nº 262
R-9990

HIERONYMI MERCVRIALIS
DE ARTE GYMNASTICA
Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.

VENETIIS, M D LXXXVII.
Apud Iuntas.

REAL
2004-
Nº 1
23-21
25-
26

Sel.a de la Comp.a de Jhs de Granada
N.o 262.
R-9990
2 4-
25-

HIERONYMI MERCVRIALIS
DE ARTE GYMNASTICA
Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.

VENETIIS, M D LXXXVII.
Apud Iuntas.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS perpetuam Felicitatem D.

SI quando mecum diligentius conſidero, MAXIMILIANE Inuictiſſime, quot, quantaque Imperatores, ſummiq. Principes pro hominum ſalute, & tranquillitate tam bello, quam pace geſſerint, in eam facile deſcendo ſententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes feciſſe, quod eos dignos exiſtimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea vero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem ſibi vindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propoſitis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, ſed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, vt ipſi ſoli illarum auctores, & inſtauratores propemodum videantur. Id facile perſpicere quiuis poteſt, qui militaris diſciplinae, le-

gum ſcientiae; ceterarumque, ſine quibus vita haec noſtra fere vitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſsimo, quae omnibus paſsim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, vnum medicae artis omnium vtiliſsimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis viris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Iuſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. verumtamen vt alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſsima, atque ampliſsima Gymnaſia exſtruxerint, inque ijs artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, vt ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium vi-

res

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios disiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab vmbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
σύς σιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧ δέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λεῖψαν ἀμυδρά περ ἔμπνος·
τέχνης γυμναστίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεσοσύνη Γερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις ἀποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυφῶν ἀποισῆ
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Luſitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium ſemianimes reuocans,
Quod quia ſaepe facit, laudatur ſaepe, ſuiq.
Fama tripertito nominis orbe volat.
Nunc autem noua fama alia increbreſcit, vt artes
Exſtinctas veterum gymnaſiumq. nouat.
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, ſed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & teſtimonio hi Libri conſcripti ſunt.

Aeſchylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodiſieſis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Ariſtophanes
Ariſtoteles
Aſclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gelius
Auſonius
Bardeſanes
D. Baſilius
Caius Julius Caeſar
Caßianus
Caßius Iatroſophiſta
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celſus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionyſius Areopagita
Dionyſius Halicarnaſeus
Eraſiſtratus
Erotianus
Euripides
Euſebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Heſiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Joſephus
Iſidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Iulius Pollux
Iuſtinus Martyr
Juuenalis

Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Caſsiodorus.
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribaſius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pauſanias
Perſius
Petronius arbiter
Philoſtratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Poſidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Epheſius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Epheſius
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themiſon
Theodorus Priſcianus
Theophraſtus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiſcus
Xenophon.

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER PRIMVS

De Principijs Medicinae.
Cap. I.

B QVAMDIV Homines paucisſimis rebus contenti lautas menſas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque poſt inductam paullatim cõſuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis ſaeculis extitiſſe memoriae proditum eſt) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, ſicut uſque ad tempora Socratis diſtillationum, quas Graeci *κατάρρυς* dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius eſt, ignoratum eſſe tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos uſus, nullaq. principia extitiſſe certum eſt: etſi Homerus antiquisſimus auctor ſcripſerit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuiſſe. Poſtquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquiſitae artes, delicatisſima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepſere, morborum ſimul uaria continuo genera ſuccreſcentia ad inueniendam medicinam eos C coegerunt: qua ſemper carere profecto licuiſſet, niſi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum ſoboles eius uſum omnium maxime neceſſarium effeciſſet. Medicina uero tametſi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando priſci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unuſquiſq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, poſterioribus tamen ſaeculis ab Aeſculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quaſi ex ruſtica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui ſolis morboſis, ac languentibus operam nauans id unum ſemper curandi ſtudium habuit: ſanorum curam aut ullam eſſe ignorauit, aut eam prorſus contempſit: quod poſtea ſucceſſores illius intelligentes adeo exiſtimatione dignam reputarunt, ut medicinam ſine hac

3. de Republi.

In lib. qui medicus inſcribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam eſſe poſſe perſpexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius diſcipulus, qui curatiuae morborum medicinae cõſeruatoriam ualetudinis partem fere circa ſana duntaxat corpora ſatagẽtem addere uiſi ſunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificioſum opus eſſe ſanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea ſemper quaſi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius ſolis curandis aegritudinibus, tum ſanis etiam conſeruandis praefecta eſt. An totam eam medicinae partem, quae & ad ſanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aeſculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero ſolam in curandis
Lib. 29. cap. 1. morbis verſantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque Plinius credidiſſe videntur, mihi plane compertum non E
eſt: niſi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum eſſet, ſcribere: Iſque a primis illis temporibus vſque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, verum etiã in Italia perdurauit: vti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aeſculapij templo in inſula Tiberina inuenta, & vſque ad hanc diem apud Maphaeos conſeruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι ζῶσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id eſt: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad ſacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuã, et poneret quinque digitos ſuper altare, & eleuaret manum, & poneret ſuper proprios oculos: & recte uidit populo praeſente, & gratulante, quod grandia miracula fierent ſub Imperatore noſtro Antonino.

Λουκίῳ πλευριτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ' οἴνου

A οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρη αὐτῷ. id eſt:

Lvcio affecto lateris dolore, & deſperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commiſceret, & poneret ſupra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus eſt illi.

Αἷμα ἀναφέροντι Ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id eſt:

Sangvinem reuomenti Iuliano deſperato ab omnibus hominibus ex oraculo reſpondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praeſente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέ-
C βλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id eſt:

Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet ſanguinem ex gallo albo, admiſcens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur ſupra oculos: & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Iſidis fieri ſolitum fuiſſe, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc ſuccurre mihi, iam poſſe mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec ita eſſent, veriſimile fit, ſolam remediorum co-

 gnitio-

gnitionem potuiſſe ab Hippocrate inde excerpi, & ſub certis regu- D.
lis, ac rationibus conſtitutam ad artis formam prouectam eſſe: cer-
tus ſum tamen ſapientiſsimum ſenem non caſu ullo, nec fortuna,
ſed diuiniſsimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac diſcipli-
nis ſicuti caetera omnia, ita & hanc inueniſſe, inuentam excoluiſſe,
necnon curatiuae adiunxiſſe: In quibus medicinae partibus non
ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, ꝙ plurimi
fuerint morbi, quos nec ab ipſis cognitos, nec curandi eos modum
indicatum eſſe conſtet; quoniam non ueterum ignauia, aut re-
rum imperitia illud effecerunt, ſed potius infinita gulae blandi-
menta, inexplebilis libido, immenſaque uoracitas, quibus, ut ſa-
Epiſt. 96. pienter diſputauit Seneca, & poſt ipſum Plutarchus, nouae morbo
8. Sympos. prob. ix. rum ſpecies genitae ſunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum
aliae ſero, aliae numquam medelam receperunt: ſic namque pue- E.
ros, & mulieres poſt Hippocratis aetatem podagra exercere coe-
pit, ſic uiuente Pompeio, atq. Aſclepiade aquae formido, ſeu hy-
drophobia, Ariſtoteli, ac antiquioribus haud nota, nec nō elephā-
tiaſis Aegypto familiaris ſeſe primo demonſtrarunt: adeoq. tar-
de medelam receperunt, vt Scribonius, Largus, qui Claudij Impe-
ratoris tempore Romae medicam artem profeſſus eſt, ſcripſerit
Cap. 171. neminem ab hydrophobia uſq. ad tempora ſua liberari uiſum; & ſi
Lib. 2. cap. 62. Appuleius Celſus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus
In proh. ad eum morbum antidotum quandam compoſuiſſet, Barbarusque
quidam in Creta naufragio appulſus ſe cum Hyenae pelle quod
Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; ſic Cornelij Celſi
tempeſtate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapſa, &
arente intra paucas horas expirauit, ut nobiliſsimi medici neq. ge- F
nus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem
omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, niſi ueteres
ſub alio nomine illum cognouiſſe tueamur: ut ipſe Hippocratē ſub
Lib. 25. cap. 3. Ilei doloris nomine comprehendiſſe reor. Sic Plinij aetate menta-
gra, ſtomachace, & ſcelotyrbis aegritudines noſtro orbi aduenae na
tae ſunt: ſic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracun-
culi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui cru
ra atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangeban-
tur illico refugiebant, muſculoſisq. partibus ſeſe includentes into-
lerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus mor-
bi ſe ab alijs audiuiſſe, ſed neq. naturam eius, neq. generationis ra
6. de locis affect. tionem cognouiſſe fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficul
tate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-
nodia

A nodia habentem minxit: ſic Ephebus Athenis ſerpentem puſillum
piloſum & plurimis pedibus ſtatim ambulantem multo cum ſemi-
ne eiecit: ſic Timonis Auiam duobus ſingulorum annorum men-
ſibus in Cilicia delituiſſe in cauernis, ſolaq. reſpiratione, quod uiue
ret, cognitam eſſe traditur: ſic in Melonijs ſignum cuiuſdam affe- Libro 1. de abſtinētia ab animalibus.
ctionis hepaticae deſcriptum eſt, qua quicumque occupabantur,
domeſticos mures diligenter obſeruabant, ac proſequebantur. ſic
Crateri medici ſeruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo
captus fuit, ita vt carnes eius ab oſsibus abſcederent: ſic tempori-
bus noſtris exſecranda illa gallica, & paene exitialis lues vniuerſas
regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel poſteriorum
hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippo-
crati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi-
B cinae partes ad ſummam perfectionem prouectae fuerint, diuinis
eius manibus immortales ſemper habendae ſunt gratiae. Am-
pliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medi-
cinae partes ſicuti diuerſae re uera ſunt, pariter uaria nomina ha-
buerunt, alteraq. προφυλακτική, ſiue ὑγιεινή, altera θεραπευτική
nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa
quam uerſantur, acceptis, quae quoniam ſapienter, atque uere de-
promptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem ſuſce-
perunt: quemadmodum etiam uſque ad poſteriora tempora haec
inueterata permanſit inter medicos conſuetudo, ut omnes duas
medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram
conſeruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae no-
mine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo
C ob maiorem neceſsitatem inuenta fuit, id nomen adepta eſt, quod
conſeruatiua quoque ei poſtremo adiuncta non modo obtinuit,
uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquiſiuit, ut
iudicauerint hanc ſolam medicinam ueram appellari debere: illam
incertam, falſam, meramue hominum alios decipere ſtudentium
impoſturam exſiſtere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. ar-
gumentis primò ad cognoſcendos morbos utatur: deinde in ea fe-
re omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut pluri-
mum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando
non raro fallantur, quos tamen in grauiſsimo errore verſari facilli-
me cognoſcent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. in-
commoditates, quales forent, ni curatrix medicina ſuccurreret,
aequo animo aeſtimare uoluerint: ut non abſq. ſumma ratione Iu-
lianus Imperator hanc pro medicis legem promulgaſſe uideatur.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ· διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀῤῥωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id eſt: D

In Epiſtol. graecis uariorum.

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere.

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. II.

CVM igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur, tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

A uſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, ceteriſque eiuſdem generis comprehenduntur, unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud veteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam pauciſsima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobiliſsimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omneſq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno- C quoque exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri ſpero, quod in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſsimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquata, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. de tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ· διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν σύμφωνα τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id eſt:

In Epiſtol. graecis uariorum.

Medicinae ſcientiam hominibus ſalutiferam eſſe, patens eius uſus atteſtatur, & ideo hanc e caelo delapſam philoſophi merito praedicant, ſiquidem cum naturae noſtrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaque nos ſecundum iuſtitiae rationem ſuperioribus regibus conſona obſeruari praecipientes, humanitate noſtra mandamus uos in reliquis temporibus ab omnibus curialibus miniſterijs immunes uiuere.

De conſeruatiuae partibus, & quid tractandum. *Cap. II.*

CVM igitur duae ſint medicinae partes, una curatiua, altera conſeruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Poſtrema haec ab aliquibus in tres partes diuiſa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praeſentem ſanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem iſtae, quamuis ultimo, ſicuti demonſtrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipſae tantum multorum hominum additamentis ſplendorem acquiſiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare auſi forent, tum ob copiam eorum, quae huic parti conſeruatiuae adſerta ſunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praeſtare uiſa eſt: Ea porro, quae ad hanc partem conſtituendam a medicis excogitata atque ordinata ſunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum ſingula uarias ac multiplices res ſub ſe complectuntur, tot namq. praeſidijs bonam ualetudinem conſeruari poſſe, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero ſunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. eſculentis ſiue ciborum ſiue remediorum uſum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni ſubſunt ſudoribus, ſtercoribus, ſputis, urinis, & alijs omnibus ſimilibus continentur. Extrinſecus accidentia aqua, aere, ſalſugine, mari, oleo, & huiuſcemodi

conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, venere, ira, cura, lotionibus, ceteriſque eiuſdem generis comprehenduntur, unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud veteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam pauciſsima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis quod Galenus hanc haud ignobiliſsimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omneſq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoquoque exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis expectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri ſpero, quòd in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto antecellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſsimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. de tu. ual.
3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipſe calor accenditur, D
& ex partium inter ſe attritu ſoliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienſes Apollini gymnaſium ſiue exercitationem conſecrarunt, ſignificantes, quemadmodum auctor eſt Plutarchus, ab eo Deo, qui ſanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari. Neque etiam inconſulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboreſque corporis aeſtimauit, ut Perſis, quos recte inſtituere ſemper ſtuduerat, quaſi legem dederit, ne ipſi umquam ſine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes neceſſarias eſſe. ac cibum, quas illud humanis corporibus praeſtare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac ſpicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum ſeparantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam ſapientem, non ueneficam fuiſſe, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipſa gymnaſijs, ac exercitationibus, & robuſta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem reſtitueret.

viij. Symp. prob. 4.

