

Die Bäder überhaupt, welche sie einem jeden, so nach dieser Kranckheit wieder auf die Beine gekommen, für schädlich halten: Vielleicht darum, weil die Nerven dadurch weich gemaschet und aufgelöset werden: Darum verbieten sie auch, daß sie sich mit Wasser begiessen, sonst verbieten sie das Schwitzen nicht.

## XI.

Das Wasser ist den Nerven schädlich, spricht Alexander selbst, wann es warm ist. Wenn Paulus ein warmes Wasserbad anpreisen will, sagter: Daß es die Ermüdung auflöset, die Vollheit zertheilet, erwärmet, lindert, erweicht, die Winde vertreibet, dem Schlaff zuwege bringet. Es ist aber allen Menschen, sowol Männern als Weibern, Jungen und Alten sehr bequem. Aber heutiges Tages baden sich die Italianer nur gar selten, worüber ich mich verwundere, weil sie sich dessen vor Zeiten täglich bedienet haben, wie man aus den Scribenten ersehen kan, und die Überbleibsel der Bäder zu Rom, so wie Städte angeleget gewesen, bezeigen: Galenus lehret uns, daß man in den Leibesübungen Masse halten müsse, wann er schreibet: Die Unmäßigkeit schelte ich über alles. Eben derselbe saget auch: Gleichwie es sehr gut zur Gesundheit ist, wann