

viel Bilder sind / die dem weichen Wachs des Gehirns eingedrucket werden / indem sie das Unbekante mit dem Bekanten vereinbaren / und also beharren machen.

Die Stunden / eine Sache in dem Gedächtnis zu behalten / sind etliche vor / etliche alsobald nach dem Schlaf / wann man sonderlich das / was man behalten will / laut lieset / darüber dencket / alles wol zu Sinne fasset / und zu morgens nochmals überlieset / und wieder hersaget. Etliche halten diese Ordnung / eine Sache nach allen Umständen zu betrachten / wie in nachgehenden Reimzeilen verfasst ist:

Hier waltet der Gedächtnis Ruhm:

¹ Ob? ² was? ³ wes? ⁴ wem? ⁵ wohin?

⁶ woher? ⁷ wie? ⁸ wann? ⁹ mit was Gewinn?

¹⁰ wie lang? ¹¹ wie oft? ¹² wordurch? ¹³ warum?

Weil nun kein Acker / der auch ganz unbesämt verödet / unfruchtbar ist / sondern allerley Unkraut und Gräslein hervor bringet / daraus erhellet / daß ihme von G. Ott die Eigenschafft des Wachsthums eingeschaffen; also ist auch des Menschen Sinn / er muß zu bedencken haben / es seye Gutes oder Böses / und solte er eben das gedencken / daß er nichts zu gedencken habe.

Die Gedächtnis wird geschwächet durch ungesunden Luft / durch zu grosse Hitze / durch zu starcke Winde / durch Nässe / oder Netzung des Hauptes / von Regen / oder vom waschen / von bösen Dämpffen der Kohlen Rauches / durch zu starckes Getranck / durch zu schweres Wasser / durch unzeitige Früchte / und alle Speisen / welche grobe Dämpffe aufsteigen machen / oder schwerlich zu verdauen seyn / gar zu langer Schlaf / sonderlich bey Tage / die Wercke der Liebe / Erkältung des Hauptes / Zorn / Traurigkeit / unordenliche Lesung der Bücher / gar zu lange Haare / so grosse Übung des Leibes / und kurz zu sagen alles / was das Gehirn zu schwächen pfleget / das ist auch der Gedächtnis hinderlich.

Hingegen ist hierzu vorträglich der gesunde und liebliche Luft / der gute Geruch welcher das Herz und Gehirn erfrischt / gute däuliche Speisen / die guten Nahrungsafft geben / das Gehirn von Kephünern / Haasen und Hennen / welches / wie Beckerus schreibet / die Blöden und Vernunftlosen wieder zu recht bringen solle / wann man desselben oft gebrauchet.

Sonderlich