Lib. viij. de Cyri Paedia.

In Anacharſi.

Quid ſit Gymnaſtica, & quotuplex. Cap. III.

QVATTVOR itaque exiſtentibus illis, quibus tota conſeruandae ſanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem eſſe nemo ſanus negarit: quandoquidem ſi exercitationes ſub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conſeruatoriae parte a nobis declarata ſunt, gymnaſticam, quae de exercitationibus tota eſt, ad eam pertinere rationi conſentaneum eſt: & F
proinde negare nemo poteſt, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Eraſiſtratum, & alios gymnaſticam a medicina ſeiungentes, illam cognoſcere ſpectet, eo praeſertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro ſcriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam ſanam traducendam bona praeſtare, quot & quanta uix ulla alia medicinae inſtrumenta praeſtant. Quod ſi Hippocrates in lib. de Locis in homine ſcripſit Gymnaſticam, & medicinam contrarias eſſe, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de ſola ea medicinae parte ſermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a poſterioribus uocata ſolum uerſatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas eſſe circa corpus humanum uerſantes artes, medicinam, & gymnaſticam, non ob id, quemadmodum Eraſiſtratus & Sectatores, illas ſeiunxerunt, ſed communem hominum loquendi uſum ſecuti ſunt, qui, quoniam poſterius gymnaſtica medicina inuenta, eiq. adnexa eſt, eas diuerſas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid ſit haec ars exercitatoria gymnaſtica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, ſiue deſcriptione petere debemus, quam etſi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno noſtro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc, eſt gymnaſtica eſt quae omniũ exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnaſtica ars eſt ſcientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animad-
B uertendum eſt, Galenum ſcientiam non proprie, ſed communiter, ut plerumque auctores ſolent, accepiſſe, propterea quod gymnaſtica cum pro fine opus habeat, & ſcientiae nullum opus conſiderent, neceſſario a uera ſcientia excluditur; quamuis alioqui cauſſas exercitationis uirium ſaepiſsime contempletur: eſt inſuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnaſticam a paedotribica diſtinxiſſe, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum cauſſas ſpeculatur, imperatque, haec ueluti miniſtra illius exſiſtit, perinde ac gymnaſta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noſcebat, easque, prout ſanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuerſis homi-
C nibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & poſſent, re ipſa demonſtrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus ſub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: ideſt: Paedotribae hoc edocent praeuaricari ſecundum leges, iniuriã facere iuſte, decipere, furari, rapere, uim inferre honeſtiſsime, & turpiſsime. Nam ſi quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aeſtimet, liquido conſpiciet ualde ijs aſsimilari, quae a Polybo ſcripta ſunt, ſicq. gymnaſtam, & paedotribam non parum diſsimiles fuiſſe: uerumtamen, cum interdum unus utriuſq. munus impleret, non immerito exiſtimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem eſſe, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas eſſe diſtinctas uoluit, dum gymnaſticam uocari reſpectu habito ad ſolam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipſa nobilior eſt; paedotribicam

In lib. ad Thraſ.

In primo de dicta.

cam dici ob actum ipſum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac ſi dixiſſet alteram harum ſpeculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam eſſe, quae omnes interdum vna gymnaſticae appellatione a materia, circa quam uerſantur, ut pharmaceutica, ſuſcepta uocarentur; ſicuti ſpeculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine ſaepenumero appellantur. ſed quod uere, ſicuti declarauimus, gymnaſtica talis eſſet gymnaſtaq. & paedotriba differrent, Ariſtotelis teſtimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc ſcriptũ reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῆς περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: ideſt: In cunctis artibus, & ſcientijs, quae non circa partem, ſed circa genus aliquod perfecte exſiſtunt, unius eſt conſiderare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae ſit optima: (optime enim natura diſpoſito, & cui omnia ſuppeditant, optimam conuenire neceſſarium eſt) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnaſticae eſt: Praeterea uero, ſi quis non exactum illum cupiat habitum, & ſcientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnaſtici eſt hac potentiam praeparare: Quibus verbis clare ſatis patet, tum ab Ariſtotele gymnaſticam nuncupari ſcientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnaſticam a paedotriba diſtingui. At ne illos, qui utramque ſub uno gymnaſticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriuſque uim ſimul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnaſticam eſſe facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipſo edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conſeruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem eſſe finem, non ſolum ut plenam atque perfectam, quantum fieri poteſt, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc ſcientiam ab alijs, quae ſimilem formam obtinent: differentem oſtenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipſa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes uerſan-

(Margin letters beside the left column: D, E, F)

A uerſantur, circa quas gymnaſtica medica, ut in ſequentibus ſum demonſtraturus, quando in ſingulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnaſtica locum habuerint ſeparatim planum faciam: nihilominus magnopere inter ſe diſcrepant, cauſſaq. talis differẽtiae nulla alia exſiſtit praeter finem ſingularum, quo fine omnes facultates diſtingui ſcripſit Ariſtoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur ſeſe Dijs rem gratam illis ludis tamquam promiſſam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & reſpub. & Reges, ac Imperatores ſtudebant, quo homines uoluptate demulſi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum eſſe ſcribit Plinius, ut, dum eos inirent, ſemper aſſurgi, etiam ab Senatu, in more eſſet, necnon ſedendi ius in

Lib. xvj. cap. 4.

B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipſis, patribusq. & auis paternis, quod tamen ſeruis, quando illi ſimiles ludos inibant, conceſſum fuiſſe minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoſcere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronenſis habebit, qui omnium diligentiſſime, ut eſt ipſe omnium ſaeculi noſtri in hiſtorijs longe uerſatiſſimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui poſſet athleta aduerſarium ſuperare, & coronam praemiaq. propoſita conſequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati ſunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes ſub nomine uitioſae gymnaſticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus eſt: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud

C agebant, niſi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus poſtea, cum oportebat, hoſtes in pugna uincere poſſent: atque harum exercitationum diſciplina uſque adeo ſeuera apud maiores ſeruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod ſcribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profeciſſent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam ſub praeſentia praefecti tribunorum, vel principum experimentis datis oſtendiſſent ſe omnes militiae exercitationes compleſſe. Ex quibus omnibus manifeſtum eſt gymnaſticam noſtram a praedictis differentem eſſe, & ideo ſumma cum ratione a nobis in illius definitione poſitum finem fuiſſe, qui eſt gratia ſanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnaſticae genera orta ſunt, apud ueteres exſtiterint, atque omnes

Lib. 1. de re mil. ca. 13.

omnes in unum publicae felicitatis finem relati ſint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharſi dialogo: qua una il-
lius oratione, tota haec ſententia noſtra haberi rata mereretur, ni-
ſi Platonis & aliorum inferius explicanda teſtimonia accederent.

De gymnaſticae ſubiecto, & eius laudibus. cap. IV.

CVM iam gymnaſticam, quid ſit, ſatis (niſi fallor) expli-
cuerimus: eamque ab affinibus facultatibus ſeiunxeri-
mus: reliquum eſt, ſubiectum illius, quale ſit, conſide-
rare: nam ſicuti nulla reperitur ars, ſiue illa ſit archite-
ctonica, ſiue ei ſubiecta, quae finem operationum ſuarum aliquem
non habeat, pariter nulla eſt, cuius ſubiectum aliquod non liceat
proprium aſsignare, circa quod tota illius operatio uerſetur: & E
quamuis idem ſubiectum ſaepenumero plurium artium eſſe ui-
deatur, ſi tamen res exacte perpendatur, cunctarum ſubiecta ar-
tium finibus ipſis inter ſe diſtingui apparebit, eo quod idem ſane
aliquo pacto, ſed ſub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab
unaquaque conſideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod
pluribus artibus, atque diſciplinis re uera ſubijcitur, tali pacto ab
una conſideretur, quo non ab alia: ſiquidem, prout naturale,
atque mobile exſiſtit, Phyſicus illud contemplatur: prout ſanitatis,
uel morbi capax, Medico ſubijcitur: prout ἐυεκτον, ideſt boni habi-
tus ſuſceptibile, a gymnaſtica, ſiue conſeruatoria, quae medicinae
ſubijcitur, & de qua nobis futurus eſt ſermo, conſideratur. Corpus
itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & ſa
nitatem conſeruare in ſeipſo natum eſt, gymnaſticae ſubiectum F
eſſe definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad
Thraſybulum ſcripto luculentiſsime declarauit: neq. propter hoc
inferendum eſt, illum ſibi ipſi contraria dicere, cum alias gymna-
ſticam a medicina ſeiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit,
gymnaſticam medicinae quidem partem eſſe, ita tamen, ut, ue-
luti pars a ſuo toto aliquo modo ſeiungitur, ſimiliter gymnaſtica
a medicina diſtinguatur: medicina enim ſanitatem, atq. morbum
in corpore humano conſiderans, alterum expellere, alteram com-
parare, & conſeruare nititur: at gymnaſtica in corpore ſano bo-
num habitum generare, eumq. tamquam ſanitatis uel partem, uel
cauſam conſeruantem retinere conatur,: & ob id tanta fuit apud
ueteres huius exiſtimatio, ut Plato, atque Ariſtoteles (ne alios
quamplures recenſeam) eam rempub. haud optimam eſſe poſſe
cenſuerint,

A cenſuerint, in qua talis ars deſideraretur; nec immerito quidem;
quoniam ſi animi ſemper habenda eſt cura, neque ille abſque cor-
poris auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profecto
ſtudendum eſt corporis ſalubritati, bonoque habitui, ut & animo
inſeruire, & eius operationes nequaquam impedire, ſed adiuuare
poſsit: propter quod in Protagora Plato eum eſſe claudum appel-
landum dixit, qui ſolum animum exercens, corpus ignania atque
otio conſumit. Quantum porro ars gymnaſtica ad hunc habitum
adipiſcendum, ſanitatemque tum conſeruandam, tum etiam repa-
randam conferat, ut Platonis, & Ariſtotelis certiſsima teſtimonia
praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui ſe infinitos
prope imbecilles ad bonum habitum reuocaſſe, & innumeros item
alios, ne in morbos laberentur, ſola gymnaſtica conſeruaſſe gloria-
B tus eſt, ut nullo pacto nobis mirandum ſit, ſi maiores noſtri uſque
adeo corporis exercitationes aeſtimauerint, ut non tantum publi-
ca, eaque praeclariſsima exercendis corporibus loca, qualia gym-
naſia, & Romanae thermae fuerunt, exſtruxerint, uerumetiam in
quibuſuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id
deſignaretur, & quotidie in uſu eſſet.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnaſtica, Cap. V.

QVAMVIS Galenus medicorum omnium poſt Hippo-
cratem princeps eius ſententiae fuerit, quod gymna-
ſtica ars Homeri tempore nondum reperta eſſet, ſed
ſolummodo paullo ante Platonis tempora principium
C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipſomet Poeta deſcripto
ſemina quaedam illius iacta fuiſſe, quaſique primordia eluxiſſe ue-
riſimile uidetur, niſi quoq. fateamur potuiſſe faciliter multo prius
exſtitiſſe, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam,
& ad regulas, artiſq. formam redactam eſſe, aut ſcriptores, qui il-
lam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuiſſe, id quod
credere non eſt penitus abſonum, ſi quod alibi Galenus ſcriptum Primo de
reliquit, uerum eſſe non negamus, cunctos homines ad muſicam, tu.valet.
atque gymnaſticam propenſos naſci, nec quidnam reperiri, quod
corpus, atque animum hiſce duabus magis componere, & ad bo-
nam frugem inducere queat contra Aſclepiadas iniuſtos omnium
exercitationum & aeſtimatores, & damnatores: ut his rationibus
gymnaſticam naturalem homini eſſe, & iccirco ſemper exſtitiſſe
perſuaſum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymna-
ſticae

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potue- D runt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homi- E nes temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſsimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισιν θ':

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe F
Mittentes:

Et vigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & ſequentibus omnibus ſatis perſpicuum eſt, primis illis ſaeculis exercitationum finem fuiſſe tum delectationem quandam, & praemia conſequendi ſpem, tum ab bellorum, hoſtiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Poſt ea tempora cum Deorum cultus, & ſacrificiorum celebrationes excreſcere coepiſſent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cōcurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus inſtitutae ſunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores deſiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare ſolent, ſtatuebantur ipſis certaminibus optatiora, atque praeſtantiora, ſicut innuit Ariſtoteles: in his exercitationibus, quoniam homines praemiorū gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- B pati fuerūt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipſum ludi nomen obtinuit, quod non ſolum in Deorum feſtis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra inſtituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuſcemodi certamina peragebantur, ſicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Piſis, ſiue in Elide, & Nemea apud Cleonas: Iſthmia in Iſthmo ipſo, Pythia Delphis apud eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, ſaeculares, & alij huiuſcemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores conſtituebantur, uti non modo in conuentu ſtantes cum palma & corona laudes ferrent: ſed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in ſuas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur, C aereq. pub. perpetua uota conſtitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non ſit nobis loquendum, ad rem noſtram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi ſoli exercitationum fines exiſtere: uerum enim uero creſcente luxu, multisque a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam ſanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes inſtitui coeptae ſunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut ſcribit Plato) gymnaſticam, quae prius in ſacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus ſolum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea ſententia nil aliud fuit, niſi certamina illa & exercitationes, quae ſolum pro coronis & praemijs ac militari diſciplina aſſequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in uſu erant, ad ſanitatis conſeruandae, & boni habitus acquirendi

finem

In 5 parti. prob. 8.

