

necessarium: sat enim est scire locum affectum, & eius naturam simul cum sua intemperie, & mala compositione, & proprijs causis: non enim curamus nomina, sed affectus. His igitur ita stantibus dicimus hunc nobilem virum pro sua curatione indigere summa, assidua & longa diligentia: neque enim facile curabitur, sicut ego arbitror. Humores enim crassi & frigidi, loco etiã frigido & profundo inculcati pertinaciter adhærentes, non ita facile concoquentur & expellentur. Ac præterea notandum fomentum quotidianum & incrementum. Cuius signum est satis evidens, quod vesperinis horis semper augentur tumores: neque enim hoc esset, nisi noua materia deflueret. Oportet igitur ut nobilis iste vir cognoscens statum suum & naturam suæ ægritudinis, adhibeat perseverantiam, patientiam, & obedientiam: deberetque constantissimè medicorum præceptis parere, alioquin non curabitur omnino, imò in peiores decidet ægritudines. Proponantur ergo quæ agenda sunt, postea sua prudètia & fortitudine animi exequantur, & tandem optatam sanitatè assequetur. Principio in victus ratione potissima cura adhibenda est: in omnibus enim lógis & pertinacibus morbis, nihil efficacius, nihil præstatius, quàm optima victus ratio. Non tantùm igitur dominatio sua in cibo & potu studebit modum sibi præscribi, sed in reliquis quoque causis omnibus corpus humanum alterantibus. *Et quoniam aer est primus qui occurrit, omni ingenio cauebit, ne occurrat aeri nubiloso & turbido: neque habitet in cubiculo aut obscuro, aut Boreali flatui exposito, aut humido & terreno: neque dormiat fenestris apertis, aut ablatis operimentis, sicut in æstate fieri consuevit. Euitabit etiam nocturnum aerem, neque vèto se exponat tam Australi quàm Boreali.* *Inter omnia euitabit omnes animi molestias, assiduas cogitationes, scribendi consuetudinem præcipuè post cœnam & prandium: neque legat, aut aliquo modo intèdat animum in aliquã rem. Sed nunquam repleto ventre exercebit corpus: quiescet ergo sumpto cibo tam animo quàm corpore, & cum amicis iucundis versabitur, aut leniter ambulabit per cubiculum, vel stabit erectus, ut cibus melius ad fundum ventriculi descendat. Horis verò matutinis, & hora vna ante cœnã exercebit corpus exercitio moderato, ut superiores partes quàm maximè exerceantur, inferioribus verò & cruribus non adeò laborantibus. Multique consuluerunt, ut homo in huiusmodi casibus iaculãdo vel arcu se exerceret: alij consueuerunt uti plumbeis pilis, quarum singulæ pendant circa libras duas, quæ manibus contineantur, & cum his pòdera agitentur, manibus suprã, infrã, & secundum omnem situm vsque ad manifestam mutationè anhelitus, & ad erumpentem sudorem. Et hoc enim sic habetur conueniens exercitatio corporis, & caloris naturalis excitatio, excrementorumque diffusio ac præterea diuersio, eorumque excrementorum ab inferioribus ad superiora traductio, quod etiã hoc loco maximè quærendum est. Ad hunc eundem vsum maximè pertinent frictions, quæ quotidie fiant in superioribus partibus circa dorsum, brachia & pectus, manibus illitis oleo anethino*

& chamomelino. Sunt autem hæc omnia nõ vna aut alteta septimana peragenda, sed pluribus subinde diebus, fortè etiam mensibus, si vtilitas sit inde percipienda. Morbus enim natura chronicus est & pertinacissimus, neque pauco tempore curari potest, quod quidem nobili huic viro semper in animo fixum esse oportet, videlicet ne credat se breui tempore euasurum, sed perquam longa perseverantia esse vtendum sibi persuadeat, alioquin seipsum decipiet, vel medicorum remedia vana erunt. *Nocturno quidè somno prolixiori vtetur, malleinque ipsum dormire saltem per octo horas: sed interdiu somnum tanquam pestem euitabit. Procurabit ut quotidianas alui excretiones habeat, laudauerimque: ut tum pro alui mollitione, tum pro euacuatione & auersione humorum per aluū excretorum, tum etiam ad obstructions aperiendas, ad membra naturalia ac caput corroborandū saltem bis singulis septimanis vtetur pillulis tribus pòdere drachmę, vel scrupulorum trium, horis tribus ante pradium, quæ habere:*

R. Resinæ terebintinæ cypræ ʒ.iiij.

Rhabbari optimi ʒ.j.

Garyophyllorum ʒ.iiij.

Puluerizentur puluerizanda, & omnia miscantur, & seruentur ad vsu. *Inter omnia studebit ut semper vnicò & simplici cibo contentus sit: nihil enim detestabilius, quàm ciborum multitudo & varietas. Parcè enim comedat, & citra satietatem: sed longè parcius bibet, cauebitque tanquam à re perniciofa, à quolibet vino potenti, sed præcipuè nigro & dulci. Cauebit etiã à comotationibus, neque bibet intra prandium & cœnam. Cibos eligat facili concoctionis & boni nutrimenti, qui apud omnes notissimi sunt, sicut caro hœdina, pulorum iuuenum, vituli lactentis: sed meo iudicio cauebit à piscibus, præsertim Venetis. Oua sorbilia recentia maximè congruunt. Fercula ex farre, hordeo, spelta, beta etiam cū boragine, buglossa & petroselino, non negantur: conceditur etiam lactuca, si parcè comedatur: nec omnino sunt detestandi asparagi, præcipuè dulces, & hortenses. Cauebit à caseo tam recenti quàm antiquo, & ab omnibus lacticinij, à carnibus antiquis & salitis, à leguminibus, à rebus frictis in sartagine. Parcius cœnabit quàm prandebit: sed & prandium erit moderatum. *Non ibit cubitum nisi per duas horas post cibum, & si poterit vel leniter deambulet vel erectus maneat, citra tamen defatigationem. Hæc diligentissimè sunt obseruanda, non vno aut altero mense tantum, sed per plurimum temporis, alioquin non tantùm non sanaretur, sed etiam in deteriores dispositiones prolaberetur. Sed præter hanc viuendi rationem, erit etiam ad reliqua medicinalia remedia accedendum, interque illa præcipuè consulo, ut bis in anno purgetur, Vere inquam & Autumno. Purgatioque hoc modo esse poterit.**

R. Florum calsiæ ʒ.x.

Specierum hieræ simpl. ʒ.ij.

Cum zúcccharo fiat bolus, sumat tribus horis ante prandium. Item

R. Syrupi de cichorea Nicolai sine rhab.

Oxymellis simpl. ana ʒ.j.

Decoctio

Aer

Animi affectus

Exercitium

Frictiones