

Von den Speisen ins gemein.

5

mehr von Galeno *lib. I. De aliment. facult. c. 1. & lib. II. c. 22.* angeführet wird.

III. Diejenige Speise ist am besten beschaffen / welche keinen zähen oder dicken Saft / noch widerwertige eigenschafften in sich hat : welche leicht zu verdauen / viel und gute nahrung giebet : welche nicht leicht verdirbt / oder eine schädliche qualitet annihmt : welche nicht lange liegen bleibet / sondern leicht vertheilet wird / und wenig unraht hinter sich läffet.

IV. Eine Wahl unter den Speisen muß man nothwendig anstellen / sintemal offenbar / daß einem jeglichen nicht alles ohn unterscheid gesund sey : wer aber ohn gehörige Wahl fort lebet / wird ohn Kranckheit nicht bleiben. Ja der unterhalt der Menschen oder die art zu leben hat so viel krafft / daß in gewissen Landschafften Morbi endemii daraus entstehen können : wie denn ehemals Aegypten / und insonderheit die Einwohner der Stadt Alexandria / weil sie viel gekocht Mehl / Linsen / Schnecken / gesalzen Fischwerck / Esels-Fleisch und dergleichen dick-saftige Speisen übermäßig genossen / der Elephantiasi oder Aussag sehr unterworffen gewesen : ja Joan. Bruyerinus *lib. I. De re cibar. c. 19.* saget eben dasselbe zu seiner zeit von denen Franzosen / welche in Langedoc / und andern am Meer belegenen orten wohneten. Was den Scharbock betrifft / der regieret wegen vielen brauch der geräucherten und gesalzenen Speisen fast in allen Nord-Ländern / insonderheit unter den Seefahrenden Schiffleuten. In den Alpen grasiren die Kröpffe / wegen der schädlichen Wasser / und so weiter.

V. Die Gewonheit vermag in den Speisen sehr viel : also daß etwas gewöhnliches / ob es schon an sich ungesund / nicht schadet / hingegen etwas ungewohntes / ob es schon gesund / schaden kan : wie solches allbereit Hippocrates *Sect. II. Aphor. 50.* und *Sect. I. Aphor. 17.* angemerket. Deswegen befinden sich diejenigen / welche das erstemal nach Indien reisen / nicht zum besten bey den Speisen selbiger Provinzen / ob schon dieselben denen Einwohnern gar wol bekommen : hingegen bezeugen auch die Scribenten der Indianischen Schiffarten / daß die Americaner / als sie von den Getreide und Früchten unser alten Welt gegessen / anfangs sich sehr übel darbey befunden. Gleichergestalt hat des grossen Alexandri Heer in Indien durch die neue Speisen so viel verlust erlitten / daß er ein scharffes Verbot / wegen einiger derselben / ergehen zu lassen / genöthiget ward. Hingegen hat die gewonheit bey etlichen so viel vermocht / daß ihnen auch Gift nicht geschadet / wie solches Martialis *lib. V. Epigramm.* von dem Könige Mithridates bezeuget / da er schreibet :

Profecit poto Mithridates sæpe veneno,
Toxica ne possent sæva nocere sibi.

Und Theophrastus Eresius in seinen Büchern *De causis plantar.* bezeuget / es haben einige gange handvollen Niesewurz gegessen / und hat ihnen nichts geschadet.

VI. Die Art zu leben im Essen / ist bey allen Völkern nicht einerley. Wie die alten Teutschen / Franzosen / Spanier / Persianer / Griechen und Römer gelebet / solches hat Jo. Bruyerinus *lib. cit. c. 3.* weitläufftig und artig beschrieben. Heut zu tage hält man dafür / daß die Teutschen und Engländer grosse Liebhaber sind von Fleisch / die Holländer von Butter und Käse / die Schweizer von Milch / die Belschen von Salat und Kräutern / die Franzosen von Baumfrüchten / die Spanier von Kettig / die