Tertio de repub.

finem traducere, quas poſtea exercitationes cum primi illi, atq. etiã D
poſteriores gymnaſtae a medicis & philoſophis, ut uериſimile eſt,
moniti mirũ in modũ corporibus conferre didiciſſent, alia mode-
rantes, alia addẽtes, necnon a publicis ad particulares, & propria lo-
ca transferentes, tandem regulis quibuſdã praeceptis, ac terminis
concluſerunt, atq. ita artem totã pepererunt γυμναστικὴν uocatam
ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, i. ab exercendo, quaſi nullus alius finis eſſet,
quã ob habitum corporis bonũ obtinendum ſanitatemq. conſeruã-
dam exerceri, hoc autẽ primos omniũ effeciſſe Hippocratẽ, Dioclẽ,
Praxagorã, Eraſiſtratum teſtatus eſt Galenus 38. cap. lib. ad Thraſy-
bulum. Quamobrẽ ex his clarũ factum arbitror quomodo ars gym-
naſtica principiũ, incrementa, & ſtatum, necnon quo tẽpore ſuſce-
perit. Siquidẽ primũ in bello Troiano dum milites Graeci in arenã
ex nauibus deſcẽdentes (unde poſt emanaſſe prouerbiũ In arenam E
deſcendere opinor) inter ſe certantes ad bellũ exercebantur tũc ap-
parere coepit, artiſq. agoniſticae, & gymnaſticae nomen etiã acce-
pit. Poſtea ad ſacrificia & hominũ uoluptates traducta non modo
praedicta nomina retinuit: ſed etiã athleticae appellationẽ cõſecu-
ta eſt, & apud Galenũ uitioſa gymnaſtica nominata fuit. Demũ ad
gymnaſia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniũ ſanitate
tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & ſub normis cõclu-
ſa gymnaſticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora
„ fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor
„ dolet mihi, quem ſcio nunc ut ſum, atque ut fui olim, quo neq. in-
„ duſtrior de iuuentute erat arte gymnaſtica, diſco, haſtis, pila, curſu,
„ armis, equo. Verũ enim vero haec ars (ut teſtatum reliquit Marcus
In ſecundo de re ruſti. in prooe. Varro) apud Graecos ſolũ in uſu uiguit, quamdiu rura colentes Ro F
mani & cultura foecundiſsimos agros habuerunt, & ipſi ualetudine
firmiores exſtiterunt: ſed poſtquã creſente deſidia in opidis otiari,
quam ruri laborare maluerunt, Graecorũ urbana gymnaſia ita fre
quentiſsima extulerunt, ut idẽ Varro conqueſtus ſit ſuo tẽpore uix
ſingula ſatis fuiſſe, quae profecto, dum Roma ſub Imperatoribus
floruit, omniũ maxima & ſpecioſiſsima fuerãt: at deinceps Roma-
no Imperio declinante, ceteriſq. in peius ruentibus una etiã deſtru
cta fuerũt, & ſimul cũ ipſis ars non paruam iacturã paſſa fuit, quam
a Varronis temporibus uſque ad Imperij Romani inclinationem
in frequentiſsimo uſu habitam fuiſſe quiſq. intelligere poteſt, qui
omnes medicos ea aetate Romae aeſtimatos paſsim in morbis cu-
Lib. 3. ſym pto. 6. randis & ſanis conſeruandis exercitatoriam artem adhibuiſſe ab
eorum, quae ſuperſunt, ſcriptis obſeruarit, aut qui Plutarchum

A omnes ſua aetate exercitationibus occupatos fuiſſe ſcribentem le-
ctitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc hone- Li. 14. cap. 22.
ſti vſus gratia inuectas fuiſſe, ſed nonnullas & peregrinas praeſer-
tim ad excitandam ſitim quaeſitas eſſe praedicat. Itaque valde allu-
cinatum fuiſſe Budaeum puto, qui in ſuis ad Pandectas adnotatio-
nibus Romanos gymnaſiorum, & palaeſtrae exercitamentis mi-
nime vſos, nulla firma ratione probat.

De Gymnaſiis Antiquorum. *Cap. VI.*

GYmnaſticam, ſiue exercitatoriam in certis locis fieri ſoli-
tam, quoniam ſupra ſtatuimus, rationi modo conſen-
taneum eſt, quid loca ipſa, & qualia forent, planum
B facere. Nam loca illa nil aliud fuiſſe, quam gymnaſia
nuncupata, ex multis, & praeſertim ex verbis Galeni in ſecundo
de tu. val. ſcriptis manifeſto comprobatur, vbi narrat gymnaſium
fuiſſe publicum in ſeparata vrbis regione locum exſtructum, in
quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, diſcum iactabant, aut ta-
le quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerũt, quoniam
exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim
antiquiſsima vox etiam denudari ſignificare videtur, vnde Mar-
tialis libro tertio.

Gimnaſium, Thermae, Stadium eſt hac parte, recede
Exſuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardeſenes apud Euſebium lib. vj. de praeparat. Euang. cap.
viij. Graecos ait non potuiſſe vlla vi ſyderum prohiberi, quin in
C gymnaſijs nudis exercerentur corporibus. Quamuis etiam quan-
doque ſub nomine gymnaſij omnem locum, vbi exercerentur,
comprehenſum fuiſſe reperiatur: ſicut poſtea haec vox ad alia quo-
que tranſlata eſt, quemadmodum apud Ioſephum videre licet, qui
in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnaſia nuncupata
eſſe demonſtrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripo- „
lim, & Damaſcum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gym- „
naſia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cõdidit. Haec loca „
a Vitruuio, Celſo, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus
palaeſtras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tem-
peſtate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitiſſe palaeſtras,
ſiue gymnaſia, quandoquidem is libro architecturae earum aedifi-
cationes traditurus Italicae conſuetudinis nõ fuiſſe praedicit: Nam
qui primi gymnaſia exaedificaſſe creduntur, fuerunt Graeci, ſi

In Anach. Dialogo. credendum eſt Soloni apud Lucianum,& M. Tullio Ciceroni, qui D in ſecundo de Oratore ſcribit, gymnaſia delectationis,& exercitationis gratia ab ipſis primum inſtituta fuiſſe. Inter Graecos autem primi exſtiterunt Lacedaemones, ſicut Athenaeus ex Ippaſi ſententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipſa omnium praeſtantiſsima, atque ſpecioſiſsima conſtruxiſſe ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos verſus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinoſae
Ledaeas Lacedaemonis palaeſtras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam deſcribit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate ſua E ante floruiſſe narrat, ibi gymnaſia exſtaſſe ſcribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte diſcernere nequeo, niſi totam illam Critiae narrationem fabuloſam credamus. Poſt Lacedaemonios Athenienſes quoque ſua gymnaſia erexerunt, in quorum vrbe tria extitiſſe teſtantur Pauſanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philoſophiam ſuam profeſſus eſt; alterum λυκεῖον, ubi Ariſtoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum In Anach. fuiſſe legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, ſpurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: ſi quidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac ſpurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles eſſent, cum ijs conſuetudinem, aut communem ſeſe exercendi locum habere recuſarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philoſtratus in F vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Athenienſium tria fuiſſe gymnaſia, quod licet extra vrbem eſſent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima eſſent vrbi, in ea fuiſſe dici potuerit. In his etenim mortuos quoque ſepeliendi conſuetudinem Graecos ha- 4. Epiſt. famil. epiſt. 12. buiſſe ſcriptum eſt apud Ciceronem, cui Seruius ſe Marcellum interfectum in Academia Athenienſium nobiliſsimo totius orbis gymnaſio ſepeliuiſſe ſcribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritiſsimus inueniſſe ſcribit in veſtigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraeſentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnaſia, vbi corpora exercerentur, fuiſſe puto: ſed loca, in quibus aut diſciplinarum, & aliarum artium ſtudijs opera dabatur, vel feſta aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico feſta Panathenaica. Corinthum quoque gymnaſiũ habuiſſe

Craneum

A Craneum vocatum, auctor eſt Laertius libro tertio. Romani poſtremi omnium gymnaſia palaeſtras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen ceteros quoſcumque tum magnificentia operum, tum inaeſtimabili pulchritudine in hoc genere anteceſsiſſe, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc vſque diem non ſine omnium ſtupore perdurantia conſpiciuntur, facile conuincitur. ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcripſit Martialis lib. vij. In libro de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnaſia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vſum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, ſicut etiam interdum Thermae ſignificant eam gymnaB ſij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda lauatio ſitae erant, vt ex multis auctorum teſtimonijs, & praeſertim ex Martialis verſibus nuper citatis clare perſpicitur. Gymnaſium, thermae, ſtadium eſt hac parte. His omnibus poteſt iam vnicuique perſuaſum eſſe, quantum in errore verſatus ſit (inuitus fateor) Blondus Foroliuienſis conciuis meus, qui in ſecundo Romae inſtauratae commentario thermas ſolum ad lauandi vſus inſtitutas fuiſſe ſcripſit. Porro ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Ariſtotelem in gymnaſijs philoſophari conſueuiſſe; ſcire debet in huiuſcemodi locis varia hominum genera conuenire ſolita fuiſſe, quae omnia in ſequenti capite a nobis ſigillatim demonſtrabuntur: tanta enim erat huiuſcemodi locorum capacitas, tamq. ſpatioſa amplitudo, vt abſque vllo impedimento diuerſae, ac fere innumerae exercitationes, & corpoC rum & animorum peragi poſſent, quemadmodum ex Vitruuij allata deſcriptione perſpicere quiuis mediocriter hac in re verſatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuerſam ex Octauij Pantagathi viri tempeſtate noſtra ſummi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipſa diligentius conſiderata (vt ſemper curae poſteriores eſſe meliores ſolent) caſtigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correſpondentem exhibemus. ad quod agendum clariſsimus Aloyſius Mocenicus, Franciſci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob ſingularem eruditionem apud omnes ſpectatiſsimi, necnon Andreas Palladius priſcae totius architecturae peritiſsimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque ſcientiae ſtudioſis

B ij probata

probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaeſtrae ratio fuit incognita, ſic in poſterum clara, atque manifeſta futura ſit. Immo vero, ſi Octauius ipſe reuiuiſceret, nó dubitarem, vt erat homo ſanctiſsimus, atque doctiſsimus, quin etiam ipſe huic deſcriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, ſed in aliquibus tantum melius ordinato libentiſsime ſubſcriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri poſſe docet. D

De palaeſtrarum aedificatione & xyſtis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.

NVnc mihi videtur (tametſi non ſint Italicae confuetudinis) palaeſtrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos conſtituantur monſtrare. In palaeſtris periſtylia, quadrata, ſiue oblonga ita ſunt facienda, vti duorum ſtadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον. ex quibus tres porticus ſimplices diſponantur, quartaque quae ad meridianas regiones eſt conuerſa duplex. vti cum tempeſtates ventoſae ſunt, non poſsit aſpergo in interiorem partem peruenire. Conſtituuntur autem in tribus porticibus exedrae ſpatioſae habentes ſedes, in quibus philoſophi, rhetores, reliquique qui ſtudijs delectantur, ſedentes diſputare poſsint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem eſt exedra ampliſsima cum ſedibus, quae tertia parte longior ſit, quam lata) ſub dextro coriceum, deinde proxime coniſterium, a coniſterio in verſura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad ſiniſtram ephebaei elaeotheſium, proxime autem elaeotheſium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in verſura porticus. Proxime autem introrſus e regione frigidarij collocetur concamerata ſudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in verſuris ex parte laconicum ad eundem modum (vti ſupra ſcriptum eſt) compoſitum. Ex aduerſo laconici calidam lauationem. In palaeſtra periſtylia (quemadmodum ſupra ſcriptum eſt) ita debent eſſe perfecte diſtributa. Extra autem diſponantur porticus tres, vna ex periſtylio exeuntibus, duae dextra, atque E F

