

Cap. 3.
Frictionis sex
simplices spe-
cies & earum
vires.

secundo de Tuenda sanitate, cuius sex sunt simplices species: quarum tres ad quantitatem, tres ad qualitatem referuntur, vt Auerroës refert. Ad qualitatem quidem aspera, leuis & temperata, siue vt Galenus dura, leuis, & mediocris. Ad quantitatem verò multa, pauca, & media, quarum omnium particulares extant operationes, quas quinque regulis, amplexus est Galenus loco præallegato. Prima est mollis & pauca frictio, quæ carnem aliquantulum remittit, ac facillè contrectabilem, multa verò, & mollis euaporat, & liquat, mediocris, laxa, & fluida carne implet. Secunda est dura, & multa, quæ contrahit, constringitque corpora, & phlegmone quippiam per simile relinquit: dura verò, & mediocris, imminuta implet, & euidenter circumscripta, expressaque carne, & exigua, in summa cute ruborem ad tempus excitat. Tertia est dura & rara, quæ inspissat, & mollis, dura emollit, & spissa dilatat, dura enim colligit, & mollis soluit, & est quarta. Quinta verò est, quod multa subtiliat, & mediocris carnem generat. Vbi ergo præ nimia corporum raritate, constringere opus est: ne tam facillè ab extrinsecus occurrentibus lædantur, dura vtimur frictione. Dura verò & multa, vbi præ nimia mollitie ad motus sunt inhabiles, imò ad paralytim, & stuporem sunt dispositi. Quæ verò coacta, & densa sunt corpora, hæc molli frictione, ac media, inter multam, & paucam pertractamus, vt fuligines, ac vapores exhalare possint, & obstructions impediatur, sicuti molli, & temperatæ quantitatis, pro emolliendis duris corporibus. Diurnos etiam capitis dolores leuat frictio, non in impetu tamen doloris, & eadem membra resoluta confirmat, licet sapius perfricandum sit aliud membrum, & maximè cum è summis, aut à mediis corporis partibus materiam euocare volumus, idèò extremas perfricamus partes: frictio enim tria præcipua commoda affert, & præsertim lenis, dum à partibus superioribus ad partes inferiores trahit, à membris nobilioribus, ad membra ignobilia, & ab intus ad extra. Quantitas autem siue perfricandi numerus, à viribus patientis desumitur: sæpè enim in mulieribus, minùs quàm in viro, & minùs in puero, & sene, quàm in iuvene, manus dimouendæ sunt. Et vbi totius corporis imbecillitas, hanc per totum exigat, breuior esse debet, & lenior, vt summam tantùm cutim emolliat, quò faciliùs capax, ex recenti cibo nouæ materiæ fiat, & inter cæteras vtilitates, quas præstat frictio, somnum etiam conciliat ex Galeni sententia xij. artis curatiuæ. [Frictio enim inquit non solum corpus purgat, sed etiam somnum prouocat.] A ventris autem frictione quisque cauere debet, cum quatuor maxima afferat incommoda quæ commemorat Galenus tertio de tuenda sanitate, coctionem enim cibi impedit, humores crudos in corpus transfert, ventriculum subuertit, & caput turbat, idèò maximè cauenda est.

Frictionis tria
præcipua cõ-
moda.

Frictio som-
num conciliat.

Cap. 3.
Frictio ven-
tris cauenda.
Cap. 3.

CAPVT XXII.

De Balneis.

Balnea quidem benè valentibus non profunt è calida aqua, ne quispiam cupiat elixari nam admodum refrigeratis, tantum abest vt calida conueniat leuare, vt neque etiam tepida, neque temperata, siquidem aquam distinguemus in hoc casu, in calidam, tepidam, temperatam, & frigidam. Porro exemptis ægris, cum sua calida, atque aëre omni balnei, qui naturæ nostræ inimicus est: reliquum est vt de temperata, & tepida, ac frigida loquamur: qualis antiquo tempore, cum ætate aurea viuerent homines, pauci boni, diu compotes, & hac ciuili, cum magnorum bonorum participes fiunt, sed paruo tempore, & multis permistis curis, anxietatibusque, cum antea raro in mala inciderent, nam diu viuebant homines, & luctus causa non aderat, neque iudex iniquus, neque magistratus metuendus, neque penuria annonæ, non doli, non venena timebantur. Itaque huiusmodi hominibus, balnea quidem tepidæ aquæ, maximè ab igne feruefactæ non conueniunt, non tantum quod tepida exoluant vires, & labefactent corpus, sed quod refrigeratis, & more quasi belluarum uiuentibus, haud suaui videantur, sed potius inuabat detergere se frondibus siccis, ac mundioribus se inuoluere: calefactis autem, frigida gratior est. Tum verò, & athena, & lebetes, & vasa huiusmodi ignota cum esset, haud verisimile est potuisse illos vti aqua qualicunque apud ignem calefacta, imò ne voluisse quidem, & adhuc incerto (vt aiunt) ignis vsu. Sed vtunque sit, commodior illis fuit frigidæ vsus, sub æstiuis ardoribus, aut in umbra temperatè: Ciuili autem homini, adèò vsus balneorum arridebat, vt nihil tritius Romæ, & tota Italia thermarum nomine haberetur. Famosæ erant inter cæteras Diocletianæ, & ante illum Antonini Caracallæ, quas aliter fieri potuisse negat Spartianus, dicens [Romæ reliquit thermas sui nominis eximias, quarum cellam solearem, architecti negent posse vlla alia ratione fieri, nisi qua facta est. Nā ex ære, cupro, cancelli suppositi esse dicuntur: quibus concameratio tota concredata est: & tantum spatij, vt id ipsum negent aliter fieri potuisse docti mechanici.] Harum meminerunt Eutropius quoque, atque Lampridius, sed hîc putat ab Antonino, ab alio Antonino inchoatas, & à parte Caracallæ: postea non Caracalla absolutas. Hoc satis esse debet, vsu adèò fuisse frequentem illarum à populo, vt Imperatorum præcipuam curam ad se traxerit, neque solum publica hæc cura, sed priuata etiam: Cicero monet fratrem, quod in Arpinati extruerat balneum. Dicitur balneum neutro genere, in singulari (si quid ad rem hoc intellexisse præstat) in plurali sceminino, vt publicæ balneæ: quoniam inquit Varro, vbi multitudinis nomen increbuit, plurali vtimur, vt sceminino genere, vt scalæ, & aquæ

Balnea è ca-
lida non pro-
sunt aqua.

Tepida vires
exolunt.

Frigida ca-
lefactis gra-
uior.

Therma Ro-
ma famosa.

Balneum dif-
fert à ther-
mis.