

Hippocrates
de exercita-
tione.

Galenus con-
tradictio.

Durities du-
plex.

Restat ut dicamus, quomodo exercita-
tionem in vno loco Hippocrates probare
videatur, in altero damnare. Cum dixit,
non lassari, non refugere laborem. Ita-
que ut dixi, cum utrobique suadeat cibi par-
citatem, existimandum est, sic debere intelli-
gi, ut non refugiat omnem laborem, sicut
Sybariticus ille Smendridas, qui perpetuo
in umbra desidebat, non tamen expedit de-
lassari, aut ita laborare, ut fatigetur, ut in-
calescat: multo minus ut sudet. Alia eviden-
tior in dictis his Galeni, paucissimis ad-
verbis comprehensa est contradictio, cum
primum dixit, membra solida durescere, &
inde mollescere. Quod si quis diligenter
consideret, non unam continet difficulta-
tem. Prima enim est, quomodo ex exerci-
tatione possint duo contrarij effectus pro-
cedere, scilicet ut membra mollescant, ac
durescant, neque enim par est causam
unam, & eandem duos contrarios effectus
producere in idem subiectum. Deinde quo-
modo subiectum ipsum, hac duo simul re-
cipere poterit contraria ad unguem, ut
simul durescat atque mollescat? Demum
quomodo, cum hac utilitatis ratione pro-
ferat, utilia poterunt esse contraria, mol-
lities solidorum, atque durities, talia tam
multa videmus apud hunc virum, licet non
tamen intra decem lineas comprehensa, ut
hoc in loco. Videtur autem Græca le-
ctio τὴν τε σκληρότητα τῶν ὀργάνων ἀλλόλοις
παραιτιομένων ἡσέσαι. Et inde τὰ μὲν σερραῖ
μαλακίαι. Ut liqueat per σκληρότητα
duriora, per σερραῖ solida intelligi, ut nulla
sit ex interpretatione ambiguitas. Quid
ergo durities, alia ex condensatione, quæ
utilis est, & optima, alia à siccitate, quæ in-
utilis est, & mala: hanc igitur tollendam
censuit, illam procurandam, & augendam,
quod si ipse reuiviscat, incertum est, an eua-
surus sit, tam parum consideratas senten-
tias. Sed de his hæc tenent.

CAPVT XXIX.

De Considerandis in vnoquoque Cibo.

Quæ in cibis
consideranda
sunt.
Cibus qui bo-
ni sint ali-
menti.
Nota.

Quæ in vnoquoque cibo considerare
oportet, hæc sunt, (neque enim nos
simplicem faciendæ tractationem, ad hoc
cogimus lectorem, ut idem cogatur, multis
in locis quærere) primum an boni sit ali-
menti, aut mali. Dico autem boni alimenti
cibum, qui sanguinem generat optimum,
substantia mediocrem, colore rubrum, æqua-
lem, & maximè nutritioni corporis, & re-
stitutioni aptum, tum etiam virium. Inde
quærendum est temperamentum, si cali-
dum sit, aut frigidum, humidum, aut siccum
illius alimentum: post quoniam pacto utile
sit, venterculo, & quomodo facillè conco-
quatur, alacritate plurimum, an parum? & ut
id quo alit facillè, aut difficulter corrup-
tatur: excrementosum ne sit, an non &
quale sit hoc excrementi genus, quod abun-
dat, docere oportet, similiter ut capiti, ie-
cori utilis sit huiusmodi, aut noxius, & quàm

gratus odore saporæ. Vtrum verò alium
moueat, leniat, fistat: & cui membro, aut
morbo salutaris sit, adiciendum est: etiam
qua ratione utendum sit eo, & qualis sit
electio, tum præparatio? His quindecim
rationibus, ciborum naturam, ac vires des-
cribere oportet, sed illud forsitan occurret
videri eadem, quæ plurimum nutriunt, ha-
bere etiam excrementorum parum atque id
verum est, sed non tamen quæ parum nu-
triant, multum habent excrementi: ac for-
san quæ multum nutriunt, etiam excremen-
tosa sunt, ut caro suilla, & bouis, quæ pu-
ra est. Similiter etiam, quæ boni sunt alimen-
ti, non videntur corruptioni facillè obnoxia.
Ergo primum sic distinguere oportet, quæ-
cunque grauiora sunt, & parum nutriunt,
excrementosa sunt, & quæcunque leuia,
multum nutriunt, ut lutea ouorum, paucis
excrementis redundant, atque grauiora sunt,
& multum nutriunt, pauci sunt excrementi,
si mollia sint, & facillè concoquantur: faci-
le enim digerantur, ut alæ auium, quæ ve-
rò non sic, etiam excrementis abundare pos-
sunt, quandoquidem eorum substantia vtri-
que sufficere possit. Quæ verò leuia, parum
nutriunt, si leuia sint, habent excrementi
fatis, si autem non, sed friabilia, parum.
Multum ergo excrementi habent, quæcun-
que grauiora sunt, parum nutriunt, & diffi-
cilè suppurantur: leuia autem cum facillè sup-
purentur, & multum nutriant, excrementi
parum habent.

Quæ multum
ac parum ex-
crementosa
sunt.

Quæcunque verò facillè concoquantur,
parum ea ratione nutriunt, & leuiora sunt,
quæ autem grauiora, si multum nutriunt, diffi-
cilè subiguntur, ob transmutationem, si
parum, ob separationem. Ouorum vitelli,
non simpliciter facillè concoquantur quia
plurimum nutriunt, in prima autem coctio-
ne, facillè transmutantur. Quædam autem le-
uia sunt, & parum nutriunt, & difficilè con-
coquantur, ut cassia, quam cinamomum
vocamus, & quæcunque alia, quoniam na-
tura illorum à nostra substantia, atque om-
nibus his quæ propè nostram substantiam
sunt, plurimum abest: sic & fungi, quamvis
leuissimi sint. Durissimi ergo cibi, qui gra-
ues, sunt, & aut plurimum nutriunt, aut
quorum natura plurimum à natura sangui-
nis abest, non videntur autem quod pluri-
mum nutrit, à nostra substantia plurimum
abesse, neque vllum graue, quod pa-
rum nutriat, facillè subiici posse: plurimum
enim abest à natura sanguinis. Quæ ergo fa-
cillè concoquantur, sunt mediocris alimenti,
temperamentum propè, coctione multa su-
bacta, minimè lenta, paucorum excremento-
rum, & consueta: quæ verò ab his vna, aut
duabus, aut etiam pluribus conditionibus,
accedunt, eo difficilè subiguntur, quo plu-
res illæ fuerint. Maxima tamen causa diffi-
cultatis concoctionis, est durities substantiæ:
post dissueta, & quæ valde excellunt aliqua
qualitate.

Quæ facillè
concoquantur,
parum nutriunt.

Durissimi cibi
plurimum nu-
triant.

Quæ facillè
concoquantur.
Causa diffi-
cultatis con-
coctionis.
Quæ facillè
corruptantur.

Quæ verò facillè subiguntur, & quæ non
bene alunt, facillè omnia corrumpuntur, ut
horarij fructus: mollia enim facillè corrup-
puntur, & quæ tenuis substantiæ, magis
quàm quæ crassa, & quæ prauum ex se,
maximeque