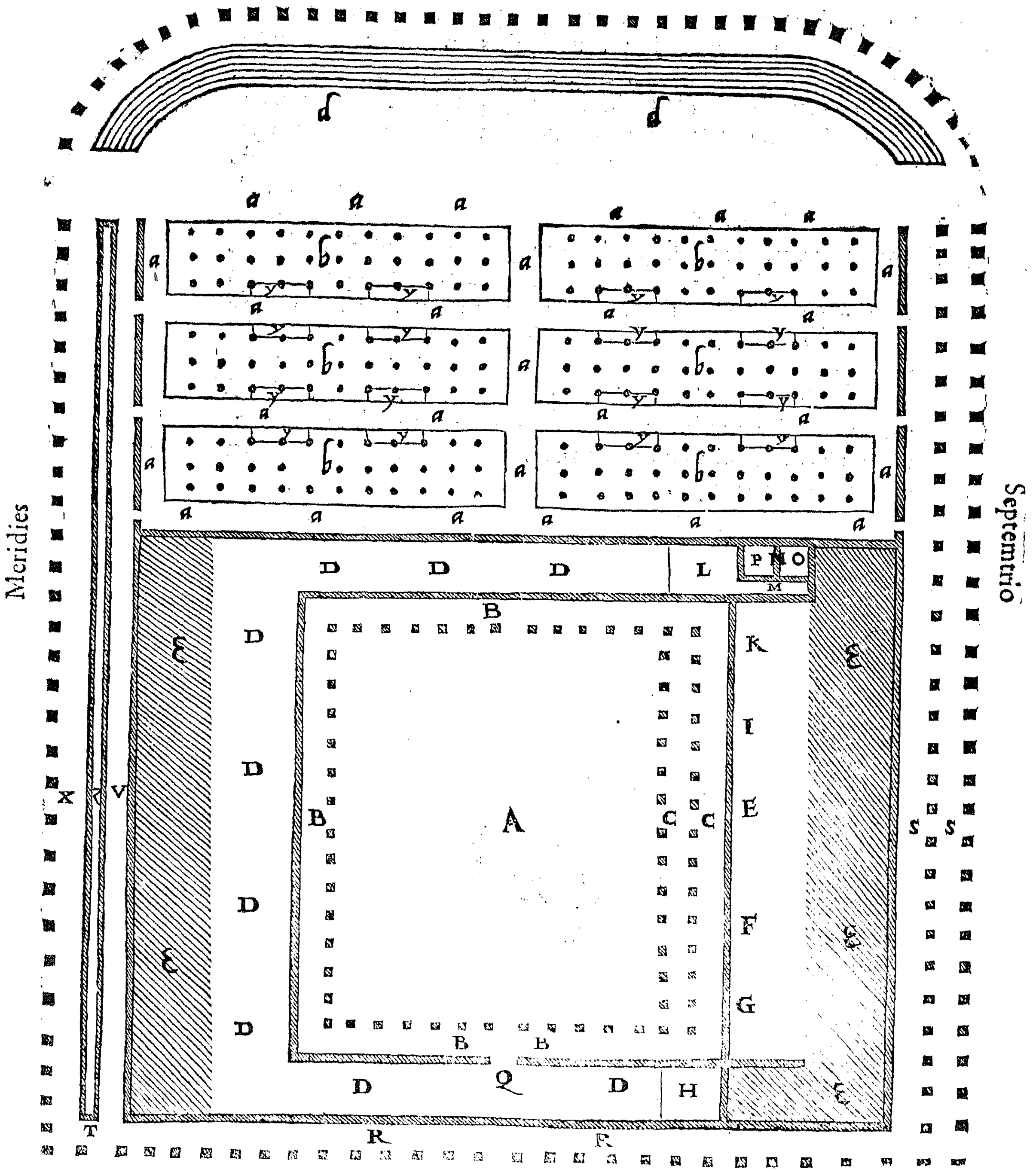
ſiniſtra

A ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus vna, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, vt in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, &

B duplicem porticum deſignentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci παραδρομίδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſsint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria videbantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.

Figura palaeſtrae cum periſtylio quadrato

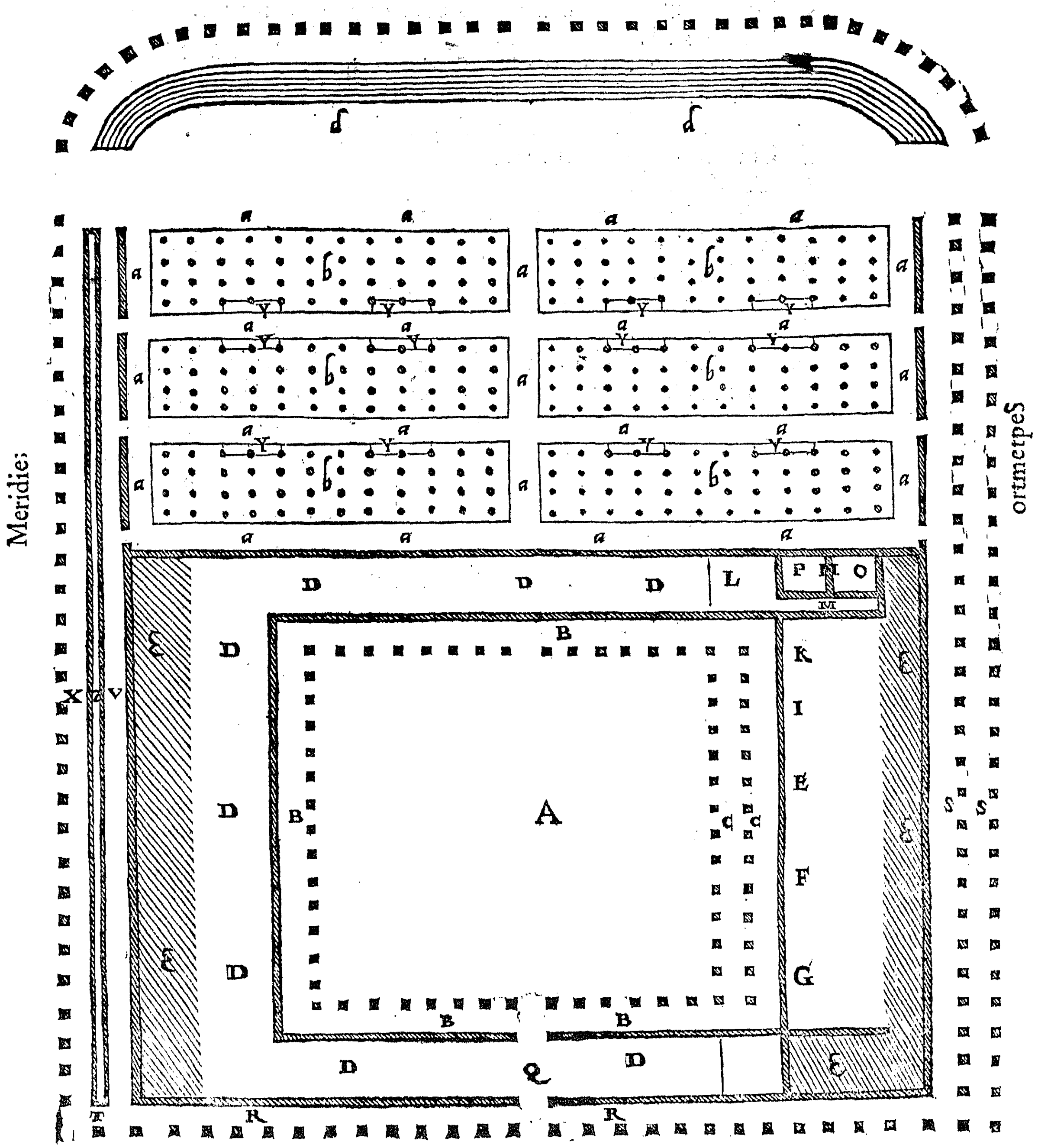
Occaſus



Ortus

Figura palaeſtrae periſtylio oblongo

Occaſus



Ortu

A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum ſtadiorum. D

B Tres porticus ſimplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.

D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.

E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.

F Coriceum a parte dextera.

G Coniſterium.

H Frigida lauatio in verſura porticus.

I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.

K Fridarium.

L Iter in propnigeum in verſura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex vna parte P laconicum; Ex altera O calidam lauationem }

Q Exitus e periſtylio

R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.

S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex ampliſsima latitudine, & ſtadiata.

T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere ſignino.

δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.

ε Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaſtrae neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

De

A *De varijs hominum generibus, quae in gymnaſia conueniebant.* *Cap. VII.*

TAnta, adeoque varia hominum in gymnaſijs conuerſantium erat multitudo, vt, referente Galeno, ſaepenumero inter ipſos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & inſuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore ſuo teſtatur fieri ſolitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti ſoliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne ſingulos enarrando nimis a propoſito recedam, praecipua quaedam ipſorum genera perſequar. Primum itaque genus in gymnaſijs conuerſantium erant Philoſophi, Rhetores, reliquiue, qui ſtudijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter ſeque diſputabant, ſicuti Iuuenalis his verſibus demonſtrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: (10. meth.) (Epiſt. 57.) (B)

Sed vos ſaeuas imponite leges. (Saty. 7.)
Vt praeceptori verborum regula conſtet,
Vt legat hiſtorias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. ſuos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchiſae nomen, patriamq. Nouercae.

Et ſicuti etiam Galeni teſtimonio comprobatur, qui Theagenis cuiuſdam philoſophi Cynici in Traiani gymnaſio quotidie publice diſputantis mentionem facit: Tria enim fuiſſe Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoſcitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnaſia publica, & ἀκροατέρια. Inter quae ſcholam medicorum appellatam ſiquis recenſeat mea ſententia a vero non errabit. fuit autem ea in Eſquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatiſsima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praeſertim a Ligorio obſeruatum fuit. Quid potiſsimum in hac ſchola fieret, nondum apud quemquam legi. At exiſtimo praeter diſpoſitiones, & alia medicinae ſtudioſorum exercitia ſimile quid tractari ſolitum fuiſſe, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & ſcholam eiuſmodi proprios tabularios habuiſſe, oſtendit marmor cum hac inſcriptione Romae ad D. Sebaſtiani repertum. (13. Meth.) (In lib. de libris ꝓprijs) (C)

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adoleſcentes, qui vt exercitationũ obſeruatio
nes, atq. modos addiſcerẽt, ad gymnaſia accedebãt, vbi a gymnaſtis
ipſis quaſcumq. cupiebãt exercitationes, edocebãtur; Adoleſcẽtes
liberos palaeſtrã ediſcere ſolitos fuiſſe facile cõuincitur ex illis Par
menonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereã ſub forma Eu- In Eunucho.
nuchi Thaidi offerẽs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaeſtra, in
„ muſicis, q̃ liberũ ſcire aequũ eſt adoleſcentẽ, ſollertẽ dabo. id qđ cla
„ rius infra demõſtrabo. Tertiũ genus erãt Athletae qui ibi ſe exerce
bãt, vt in publicis ludis, ſeu in ſacris certaminibus poſſent & popu-
lũ delectare, necnõ victoria ac praemijs potiri. & qđ hoc fuerit, p̃-
ter Vitruuij auctoritatẽ Suetonius clariſsime demonſtrat dũ refert E
Neronẽ quandoq. gymnaſiũ ingredi ſolitũ, vt certãtes athletas ſpe
ctaret. Quartũ genus erant oẽs illi ſiue nobiles, ſiue ignobiles, q̃ vel
militaris diſciplinae, & fortitudinis, vel tuẽdae ſanitatis, & boni ha-
bitus cõparandi gratia varijs exercitationũ generibus incũbebant,
de prioribus eſt locus apud Caſiodorũ lib. v. epiſt. 23. male a Pame-
lio in adnot. ad Tertulliani lib. de ſpect. intellectu, vbi ita ſcribit.
Oſtẽt iuuenes noſtra in bellis, qđ in gymnaſio didicere virtutis. In
poſterioribus vero Galenũ noſtrũ numerare poſſumus, cũ ſcribat In 1. de artic.
ſe anno aetatis ſuae trigeſimo quincto paſſum fuiſſe luxationẽ ſum
mi humeri in palaeſtra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabãtur, li-
cet. n. frictiones fierẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilo-
minus multi quoque ſine vlla exercitatione ſeorſum ab alijs, vt de 2. đ tu. val.
Veſpaſiano tradit Suetonius, ſolũ fricabãtur, quod intelligi põt ex F
Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã a reliquis diſtin-
guẽte. Sextũ genus erãt, q̃ lauabãtur, atq. hi erãt tũ nobiles, tũ igno
biliores. Hoc tamen intererat, qđ diuites, atq. primates labra, & co
lymbithras proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, vbi ſoli di
uerſis tẽporibus lauabãtur, multi erãt q̃ etiã ſolia vel lignea, vel ar-
gẽtea (qđ recitat Plinius) ſecũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt vbi
viliſsimi quiq. ponebãt, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum
Imperatorẽ lauari ſolitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caeſar.
feciſſe ſcribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in
gymnaſijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum vel balnearũ
gratia vngebantur. Ab his poſtremo omnibus non pauci ſpectato-
res (ne miniſtros, de quibus infra loquemur, nunc recenſeam) in
gymnaſia conueniebant, qui nõ ob aliud, niſi ad videndos exerci-
atores

A citatores ut pote otioſi & nullis negotijs occupati eo accedebant.
Quo in loco id etiã animaduertendũ cẽſeo, diebus feſtiuis gymna-
ſia magis frequentata fuiſſe, quando artifices, aut alijs ſeruitijs detẽ
ti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã
uerſabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uerſarẽ
tur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare auſim, niſi quod Roma-
nã maieſtatẽ illud dedecuiſſe videtur, facileq. fieri poteſt, ut impu-
rae aliquae & ſpectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martia
lis innuũt, publice verſarentur in gymnaſijs, necnon in locis ſepara
tis, quae ibi lauãdis feminis ſolis exſtructa eſſent, perinde ac in pri-
uatis balneis honeſtae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri
loco natae, quã illuſtriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore Lib. 2. cap. 41.
referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas aſinas
B feras per omnia ſecum trahebat, & balnearum etiam ſolio totum
corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum ſcripſit.
aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.
Spirat &
Incipit agnoſci, atq. illo lacte fouetur
Propter quod ſecum comites educit aſellas, in quem dealbãdi cor-
poris uſum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphroni
trumue in balneis uſurpaſſe meminit Galenus. Atqui Spartano- Primo de alim. fac.
rum mulieres una cum uiris in palaeſtris exerceri ſe conſueuiſſe,
praeter alios, ſatis teſtatum facit Propertius libro tertio

