

ben: aber wan sie zu sehr gebraten oder verbrand sind / so machen sie schwarze Galle. 3. *Cibus frixus*, im Tiegel gebratene Speisen sind zwar von Schmach annehmlich / aber hart zu verdauen / machen leicht Verstopffungen / einen sod-haftten schmat aus dem Magen / und verbrantes Geblüt. 4. *Cibus elixus & suffocatus*: Gesottene Speisen sind gesund / und dienen sonderlich zur befeuchtung: aber die Gerostete sind noch besser / weil sie durch und durch gleich gekochet werden: daher sie auch gute / und leicht durchgehende nahrung geben.

Der V. Unterscheid kan genohmen werden à Tempore sumendi, von der Zeit zu speisen / welche dan sehr ungleich. *Cibus meridianus & vespertinus*, das Mittagmahl und das Abendessen sind die breuchligsten: wiewol einige in 24. Stunden nur einmahl essen / andere hergegen *Jentaculum*, das Frühstück / und andere auch noch *Merendam*, das Vesperbrod hinzu thun. Aber hievon ein mehres zu schreiben / wird sich anderwärts schon Gelegenheit ereugnen.

Vier Lebensarten der Menschen.

Der Unterhalt und die Weise zu leben / ist in der Welt nicht allezeit einerley unter den Menschen gewesen: sondern man ist darin per gradus, stoffelweise gestiegen.

Der I. Grad war *Vita sylvestris*, da die Menschen vor erbauung der Dörffer und Städte (ich schreibe allhier nach der meynung M. Ter. Varronis l. II. cap. 1. und Ioan. Bruyerini, Francisci I. Regis Galliarum Medici, lib. II. De re cib. c. 1.) in den Bildnissen / wie die Thiere sich enthalten:

- - - Ubi frigida parvas

Præbebat spelunca domos.

Da die kalte Hölen ihre Häuser waren / und sie ihre Kost bloß von den Gewächsen / wie das Erdreich selbige freywillig herfür brachte / sucheten. Insonderheit sind die Eicheln deswegen berühmet / daß sie vor dem Ackerbau den Menschen an stat des Brods gedienet: dahin man denn auch Äpfel / Birnen / und andere Baumfrüchte / wie im gleichen Rüben / und dergleichen Kraut-wurzeln rechnen kan.

II. Hierauf ist gefolget *Vita pastoralis*, die Viehzucht / oder das Hirten-Leben: da die Menschen einige arten der Thiere in den Wäldern gefangen / eingesperret / und zu ihrem nutzen gezähmet. Unter denselben sind die Schaffe die ersten gewesen / und hiezu ammeisten bequem geachtet worden: theils weil sie an sich selbst nicht sehr wild / sondern sanftmühtig: theils weil sie zur Speise ihre Milch / Käse und Butter / zur Kleidung aber ihre Wolle darreichen.

III. Der dritte Grad ist *Vita agrestis sive Agricultura*, der Ackerbau: bey welchem dennoch die Menschen die vorigen beyden Arten zu leben nicht abgeschafft / sondern was ihnen aus denselben dienlich / bey behalten. Jedoch hat der Ackerbau den vorzug erlanget / und ist auff denselben nicht allein vom Pöbel / sondern auch von den Fürsten und Königen grosser fleiß gewendet worden / so gar daß der Regenten Einnahme und Vermögen fast allein im Ackerbau und Wiesewachs bestand. Ja wenn man einen loben wolte / so war es gnug / daß man von ihm sagen konte / Er sey *bonus Colonus*, ein guter Ackerman. Aus diesem sonderbaren fleiß den Ackerbau