitudinem in summo bonam indicavi—  
mus esse periculosam, quae - non cito raris corporibus ad-  
venit, ita quoque in densioribus quam celerrime, quod  
haud ex facili digerantur, accidit. Quippe quum relabi  
cogitur, repente tum uritur tum solvitur.

**XXIX.**

*Atqu***i** *rar***i***ores habitus ac hirsuti magis carnium esum  
admittunt laboresque magis sustinent diutiusque in bona  
corporis habitudine perseverant.*

*l . —-*

Hirsuta corpora cutem magis raram et carno*s*um  
genus habere in opere de temperamentis didicimus.  
Haec itaque merito ait carnis e*s*um magis ferre, ut quae  
perspirent, et labores, quoniam minus lassitudinem perci-  
pium. Hoc quoque in libro de *s*anitate tuenda docui-  
mus. Si haec ita tolerant, etiam bonos habitus diutur-  
inores habebunt, ut quae non prompte ad *s*ummum  
perveniant.

XXX.

*Qui postridie cibos eructant et quibus h***y***pochondria cibis  
non coctis attolluntur ,* **ii***s longior somnus confert.  
Quin etiam ad alios corporis labores cogi debent,* **υι-**

*na*m*que* m*erac*i*u*s *et copiosiu*s *bibere et sub id tempu*s  
*paucior*i*bu*s *u*ti *c*i*barii*s. *Constat en*i*m sane ven*t*r*i*cu-  
lum prae imbec*i*ll*it*a*t*e et sc*i*g*i*d*it*ate ciborum mult*i*tu-  
d*i*nem conc*o*quere non p*o*ste.*

Probe ad sermonis calcem hic adjecit ; - cousiat enim  
sane ventriculum ciborum copiam imbecillitatis ac frigi-  
ditatis vitio. concoquere non posse. Quippe huc respi-  
ciens .excalesacere ipfnm conatur, ac ob id diuturniorem  
somnumfpsis consulit, item exercitia ac vinum meracius  
et copiosius, cibos pauciores tune, quum cruditatem con-  
traxerint. suam si reliquo tempore exercentur, moventur  
vinumque. bibunt, uti diximus, nihil a mediocri ciborum  
copia demendum erit.

XXXI.

o*uos a*lit*em sit*is *obside*t , *i*is *cibi et lab*o*res sub*t*rahend*i *et  
v*i*num tam aquosum quam* m*axime fulg*i*dum pr*o*pi-  
nandu*m. *. .r ... ,*

Nunc quidem calidae naturae notas sic prodidit. At  
in *t*exto epidemiorum hisce verbis scriptum est: *Jn cal*i*da  
natura fu*l*g*i*dae po*ti*o e*t *qu*i*e*s. Ipsa namque quum cor-  
poris temperamentum nominasset, mox diaetam subjicit,  
qua sic affecti utuntur, principale autem refrigerationem  
habet, ad quam consequendam victus ratione efficaciora  
sunt aquae potio et otium. In praeposita ferie quiescere  
aliud appellavit, quum diceret, laboribus demendum , pro  
aquae potione scribens, vinum bibant dilutum et periti-  
gidum. Atque mihi videtur hic rectius laudari. Siqui-  
dem diluta potio et frigida non privata est refrigeratione,  
fumit autem ex vino praesidia.

XXXII.

*Quibus vero viscerum dolores aut ab exercitatione aut  
ex alio aliquo itinere suboriuntur, his quiescere et cibis  
abstinere confert. Potu autem utantur qui quam pau-  
cissima copia plurimam urinam ducat , ut ne venae,  
natura visceribus insitae, copia distendantur. Ex his  
enim causis tubercula et febres oriuntur.*a

De omnibus autem his praeceptis abunde in opere detu-  
enda vaIetudine disseruimus et nunc memoriae gratia ut sin  
superioribus, ita hac oratione exponemus. Multis enim liberis  
ab omni febre dolores suboriuntur in visceribus, maxime  
jecinore , quum a cibo nos exercitaverimus vel laveri-  
mus, idque propter visceris meatuum angustiam et humo-  
rutu innatantium crassitudinem. Dum enim infarciuntur  
retinenturque arctis venarum terminis, per quos sangui-

nis fit transsumptis ex jecino*r*is cava parte in gibbam,  
transitus impediuntur. Atqui distendunt in cavitate vide-  
licet jecoris venas; quibus ita affectis dolorem sine febre  
etiam, persentiscunt. Quiescere hos convenit quo tempore  
dolent, item bibere quod minam moveat et .jecm referet.  
Nisi enim urinas excern*u*nt, his^pbymata et febres ex hu-  
jusmodi causis oboriuntur.

XXX1IL

*Qu*i*bus* m*orbi: ex. cerebr*o *oriuntur, nares pr*im*um caput  
obsidet, ur*i*nam crebro* mi*ng*i*t aeger, eade*m*que qua*ecum  
*strangur*i*a perpet*i*tur ;* i*squead d*i*e*s *n*o*ve*m *pat*it*ur. Et,  
si qu*i*de*m *per-nare*s *aut aure*s *aqua vel mucu*s *erumpat,  
morbo l*i*beratur et edatur stranguria. M*i*ng*i*t autem  
multu*m *et c*it*ra d*o*lore*m, i*dque album, quoad vig*i*nt*i.  
*praeteri*eri*nt d*i*e*s, *et cap*itis *dolor h*o*minem rel*i*nqu*i*t,.  
sed hu*i*c* i*ntuenti splendor* o*bscuratur. p*o*rro v*i*rum*

Non iniuria multis haec oratio suspecta fuit; non-  
nullss etiam damnaverunt in universum, ceu eam ne Po-  
lybus quidem, nedum Hippocrates *s*cripserit. Nam ora-  
tionisi exordium plane indistinctum est, ut quod a cere-  
hro stuporem et urinae- stillicidium fleri inferat. Neque  
verum esse poterit. quod tradidit, si putes ipsum,, non  
omnes morbos qui a cerebro funt, pronunciare tales exi-  
flere , fed eos solum in quibus circa aures naresque aqua  
aut mucus effluens morbum sedarit. Neque enim id  
fieri perpetuo neque frequenter apparet.