Multa tuae Sparte miramur iura palaeſtrae,
Sed mage virginei tot bona gymnaſij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & verſi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas ſtat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris
Miſsile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorũ more quiſquam mirari debet, quando &
Plato in quincto de repub. grauiſsimis argumentis probauit ad fe-
licem rerum publicarum ſtatum maximopere conducere, ſi mulie-
res tam iuuenes, quam ſeniores vna cum viris nudae in palaeſtris,
atq. gymnaſijs exerceantur, quod an ſapienter decretum fuerit, &
an ad continentiam temperantiamue ex conſuetudine cõſequen-
dam, vt Platoni in animo erat, conferret, non eſt locus examinãdi.
De

De Gymnaſiorum diuerſis partibus. *Cap. IIX.* D

VITRVVIVM qui Auguſti Caeſaris aetate floruit, ſolū palaeſtras graecas tradidiſſe ex ipſius verbis cōſtat, quādo nondū Romani Imperatores ſuas exſtruere coeperant, quas poſtea exſtructas ſicuti in multis Graecorū gymnaſijs ſimiles fuiſſe probabile eſt, ita pariter veriſimile ſit Romanos (vt ſolet eſſe poſteriorum in excolendis rebus mos) plura ſuis addidiſſe, quae vel Graecos latuerant, vel parū ab illis aeſtimata fuerant: Quocirca partes gymnaſiorū magis principales explicaturus haudquaquā ſolas a Vitruuio ſignificatas in medium afferā, ſed illas nullo ſitus ordine ſeruato enarrabo, quas diſperſim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipſius ratio expoſtulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaeſtris extitiſſe: quāquā Vitruuij E auctoritatem nunquā multi faciendā exiſtimaui, nempe quē παραδοξόλογον & ſua aetate minime aeſtimatū puto, quod enim ab Auguſto nullis egregijs Fabricis, niſi ſolis Baliſtis praefectus fuerit, quādo ſcilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exſtruebātur, quod etiā a nullo fere poſteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquā in capitum Plinij librorū catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, vel ſaltem adulteratus putatur, magnā certe ipſius exiſtimationis ſuſpicionem merito parit. Ergo primae gymnaſiorū partes fuerunt porticus exedris ſiue cubilibus apertis plenae, in quibus philoſophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. diſciplinarum amatores diſputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum ſitas fuiſſe, conijcere poſſumus tum ex ipſa figura, tum ex prouerbio inde nato (Diſcū quā F philoſophū audire malūt) quod in eos dicebantur, qui in eodē gymnaſio inter philoſophos ſedentes, atq. inde diſcorū crepitus audientes relicta ſapiētiae ſchola ad proximū certaminum locum erumpebant. In exedris philoſophorum adoleſcentes atq. pueros illos, qui diſciplinarum ſtudijs operā nauabant, verſatos eſſe rationi conſentaneum eſt: quod eſſent illae veluti ſcholae quaedā vbi poſſent facillime poſt animorū exercitationes corpora ad ſanitatē, vel fortitudinē iuuenes & pueri exercere, ſubindeq. lauari. extat enim Lampridij auctoritas, Alexandrū Seuerū poſt lectionem operam modo palaeſtrae, modo ſphaeriſtirio, modo curſui, modo lenibus luctis dediſſe, mox balneum introiuiſſe. Inter has adnumero quoq. medicorum ſcholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi veriſimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercēdi genere pactio-

nes

A nes facere ſolitos, qui ſimul exerceri, ac certare volebant: quamquam ſciam Philandrum eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes excerentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe exiſtimo, quam Gulielmum Choulum, qui in ſuo de antiquorū exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrū uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum ſextū annū pueros commercium ullum habere uetabāt, hoc uerū fuerit affirmare nō auderem. Neq. itē negare poſſumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe, cū is cuiuſdā aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiuerat, mentionem faciat: & praeterea in ſecūdo de tu. ual. ſic ſcribat: οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναρριχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες. i. Sic autem, & quicunq. per funē ſcandit quemadmodum B pueros in palaeſtra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis conſtaret, etiāſi id quoque Plautus in Bacchidibus apertiſſime teſtatus nō eſſet, ubi Lydus Piſtocleri paedadogus patrū erga filios ſui temporis indulgentiā taxās de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Lib. de pe. ad Poſth.

Nego tibi annis viginti fuiſſe primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem vt efferres ex aedibus
Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras
Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum
Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.
Ibi curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila
C *Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.*

Vnde mihi cōijciendū uidet pueris ſummo mane palaeſtrā adeundi praeceptū fuiſſe, ut uirorū, qui tūc non aderant, cōmercium uitarent, atq. etiam litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet. etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrūque agere uolebant, inſeruiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Niſi enim Coriceū apud Vitruuiū talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniū maxime neceſſaria extitiſſe dicendum eſſet, quā non ſolū in publicis gymnaſijs, uerū etiā in priuatis affuiſſe credo, ſi quidem Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae

Lib. 1. & 5. Epiſt.

ſuae

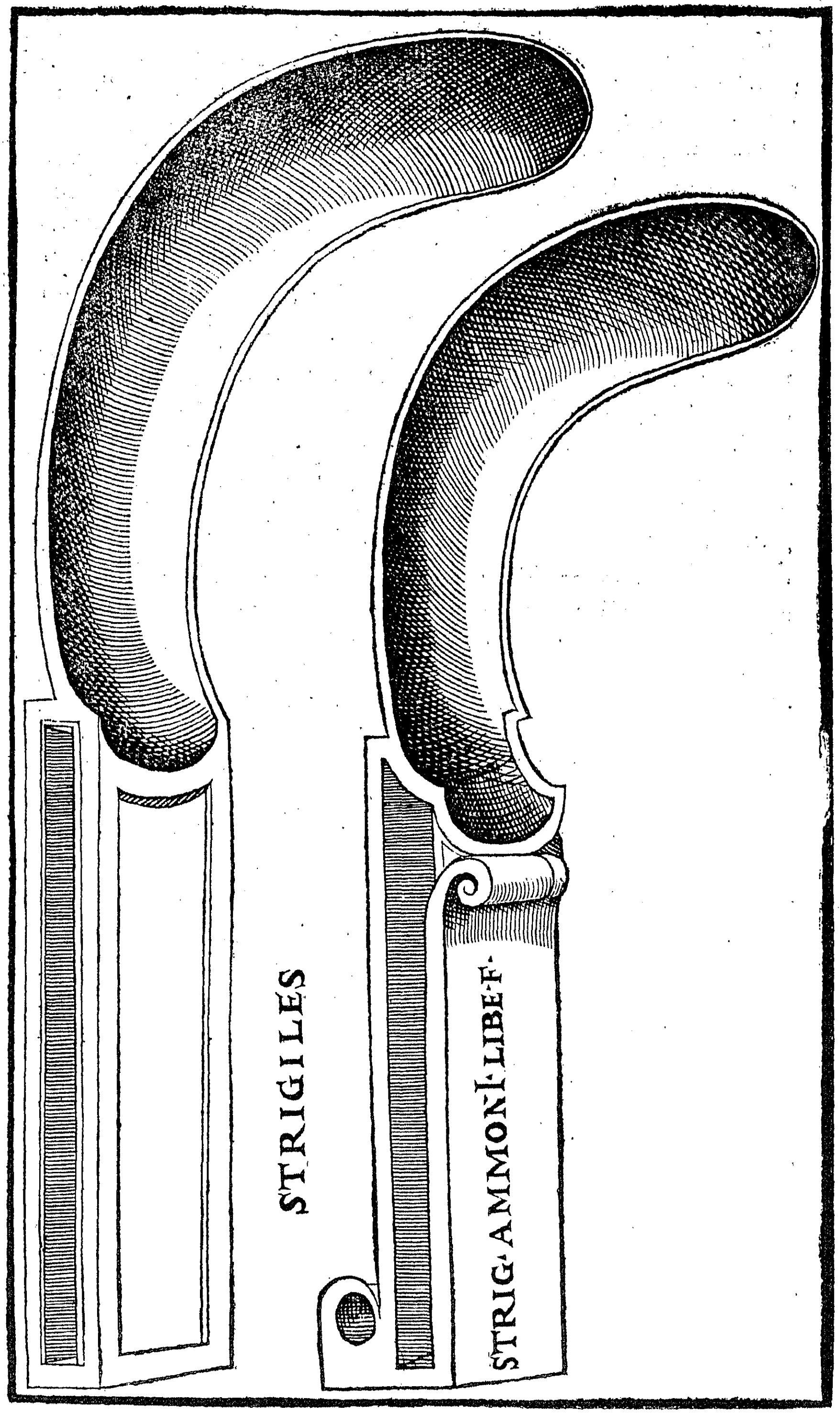
ſuae Laurẽtinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat:unde D
illorũ ſentẽtias probare nequeo, q Coryceũ in Vitruuij textu legẽ
dũ putarũt a coryco pilae ſpecie,quaſi ibi ludus talis agerẽt aut cou
riceũ pro tonſtrina,aut coriceũ tãquã in eo puellae,& virgines κο-
ραὶ a Graecis uocatae exercerẽt. Quarta pars erat eleothcſiũ a Iu-
Li.2. epiſt. lio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ,atq. in
iſto luctaturi,& alias exercitationes, uel balneas inituri ungeban-
tur,redungebãturq.. Sed,quoniã opportunitas rei poſtulare uide-
tur,ut de hoc gymnaſtico ungẽdi munere uerba faciã,neq. Metro
dori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab
Athenaeo liber hodie extat,quattuor ego dicã: primũ,quãdo,& q
ungerentur: ſecundũ,quae eſſet unctionis materia: tertiũ,cuius fi-
nis gratia ungerẽtur: quartũ,quo modo,& a quibus unctio admini
ſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exercitaturi in gymnaſiũ uenie- E
bãt,maiori ex parte ſpoliabãtur in apodyterio: poſtea horũ nõnul-
li,& praeſertim qui uel luctã,uel pãcratiũ inire intendebãt,(nã pu
gilatores,curſores,ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ in-
gredientes ungebãtur,atq. itã uncti ad locũ,vbi erat puluis,de quo
loquar inferius,trãſeuntes puluere cõſpergebantur,ſicq. deinceps
in exercitationes diuerſas diuerſi prodibãt: poſtquã u. ro ſeſe,quã-
tum libuerat,exercuiſſent,iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Me
diaſtinis,& Reunctoribus ſtrigilibus ferreis,de quibus Martialis,

Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,
Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur,in qua deterſione oleum, puluis,& ſudor,quae de
radebantur,ſimul mixta in uſum medicum adſeruabãtur,& ab At-
Lib. 1.c.3. ticis κονίσαλος,ab alijs vero πάτος uocabatur,ut ex Dioſcoride,Pli F
Lib 34.c.8. nio,Galeno,& Aetio facillime confirmari poteſt:tametſi Auicen-
Li. de ſim. me.81.&4. na libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athletarum,
de tu. ua. quem puto fuiſſe illum,cui neque oleum, neque puluis inerat. &
Libro 5.& quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, ni-
10 de ſim. hilominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel li-
med. & lib.2.c.17. nei,neque communiter ſemper adminiſtrabantur,ſed quiſq. pro-
prium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum
alijs inſtrumenta habere fugiebat,ut inſinuat Perſius Sat.v.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant,uel aurei,uel argẽtei,uel cornei, uel eburnei,uel
aerei,quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus ra-
debantur. Aerei ſtrigiles erãt, quorum pictura hic ponitur, qui ue
olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.



Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnunquam inuncti balnea ingredie-
bantur, ſed poſt egreſsi denuo ungebantur modo ſimplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapaſmate ad coercendos
li.21.c.19. ſudores, ut ſcribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tẽpora,
interdũ poſt balnea, quod Homeri tẽporibus obſeruatũ legimus,
ut in 3. Odyſ. Αυτὰρ ἐπεί λούσέντε ϗ ἔχεισε λίπ᾽ ἐλαίω, i. Poſtquã
lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumq. 17. τὺς δὲ ἐπείδμωαὶ
λοῦσαν, ϗ χεῖσαν ἐλαίῳ, i. Hos autem poſt quam famulae lauerũt,
& unxernnt oleo: interdum quoque ante, ſicuti refert Galenus
vj. de ualetudine conſeruanda. De Archimede quaedã apud Sto-
baeum ſcitu digna leguntur: eum ſ. abaco incumbentem, & figu-
ras quaſdam ducentem a famulis ui abſtractũ ungi ſolitum fuiſſe,
atq. ipſum in corpore ita uncto figuras mathematicas ſaepe deſi- E
gnare conſueuiſſe. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit.
Ariſtotelis tẽpore, & oleo ſimplici, & aqua mixto ungebãtur: Is. n.
quincta problematũ particula ſcripſit, iccirco aquã oleo admixtã,
quando exercitatis adhibetur, magis laſsitudinẽ tollere, quã oleũ
ſimplex, quoniã ita interius penetrans exſiccata mẽbra humectat
addo etiã ex Hippocrate 11. de diaeta minime huiuſmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incaleſcãt auctor eſt Plinius
Graecos uitiorũ omniũ genitores oleũ primos in gymnaſia inue-
xiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniae pharmacum,
quoniã eo peruncti athletae inſanirent. Butyrũ quoq. apud nõnul
las barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleũ, interdũ pro un
li.11.c.14. & li.28.c.9. gẽdis exercitãdorũ corporibus in uſu fuiſſe teſtatũ reliquit Plinius;
3. de alimẽ. fac. c.15. & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mixturae genus poſterius inuẽ F
tum ex oleo, puluere & cera cõmixtũ, quo ungebãtur: atq. illud ce
roma a Plinio vocatũ inuenio, quo iuuẽtutẽ Romanã corpora exer
cendo uires animorũ amiſiſſe dicit: ſicut & apud Martialẽ libro 4.

