

*Pagina 3.
rex. 28.
Tres orationis
sensus.*

miorum sexto. [Cibus paucus non delassari, non sitire] Aliter vertit alius [Cibi paucitas lassitudinem non faciens, nec sitim accendens.] Tres sensus, & omnes veros habet hæc oratio. Primus omnium optimus, ut sanus degas, optimèque viuas, scilicet dlu, & integris sensibus, vtere paucio cibo, non labora aded ut delasseris, neque sitias. Tertius ea cibi paucitas, conuenit, quæ neque lassitudinem affert, neque sitim: Galenus primum solum sensum affert, qui interpretatione cuiusdam, scilicet prima, non autem secunda affert, nam secunda hæc interpretatio tripliciter peccat, iuxta Galeni sententiam, & quod definiat modum in paucitatis cibi & quod auferat cautionem ab aliis causis lassitudinis, & rursus ab aliis causis sitis: aded ut non prohibeat sitim, neque lassitudinem, modo non ex fame procedant. Verum iam expedit horum trium sensuum veritatem ostendere. Ut ergo quis sanus & optimè degat, & longissimo tempore viuat, nam sunt tria, Galenus autem more suo, quamvis tria proponat, non tamen eadem, nec ut debet omnium æqualem habet rationem, sed loco eius quod est optimè degere, proponit bonum habitum, quo maximè ea tempestate delectabantur, id est, quadratum, at neque huiusmodi postmodum, neque longæuæ vitæ, ut par erat curam habuit, existimans forsan ut reor, eandem esse rationem tuendæ sanitatis, & producendæ vitæ, scilicet excrementorum debitam expulsionem, & caloris innati incrementum, & quoad fieri potest conseruationem: similiter neque de bono habitu verba fecit: quoniam si per bonum habitum athleticum, & summè pingue, & corpulentum intelligit, non eum putat esse bonum, nedum hominibus necessarium: si autem moderatum hunc, ad perfectam sanitatem sequi haud dubium est, cum ergo præcepta sanitatis prodidisse se abundè putaret, non curauit, de habitu bono plura subtexere. At quàm rectè inquit Philosophus: Vno absurdo admissio, plura succedunt, & minimus error in principio, maximus est in fine. Ergo oportet declarare fines huius artis: hi erunt, qui optimi sunt, quod ergo diu præstet viuere, quis est qui ignoret? quandoquidem viuere viuentibus sit esse: Quamdiu viuimus, operamur, & nostros custodimus, & lætamur. Et ipsum esse per se bonum est, vnde Philosophus secundo de Generatione & corruptione, melius natura eligit: est autem melius esse, quàm non esse. Porro de senum felicitate, & quod optima quæque huic ætati conueniat, non est ut dicam, nisi sperem Ciceronem facundia superare: similiter & quod cuique expediat sanum fore, quis est qui dubitet. Dubitabunt autem in hoc quod dixi, optimè se habere, reclamabuntque isti, qui se Galenici, nimium iactant, dicentes idem esse & sanum esse perfectè & optimè se habere. At mihi plurimum differre videntur: nam ut ex sententia Hippocratis liquet, delassari non conuenit, & cibo paucio vi: at noster Galenus, tam graues iniungit exercitationes, ut & delassari necesse sit quo-

tidie, & multo cibo repleti non solum quod immodicus ille labor famem magnam excitet, sed quod etiam si non des, lædetur grauius homo. Vide quod dicat in secundo de Tuenda sanitate: Quoniam vehementior motus exercitatio est, quæ in Gymnasiis fieri solet, disco lucta, pancratio, pugillatu, cursu, donec anhelitus permittetur. Eo enim motu duriora membra efficiuntur, calor innatus augetur, & spiritus citatior redditur. Duritiæ siquidem membrorum, robustiora eadem fiunt, & minus ex labore læduntur. Ex caloris incremento, omnes operationes naturalis facultatis felicius procedunt, funditurque (ut ita dicam) in membris humidum: cuius fusionis beneficio, solida mollescunt, humida tenuantur, & angusti corporis meatus laxiores redduntur: Ex quo cum vehemientiore spiritus concitatione, excrementa melius expurgantur, itaque obscurum non est Galenum cum sua sapientia non ciuis, aut studiosi, sed militis, aut athletæ, vitam instituisse, cum quæ nemo sana mente, neque integris sensibus, nec diu viuere possit: nam (ut dixi) tales exercitationes cerebrum sæpè collidunt, ut ante senectam surdi, aut cæci plerumque fiant, amentes quasi omnes, & immemores: Si dicas ad reipublicæ defensionem hos vtilis futuros, non negabo, si prudentes, si ad gubernationem idoneos, si sui compotes, atque beatos, ac longæuos, longè illis prætulerim fossorum vitam. Ea verò consuetudo, & victus ratio, quæ ab exercitatione abstinet, ciboque & potu parcissimè vtitur, felix est, prudensque, ac sola beata, non turbulenta, non tristis, non tamen ad labores (quis ambigit) aded idonea. Nos autem vitam instituumus, sibi viuentium, & ad commodum proprium, & ad contemplationem, quæ finis est humanæ vitæ, & optima pars in ea accommodata. Sanitas ergo, & optima vita, non idem sunt: singe militem robustum, plurimo vtemem cibo, potuque atque quotidiana exercitatione, pinguem, quadrati habitus, sanguine etiam bono abundantem, sine vilo corporis vitio, ac robustum. Alium verò paucio cibo, atque potu vtemem macilentum potius, quàm pinguem, solis deambulationibus per viridaria manè se oblectantem: videbis in vtroque duo genera sanitatis, sed tam diuersa, ut neminem differentia eorum lateat. Vnus enim alacer, robustus, quadrato corpore, impiger ad labores, sanguinei habitus, cibo vtens multo, verum consilij nullius, alium sæpè deiciens, vrinam multam, sudoremque effundens, somno graui, & aliquando vigil, sæpè lapsus ob labores, nonnunquam tristis, inæquali habitu vndique: Alter sensibus claris, mente valens, laborum impatiens, somni quieti & leuis, paucio cibo, potuque vtens, lætus semper: vita æquali moderatus, qui difficillimè ægrotet, excrementorum paucorum, non emungit nares, non sputat, & ut vno verbo dicam, quædam sanitatis idea, atque incolumitatis. Non ergo idem sunt optimus habitus, & sanitas. Alterius sensus reddamus

Cap. 2. 6

*Contemplatio
finis est hu-
mana vitæ.
Nota.*

*Minimus error in principio, maximus in fine.
Nota.
Te. 59.
Natura melius eligit.*

Delassari non conuenit.

rationem,