Seu lentum ceroma teris & libro V.
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & lib. VII.
Et caſtigatum Lydiae ceroma palaeſtrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed ui-
liſsimis conſueuiſſe. Quae omnia de unctionibus ante exercitatio
nes adhibitis intelligi debent: cũ poſt exercitationes, & poſt balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae ſoli laſciuiae atque libidini inſeruie
bant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã-
do ſcripſit, Solonem uetaſſe ſeruis unctiones ſiccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, nõ item mulierũ coniugium, niſi potius unctiones extra
balnea factas, ſeu diapaſmata intellexerit. Quo fine demũ praedi-
ctis unctionibus gymnaſia adeuntes ungerentur, diuerſa ab aucto-
ribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mãda-
uit terrarũ puluerem oleo admiſceri ſolitũ, ut ſuo frigore, & ſiccita
te olei aeſtum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. Prob.119.
volumine ſcripſit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cõ
ſueuiſſe, ut membra emollita labores ſine rupturae ullius periculo
ſuſtinerent, quam ſententiam ſecutus eſt quoq. Lucianus in dialo-
go, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur ſenſiſſe luctatores puluere
ſeſe conſpergere ſolitos fuiſſe, ut corpora fortiora redderentur.
De Hercule namque & Anteo ſermonem faciens ait.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius ſententiae fuiſſe uide
tur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refri-
geranda calefacta corpora, tum ad cohibendum ſudorem, ne tan-
topere delaſſarentur. Ego autem cum Luciano exiſtimo potiſsimũ
vſum pulueris exſtitiſſe, ne oleo manus laberentur, ſed facilius exer
citatores ſeſe comprehendere ualerẽt, neue ſudore diffluerent, aut
uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de cauſſa a Martiale
puluis ille ἁφή uocatus fuit, ut ibi (flaueſcit aphe) unde ſi qui aduer-
ſarios perunctos, & ſine puluere certantes uincebant, maiori glo-
ria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dio-
reus apud Pauſaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei men-
tionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem ſcribens. lib. 1. epiſt. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
C *Magna coronari contemnat olympia, cui ſpes,*
Cui ſit condicio dulcis ſine puluere palmae?

Ex quo ſatis mirari nequeo Budaeũ, uirũ ſane doctiſsimũ, q in ſuis
ad Pandectas adnotationibus hoc nõ uiderit, malueritq. ἀκονιτί, i.
ἄνευ ἀγῶνος, ſeu ſine certamine dictũ eſſe. Alij ſunt, q credãt oleo
exercitatores unctos ad arcẽda frigora, & leuãdas laſsitudines. Ga- 6. de tu. va. c. vlt.
lenus ſentit oleũ tam ad exoluendã praeteritã laſsitudinẽ, & futurã
mitigandã, quam ad praeparandũ ad motus cõduxiſſe. quibus cerã
additã cum Galeno opinor, quo oleũ alioqui fluxile diutius adhae
reret. Quae uero poſt balnea adhibebãtur unctiones, nemo dubitat
inſeruiſſe, ne humiditas in balneis acquiſita euaneſceret, neue reſe-
ratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exſpiraret. quamquã
etiã aliqui delicatiores uoluptatis & laſciuiae gratia odoriferis un-
guẽtis, aut ſicci diapaſmatis ad cõprimendũ immmoderatũ ſudorẽ,

li.13.c.2.& li.21.c.19. ut ſcribit Plinius, poſt balineas ungebantur, de quibus Martialis. D

lib.1. *Quid quod olet grauius mixtum diapaſmate virus.*

Ceterũ quo modo ungerentur, nil certo definitũ inuenio: eſt tamẽ
ualde probabile, nõnullos, cũ prius ſeipſos fricaſſent, manibus pro-
prijs hoc egiſſe, aut alterũ ab altero uiciſsim unctum, qđ Lucianus
in Gymnaſijs ſcribit; licet etiã a ſeruis gymnaſticis, atq. reunctori-
bus uocatis ungerentur: qui & ipſi prius ad maiorẽ unctionis pene
trationẽ fricantes tandẽ uniuerſum corpus modo leniter, modo ſe-
cus prementes perungebant, &, prout temporis conſtitutio poſtula
bat, alias tepidũ, alias calidũ, alias frigidum linimentũ applicabant:
atq. haec omnia ut plurimũ in Alipterio fiebãt: qui nitro & aphro-
nitro ſeſe fricabant, ut meminit Cyprianus Epiſt. 7. lib. 4. ac Mar-
tialis lib. 14. exiſtimo illud eos agere ſolitos, ut ſordes a corpore me
lius eluerent, atq. exſiccarent, quantum. n. abſtergere poſsit aphro- E
nitrum nemo ignorat. Prope quod erat Coniſterium, Polluci κο-
νίςϱα uocatum, quincta gymnaſij pars, in quo poſitus puluis con-
ſeruabatur, ut poſſent uncti ſtatim illo conſpergi. Ex uarijs regio-
nibus in hunc uſum pulueres aduectos legimus, ſed duo palmam
habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

& Aegyptius, quẽ Romã in hunc uſum aduehi ſolitũ refert Sueto-
li. 35. c. 15. nius in Nerone, quemadmodũ & Patrobiũ Plinius tradit Neronis
libertum ex Nilo arenã tenuiſsimam non multũ a Puteolano pul-
uere diſtantem ad debellanda corpora palaeſtrae ſtudijs aduexiſſe,
eandẽq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni duci-
bus cũ reliquis militaribus cõmercijs portatã. cui forſan haud abſi-
milis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnã deſcribens loquitur. F

Inquies vicem fuluae tractu flaueſcit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaeſtritarum exercita
tiones iniret, dixit ipſam flaueſcere hac arena, quam aphem ab illo
uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inſer-
uiebat. ἁφλὼ namque tactum ſignificare, nemo neſcit.

De Palaeſtra, & alijs Gymnaſij partibus. *Cap. IX.*

HACTENVS quinq. Gymnaſij partes, quae etiã in pa-
laeſtra graecorũ a Vitruuio deſcriptae inueniũtur, Phi
loſophorũ exedras, Ephebaeũ, Apoduterium, unctua-
riũ, & coniſterium explicauimus: nunc ceteras partim
ab eodẽ praetermiſſas, & ab alijs indicatas, partim ab ipſomet expli
catas proſequemur. Erat itaq. ſexta pars locus quidã palaeſtra uo-
catus,

A catus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) curſu, luctando, haſta, diſco, In Bacchidibus.
pugilatu, pila, ſaliendo ſe exercebant magis, quã ſcorto, aut ſauijs, & 2. de tu. ualet. ca. 9.
ubi ſcribit Galenus has exercitationes peragi ſolitas luctam, pugi-
latũ, appenſionẽ manibus ad funes exercitationem qua ſtabant pe-
dibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porri-
gebãt qua põdera manibus attollebant, & ita perſiſtebant, quod ge
nus halteres uocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno
uero aſſentiens Oribaſius Pergamenus faſſus eſt non modo has, ſed
& alias ſexcentas fuiſſe palaeſtrae exercitationes. Vnde animaduer
tendum eſt, palaeſtram apud utriuſque linguae auctores multa ſi-
gnificare, primo totum ipſum gymnaſium, ut eſt uidere penes Vi-
truuium, ſecundo, locum quemcumq. exercendis corporibus ido-
neum, quo pacto locutus eſt Cicero in Epiſt. tertij lib. ad Q. F. pri-
B ma, & 2. de legibus, dum uillam ſuam Arpinatem deſcribens pa-
laeſtram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos.

Pars in gramineis exercent membra palaeſtris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a ſua pa 6. collec. c. 14.
laeſtra exit foras. Tertio certam gymnaſij partẽ, in qua ex ſententia De Berecithim.
Plauti, Galeni, & Oribaſij tot exercitationes factas praediximus, li. 1. ca. 36.
& cuius parietum ſordes collectas in panno applicatas furunculos li. 5. de ſim. med.
maturare ſcripſerunt Plinius, & Theodorus Priſcianus. in qua ſi- lib 1. de legibus.
gnificatione accepiſſe Catullum puto, ubi dixit lib. de claris Orat.

Albero foro, palaeſtra, ſtadio, & gymnaſijs? lib nat. hiſto. 27. c. 4.

Miſer ah miſer. & Afranius ſcribens.

Etiam depellis mihi manum per palaeſtricos, ideſt,

Palaeſtrae uſum (ut ait Nonius) callentes.

C Quod autem a Palaeſtrae muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmen-
ta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae
abraderentur, & in uarios medicinae uſus ſeruarentur, abunde te-
ſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quae ſtrigmẽta quãdo-
que a ludorum magiſtratibus octingentis ſeſtertijs uendita fuiſſe
tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palaeſtrarũ
interdum palaeſtram uocari, ſicuti quandoq. M. Tullius pro palae
ſtra actiones ordinate, & uenuſte factas metaphorice intelligere ui
ſus eſt auctoritate Lucilij, cuius hic uerſus legitur apud Porphyrio-
nem, *Iudicis Hortenſi eſt ad eam rem nata palaeſtra.* nec non Pla-
to in Charmide pro Taurei palaeſtra locũ ſignificauit quo uiri do-
cti ad colloquendum diſputandumq. conueniebant. Ad haec Plu Prob. 4.
tarchus in ſecundo ſympos. palaeſtram uocatum ſcribit locum, ubi
athletae exercerentur, & in quo ſolum lucta, & pancratiũ non cur-

C ij ſus,

ſus, non pugilatus agerentur. queadmodũ & Galenus quandoque D palaeſtram nuncupauit, ubi athletae ſolum, & craſsitudini corporis ſtudentes exercerentur quo pacto accipiendũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs eſſe oborta, qui in palaeſtra, & gymnaſijs exercebantur. Forſan autẽ dubitauit ali-
2. de tu. ual. cap. 9.
quis an in palaeſtra hac puluis ſtratus eſſet, quoniã Galenus ipſam a loco, ubi puluis erat, ſeparaſſe uidetur hiſce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
„ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
„ καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκεντρον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
„ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
„ λαίστρας δεῖται. i. Sed & haec abſq. palaeſtra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis ſtantibus fieri poſſunt: quae uero lucta inter ſe contendentes agunt robori acquirendo incũbentes, vel alto puluere, uel palaeſtra opus habent. Cui ita reſpõſum uolo, E etiã in palaeſtra fuiſſe ſtratũ puluerem, ſed humilem, ac modicũ, ita ut duo fuerint loca puluere ſtrata, alterum palaeſtrae, alterũ extra palaeſtrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copioſus eſſet: cuius pulueris in utroq. uſus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terrã deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebãt, atq. inde robur maius cõparabant. Quae omnia ſignificauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n.
lib. 11. de uſu partiũ. & li. de cauſis procatarticis.
alto puluere locutum puto Galenũ, ubi ſcribit ſe uidiſſe athletas, ſaepius, ne a puluere ſuffocarentur, periclitantes, & ubi Adoleſcentem quendam narrat ex concitato motu per loca profunda, & arenoſa facto ualde exſiccatum ad gymnaſiũ ſe contuliſſe: quod ex ijs F eſſet, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaeſtra quoq. dicta ſit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in ſuis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, ſane non uideo. Septima gymnaſij pars fuit ſphaeriſtirium, ubi uariae exercitationes, & praeſertim cuncta pilae exercitia, quae plurima exſtitiſſe infra demonſtrabimus, frequentius,
lib. 2. c. 4.
quam alibi peragebantur. Hoc non eſſe coriceũ a Vitruuio deſcriptum ſatis in ſuperioribus probauimus, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnaſijs tamen fuiſſe multis uerbis oſtendis Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnaſijs hortisue Sphaeriſtiriũ una cum alijs exſtructũ fuiſſe, locupletiſsimum teſtem habemus iuniorem Pliniũ, qui uillas ſuas deſcribens Laurentinum & Tuſcos in utriſq. ſphaeriſtirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari poteſt, ubi haec Vulpiani verba leguntur: Cũ Aurelius Quinctus hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat, ſphaeriſtiriũ & hypocauſta & quaedam ipſius ualetudini apta ſua impẽſa faceret. Vnde quoq. facile conijcitur in ſpaeriſtirio nedum pilae ludos, uerũ etiã alias exercitationes fieri conſueuiſſe, quãdo & in ipſo Veſpaſianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius (ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, ſitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota periſtylij area quae & ad ſubminiſtrandã porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad ſpatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaeſtra, nec in alto puluere, nec in xyſtis alijsue locis fieri poſſent. Has locum conculcatũ paullo ante ex Ga-
lib. 2. epiſt. & 5. lib. 17. c. 16
B leno a nobis nominatum fuiſſe opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue ſtratae, ſed rudes & aequato tantũ ſolo forent. In his curſum factũ exiſtimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quã peryſtiliorũ quadratorum circumitio duobus ſtadijs definita. In ipſis etiã ſaltus, & diſci exercitationes, quas palaeſtrae negauit Galenus (ut mea fert ſententia) interdũ habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum diſcriminis obtinent, ſi quidem xyſtos hi uocãt porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aeſtate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta autem ſubdiales ambulationes, ubi hieme tempeſtate leni e porticu prodeuntes, & aeſtate fere ſemper exercebantur, ac ambu-
C labant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas ſcribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus conſitae ad praeſtandũ amoenitatem, atq. illis, qui a ſole offendebantur, umbrã. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit: De ijſdem quoq. Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in depingendis Tuſcis ac Laurentina uillis ſuis xyſtos toties decantat. Nec alium locum intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni ſententia ſalubriorem facit ambulationẽ
lib. 12. Loco citato. In Oecon.
in uijs, quam in curſibus ſub hiſce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ „
πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. „
φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, i. Tuo autem, & meo „

ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe D
quas minorē laſsitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id
quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram
linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exer-
citationum locis, tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iu-
ſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: περιπατοῦντί μοι
ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambu-
lationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Ne-
mora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Nero-
nianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lam-
pridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum.

De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio. *Cap. X.*

E

DECIMA gymnaſiorū pars fuit Balneū, quā ob delicias,
atq. ſanitatem omnium maxime aeſtimatā fuiſſe certū
eſt, quamue cunctis alijs maiorē, & pulchriorē exſtitiſſe
opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tēpora deplorat)
omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tēpore Hippocra-
tis, & antiquorum fere omnium uſq. ad Aſclepiadis & Pōpeij aeta-
3. com. de nic. acut. tem, non erat quando ut ſcribit Hippocrates, & Galenus nondum
publica balnea, aut priuata accōmode aedificata uidebantur, rariq.
& raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebāt pro ua
rijs lauandorum cōmoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius re-
quirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſsimis marmoribus exſtrue
bantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in pri-
Epiſt. 87. uatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Sene F
ca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes bal
neorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina
marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. opero
ſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro
conderetur camera, niſi aquam argētea epiſtomia fudiſſent. Ne ſta-
tuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur,
quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gēmas calcare vel-
lib. 6. lib. 1. Sil. lent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſsime deſcriptū
qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnifi
centiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de
gymnaſiorū balneis paullo plenior habeatur cognitio, haec in prae
ſentia ſolū (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectio-
nis atq. doctrinae uir poſt primā horum cōmentariorum editionē
uniuer-

A ſam de Balneis materiam abſolutiſsime tractauit) explicabimus. Pri
mo, qualia eſſent, & quae loca balneis deſtinata: Secundo, quae ua
ſa, & aeris diſpoſitio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauaren-
tur: Quarto, qui, & quando lauarentur: materiā enim, qua lauabā-
tur, plerumq. aquam dulcē uel pluuia collectā, uel ab aquae ducti-
bus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatā omnes ſciunt. & quāuis
apud Galenum aliosq. ſaepenumero de medicatis balneorū aquis
mentio fiat, illis tamē aegroti, aut ualetudinarij utebantur, nō gym
naſia ingredientes, de quibus ſolis nos loqui intendimus. niſi im-
menſam Neronis & profuſam libidinē in medium adducamus, qui
dulcibus nō contentus aquis, marinas teſte Lampridio, & Suetonio
atque Albulas in ſuas thermas deduci curauit. Loca balneū uniuer
ſum cōſtituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuiſſe repe- lib. 3. epiſt. ad Q. Fra. epiſt. 1.
B rio, frigidam lauationē ſiue λουτρὸν, frigidarium, tepidarium, ſuda-
tionē calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inſeruie-
bant, fuerunt hypocauſtum, aquarium, & uaſariū. Haec omnia lo-
ca cōcamerata & fornicū modo fabricata fuiſſe cognoſcere poſsūt,
qui Romanarum thermarū reliquias contemplari uoluerint. Nec
quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recēſeri, quam a Vi-
truuio deſcripta inueniantur, quoniā, quae ipſe deſcripſit, a Grae-
cis omnia fere accēpit, quando Romani nondum thermarum ea
admiranda aedificia exſtruere coeperant, in quibus multo Graecis
laſciuiores, plura etiam loca diſpoſuerunt. Frigida lauatio, ſiue λου-
τρὸν, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praeſertim piſci-
na, alias baptiſteriū a Plinio iuniore uocitata, pro natationis uſu ab
auctoribus citata poſita erant, tum ob aeſtatē quando ſimilis laua-
C tio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam proſequebantur
ſiue ob ualetudinem, ſiue ob delicias, qualis Alexander Seuerus,
quem rariſsime in caldarijs, fere ſemper in piſcinis lauiſſe ſcribit Lā-
pridius. De huius uſu plura apud Oribaſium ex Galeni ſentētia ui-
deri poſſunt in decimo collec. lib. auctor eſt Lampridius Helioga-
balū numquā in piſcinis ſe lauari paſſum eſſe niſi illae croco, alijsue
pretioſis unguentis fuiſſent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob
eos fabricatū, qui ſtatim poſt egreſſum tepidarij, aut calidarij frigi-
do aere frui optabant: neq. enim ulla ibi aquae uaſa reperiebantur,
ut poſſent aeſtate plures conuenire. nō defuerunt qui in hac parte
piſcinā pro natationis ſtudioſis, de qua copioſius lib. 3. tractabimus,
poſitā fuiſſe crediderint. At mihi ueriſimilius uidetur eam in frigi-
da lauatione, ubi alia frigida aqua ſeruabatur, exſtitiſſe, cum in fri-
gidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

 poteſt,

poteſt, ut loturi exſuerentur quoque, tum quia apodyterium com- D
munis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parũ diſtabat, adeo ut loturos, ſi ibi ueſtimenta depoſuiſſent, nudos per ephebaeũ, frigidam lauationẽ, & reliqua loca tranſire neceſſum eſſet: tum q̃a probabile eſt in Ephebaeo homines ſaepius inueniri conſueſſe, a quibus loturos haud quaq. nudos cõſpici honeſtũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile eſt in frigidario ſeſe exſuiſſe, eo magis quod Varro atq. Plinius teſtati ſunt, tam in urbibus quã ruri apodyteriũ quoq. fuiſſe balnei partem, quemadmodũ etiam Galenus atq. Oribaſius ſignificare uiſi ſunt, ubi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnaſteriũ temperari debere mandarunt, quod nullum aliud eſſe poteſt, niſi frigidariũ ipſum: in quo & ſudores detergebantur. ſiquidem Galenus .x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor ſtatuit, calidarium, calidã lauationẽ, E
quam λουτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua ſudores detergerentur: ſed haec potius coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quiſquã hic dubitare debet quũ Vitruuius unã partem, Galenus aliã λουτρον uocent, quandoquidẽ non eſt rationi diſſentaneũ, utraſq. eo nomine deſignatas eſſe, cũ in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorandũ eſt, publicas baleneas hanc partem admodũ uaſtam, & cuiuis peruiã habuiſſe, ita ut ueſtimenta eorum qui lauabantur, facile ſurripi poſſent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius eſſe plectendos quemadmodũ praeceteris copioſe docuit Ariſtoteles ſec. xxix. prob. xiiij. quamquã & capſa, reos uocatos in eum conducere uſum conſueuiſſe balneatores atq. alios ſciam ut ueſtimenta, lauãdorum a furibus conſeruarent, quod intellexiſſe puto Iuuenalem F
eo uerſu x. Saty.

Quem ſequitur cuſtos anguſte vernula capſae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum cuſtode foris tunicam ſeruante puellae.
Certent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper
Et ſupra togulam luſca ſederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inſeruiebat, tum illis, qui tẽpore aeris aut aquae, vel vtriuſq. ob uoluptatẽ, ſiue ualetudinẽ frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad calidarium, & rurſum a balneo calido ad frigidarium, ſeu frigidam lauationem

2 de re ruſt. in pro. 5. epiſt. lib. 3. de tu. uale. 10. col. c. 6.

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, ſeu calido loco tamdiu morabãtur, quouſq. ad alterum eorum citra noxam recipiẽdum ſeſe diſpoſuiſſent. quamquam etiam fieri poteſt, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob ſpatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris ſui aedificabatur, inuiſiſſet, ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe ſcribit. in quo ſatis aperte demonſtrat, apodyterium, & laconicũ, ſiue calidam, aſſamue, ut ipſe & Celſus uocant, ſudationem coniuncta fuiſſe eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicũ coniuncta interdũ fuiſſe ſaltem poſt Vitruuij tẽpora opinamur, etſi is lib.
B v. cap. x. huic ſententiae omnino adſtipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celſo Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullã aquam intra ſe continens, ad prouocandum ſudorẽ potiſsimũ inſtituta, & ob id a nonnullis calida ſudatio, ſicuti a Cicerone & Cor. Celſo aſſa nuncupata. de qua ſermonem faciens Columella, haec contra ſui temporis mores ſcripſit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianã cruditatẽ Laconicis excoquimus, & exucto ſudore ſitim quaerimus. In hac uapor calidus, ſeu calor ſiccus inclusus ſudorẽ prouocabat, haud aliter, ac ſuper Baias myrtetis, ubi tẽpore Celſi e terra profuſus calidus uapor aedificio incluſus maximos ſudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epiſt. ubi ait.

ſane myrteta relinqui
Dictaq. ceſſantes neruis elidere morbos
C *Sulphura*

Qui apud Vitruuiũ Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipſius Vitruuij lectitantes facile cognoſcent, utraq. ab ipſo ſeparari, dum praecipit Laconicum, ſudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeſte Celſus laconicũ uocat, ubi calor ſiccus eliciebat ſudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clariſsime ſignificauit Martialis, balnea Etruſci deſcribens ſub his uerbis.

Ritus ſi placeant tibi Laconum,
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemiſphaerium camerata foret, idem cum ſphaeriſtirio a nobis ſuperius explicato effeciſſe. quibus plane aſſentiri nequeo, quoniam

lib. 3 epiſt. ad Q. F. ep. prima.
Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16.
li. 3. ad Q. F. epiſt. 1.
In pro. li. de re ruſtic.
li. 1. ad Vallam.
lib. 5. c. 10.
Lib. 6.

quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido ſudationibus D
aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in ſphaeriſtirio
v. Epiſt. li. fieri cõſueuiſſe tradit Plinius, exercerẽt: fuiſſet namq. (ut eſt in pro
uerbio) camino oleũ addere, ſi exercitationes per ſe corpora ualde
calefacientes in calidiſsimis locis egiſſent. De laconico poſſunt uer
ba Iuuenal. intelligi, ſi uerſus ita reſtituatur. quidquid dixerint alij:

Qui Lacedaemonium propty ſmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici ſolio copioſe exſpuẽdo efficeret,
quo minus in ipſo pedes ambulantiũ firmari ualerent. Poſt Laconi
cum ſequebatur cella calida labris aquae cõtinendae poſitis referta.
x. Metho. in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦ-
τρον nomen adepta eſt. hanc puto Archigenẽ apud Galenũ viij. de
cõpoſit. medicam. ſec. loc. uocaſſe ζεστόν. Erat nãq. primaria balnei
pars, & proinde a nemine de ipſa quidquã eſt in cõtrouerſia poſitũ. E
Cur Vitruuius in Balneis gymnaſiorũ conſtruendis nullã tepidarij
mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte memi-
nit, nõ ſum admodũ certus. quoniã ſi illud ſub cõcamerata ſudatio-
ne intellexit, ſequeretur etiã in tepidario ſudari cõſueuiſſe, cũ tamẽ
in ſuperiori capite ſudationes & tepidariũ diſtinxerit; ſi ſub calida la
uatione tepidariũ ab ipſo cõprehenſum fuiſſe placeat. quomodo er
go calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiuſdẽ libri initio tam-
quam diuerſa fecit? Itaq. dicendũ eſt forte concameratã ſudationẽ
& laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omiſ-
ſum, quia Graecorũ palaeſtrae id non haberẽt. Quod porro ſcripſit
Pollux libro ſeptimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuiſſe balneorum
partẽ, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipſum inter gymna
ſiorum partes adnumerauerit. niſi uelimus penes Antiquos βαλα- F
νεῖον ſignificaſſe totum gymnaſiũ ipſum. Atq. haec ſufficiant de pu
blicorum in gymnaſijs balneorũ partibus. Fuerunt & innumera
fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus ca-
ruiſſe, & alias habuiſſe uериſimile eſt; ſed de huiuſmodi nõ eſt inſti
tuti noſtri uerba facere. Quae autẽ loca non eſſemt intra balneas,
ſed ipſis tantum inſeruirent, primo hypocauſtum cõtinebant, quod
ſecundũ Vitruuij deſcriptionẽ erat fornax ſeu caminata ſtructura
ſubterranea calidario, calidae lauationi, atque uaſario ſuppoſita, in
qua ad calefaciendũ tum aquã, tum praedicta loca ignis ſuccẽdeba-
tur, & ne exſtingueretur a ſeruis fornacatoribus ob id in Pandectis
a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis exci-
tabatur, de lignis autẽ in hunc uſum adhibitis narrat Plutarchus x.
prob. lib. iij. ſympoſ. aediles cauiſſe ne ignis balnearũ ex olea ſuc-
cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliũ, qđ horũ nidores graue
dinẽ capitis, & uertigines lauantibus inuehant praedictarum pila-
rum apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet Lib. 1. S4.
ſolum caldariorum ita ſternẽdum eſſe inclinatum ad hypocauſim,
uti pila cum mittatur non poſsit intro reſiſtere, ſed rurſus redire ad
praefurnium, atq. ſic facilius flamma peruagari ſub ſuſpenſione. De
his loquebatur Statius in deſcriptione balneorum Etruſci.

Crepantis
Auditura pilas, vbi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem voluunt hypocauſta vaporem.

Vnde cuiuis manifeſtum eſſe poteſt, in quã graui errore uerſentur
illi, qui Hypocauſtũ, & Laconicũ idem fuiſſe crediderunt. Auctor
eſt Seneca iij. nat. quaeſt. cap. xxiiij. nec non epiſt. xc1. tẽpeſtate ſua
B inuentos eſſe parietibus impreſſos tubos, per quos circumfundere-
tur calor, qui ima ſimul, & ſumma foueret aequaliter: illum uero ca
lorem immitti conſueuiſſe ex Hypocauſto, & a Iuriſconſultis me-
moriae mandatum eſt, & ab Auſonio in Moſella ſic expreſſum:

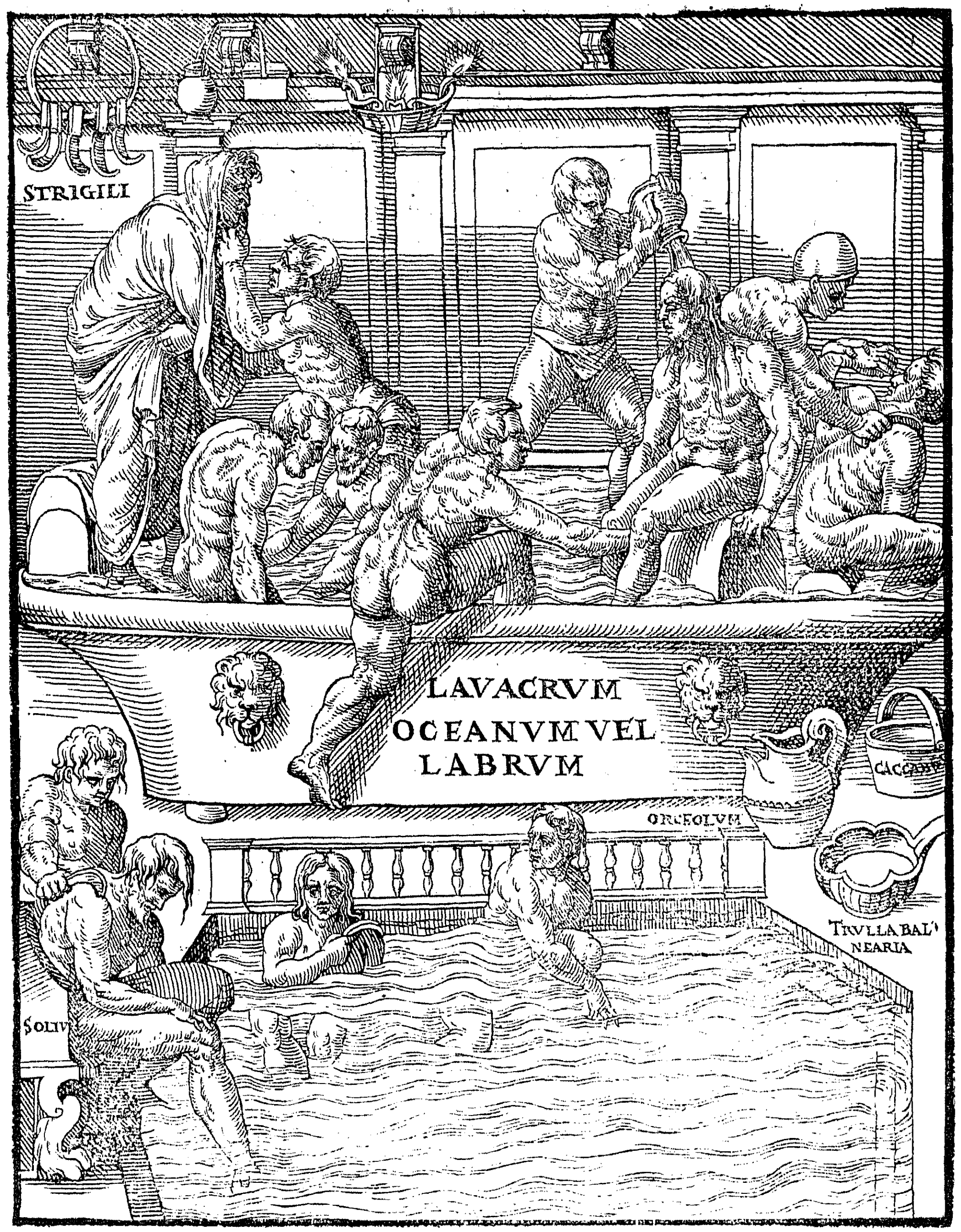
Quid quae ſulfurea ſubſtructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber hauſtus operto
* *Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,*
Incluſum glomerans aeſtu expirante vaporem.

Horum autẽ tuborum ueſtigia adhuc quamplurima Romae cõſpi-
ciuntur in Diocletiani, atq. Caracallae gymnaſijs. Ante hypocau-
ſtum uia quaedã erat propnigeũ, quaſi dixeris praefurniũ a Vitru-
uio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atq. calidario ad-
C nexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendã aquã ex
aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidã lauatio-
nẽ, & calidã per fiſtulas corriuandã. Non lõge ab hoc ſitum fuit ua-
ſarium, ubi uaſa cõſeruabantur balneorũ ſeruitijs neceſſaria, & ubi
aqua pro ipſis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uaſa lib. 5. c. 10.
ſupra hypocauſtum tria cõpoſita fuiſſe, unum calidarium, alterum
tepidarium, tertiũ frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in
calidarium, quãtum aquae calidae exiſſet, influeret, de frigidario in
tepidarium ad eundẽ modũ. De aere balneorũ, qui extrinſecus ad-
mittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidiſsimo loco auerſo a lib. 9 coll.
Septemtrione & Aquilone ſita erant, tum caldaria atque tepidaria Cap. 10.
ab occidente hiberno lumen habebãt. Quod Oribaſiũ ſignificaſſe
puto, ubi ex Galeni ſententia Architectos optimos balneorum do-
mos ad octauam horam uerſas cõſtruxiſſe ſcribit. Sin autem natura
loci impediuiſſet, utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in
medio

medio camerae foramẽ latũ relinqueretur, ſub quo labrũ exſtrue- D
batur: circa labrũ erãt ſpatioſi quidã margines, aut porticus, a Vitru
uio ſcholae uocati, in qbus occupato a prioribus lauationis loco reli
qui circũſpectãtes recte ſtabant, nec ſuis umbris lucẽ, q̃ ſuperius ca-
Epiſt. 87. lib. 8. ſym. prob. 9. piebat, obſcurare poterãt. De aeris porro intra balneũ exſiſtẽtis ſta-
tu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauiſsimis ſcriptũ reperio, an
tiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis uſos, ita ut Alex. in
lauacro ẽt febriẽs, Galatarũq. mulieres pultis ollas in balnea ferẽtes
una cũ pueris lauarẽtur, & mãducarent; at eorũ tẽpeſtate maxime
calidas in pretio habitas fuiſſe, adeo qđ de illis dicere licebat *Huc*
Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.
Quales fortaſſe Neronianae thermae exſtiterunt, de quibus Mar-
tialis ſic ſcribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens E
Fauſtinae, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tẽpore Galeni, qui paullo poſt Senecã, & Plutarchũ
floruit, balnea uſq. adeo calida in uſu nequaquã fuerunt. Quinim-
mo etiã morẽ illũ calidioribus utendi haudquaquã tunc omnibus
Epiſt. 87. cõmunem fuiſſe, ſed aliquibus peculiarẽ, pro cõperto habeo: etſi Se
neca teſtatᷓ apud ueteres hoc quoq. nobiliſsimos aediles officio fun
ctos eſſe, intrandi ea balneorũ loca, quae populũ recipiebant, exigẽ
diq. munditias, & utilẽ ac ſalubrẽ tẽperaturam procurandi: ſed tem
pore ſuo illud in deſuetudinẽ abijſſe, ut balnea tunc ſimilia incẽdio
forẽt, narrat Plinius lib. 33. cap. 9. vt cõualeſcẽtes balnearũ aeſtus to
lerare poſſent ſalẽ linguae ſubditũ praeſtitiſſe. Vaſa quibus lauabã F
tur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae nõ mouebantur, ex
lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione,
in frigida piſcinae & baptiſteria nũcupabantur: adeoq. magna erãt,
ut etiã in ipſis aliquo pacto natare cõcederetur: atq. horũ ueſtigia
adhuc Romae in aliquibus thermarũ ruinis cõſpiciũtur: Quae mo
ueri poterant, tametſi in priuatis balneis ut plurimũ fierẽt; attamẽ
in publicis quoq. ſed ob priuatorũ forſan vſus, exſtitiſſe opinor: &
haec diuerſas figuras habuerunt. alia quadratã, alia quadratã oblon
gã; alia rotundiuſculã, alia oualẽ, ſicuti nunc apparet ex uetuſtiſsi-
mis, quae adhuc Romae ſuperſunt. Hic autẽ unã dũtaxat formã da-
mus, a Pyrrho Ligorio ex ſuis praeclariſsimis rerũ antiquarũ monu
mentis cõmunicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis re
bus intelligendis ſagaci lectori accommodatiſsimam putamus.



Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
Lib.7. alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce ſcriptis man
data leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten-
Lib.9. tarint, qualis Tucca a Martiale ſub his uerſibus deriſus.

Non ſilice duro, ſtructili, ve caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed ſtrage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo poſſit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricaſſe,
crediderunt aliqui, his Iuuenalis uerſibus adducti.

Sat.9. *Exitus hic eſt*
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui ſolet, & vexat lutulenta balnea turba. E.

Sed eorum ſententiam admodum probare nequeo, potiuſq. credo
ſub Rhinocerotis nomine naſutum aliquem a maledico poeta no-
tari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exſtitit. (de ſanis lo-
quor, & gymnaſiorum ſtudioſis; nam de aegrotantium, & ualetu-
dinariorum lauationibus ſermonem haberi non poſtulat locus) Pri
mam balneorum inſtitutionem ſemper fuiſſe exiſtimaui, ut quoti-
dianas ſordes eluerent, poſſentq. mundo corpore cenare, qui ſin-
gulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum
pannorum, qui corpora a ſorditie tuentur, uſus inuentus: aut ſal-
tem infrequens eſſet; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a pul-
uere, & omni alia illuuie conſpurcabantur, atque inde uel ſaltem
ter, quaterue in menſe, uel, ſi ſemper mundi cenare gaudebant, ſin
gulo quoque die lauari cogebantur: quod poſteriores, qui in gym- F
naſijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac ſudoribus
conſpurcabantur, ad eluendas ſordes factitaſſe ſemper, & ob id in
ipſis gymnaſijs balnearum uſum inuectum rationi conſentaneum
eſt. ſicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exerce-
batur, Tiberi propinquum conſtituerunt, ne longius ad deponen-
das inter exercendum contractas ſordes ire cogerentur, quemad-
Libro 1. de re milit. modum ſcribit Vegetius: ita, poſtquam gymnaſia ob exercitatio-
nes inſtituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda cor-
pora conſtruere. Ab hoc autem uſu etiam ſemel tantum in die ce-
nandi, & in ſtratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copio-
ſe demonſtrabo, conſuetudo introducta fuit. Poſteriori tempore
maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem
uſam eſſe clare conſtat, & praeſertim tepidis, quibus exſiccatas, &
ab

A ab exercitationibus, uel ſole, uel frigore ardentes corporis partes
attemperabant. Nec ſolum dulcibus aquis, ſed & medicatis ob de-
licias uſos homines teſtatur Galenus in principio tertij de medica-
mentis localibus. Balneis aliquos uti conſueuiſſe, quod non poſ-
ſent, neque ferrent cibos capere niſi loti, auctor eſt Plutarchus, qui In libro de tu. ualet.
Titum Imperatorem hac de cauſſa interijſſe, ex relationibus eorũ,
qui aegrotanti miniſtrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum
ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroboran- Aetius li.6 cap. 10.
di, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Poſidonio medico re- Lib.29.
latum eſt; ut non temere Plinius in medicos inuectus ſit, quod per- cap. 1.
ſuaſiſſent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus
nemo non minus ualidus exiret, obedientiſſimi uero efferentur.
Summatim ob quattuor cauſas balnea in uſu exſtitiſſe ſcribit Cle-
B mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ
τελευταῖον ἡδονῆς, ſiue ob corpora mundanda, tepefaciendaue,
ſiue ob ſanitatem, ſiue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur
Maiores ad leuandas laſſitudines, necnon ad corpora emollienda:
quae ideo ἀνθρωπογναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conci- Lib. 3. paedag. c. 9.
liandum ſomnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut ro-
buſtiores redderentur, calorq. naturalis intro repulſus maior eua-
deret; ideoque fere poſt calidas balineas ea adhibebatur. quẽ uſum
primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Muſam
Auguſti medicos, fratres, monſtraſſe refert Plinius lib. xxv. cap. vij.
Charmis quoque medicus Maſſilienſis, damnato calidorum bal-
neorum uſu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at-
que in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adſtipula-
C tio, ſeſe phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut re-
ferunt Plinius, & Agathinus apud Oribaſium (ad prorogandam Li. xxviij. cap. 4.
uitam, multaq. alia praeſtanda, frigidam lauationem conferre opi- li. x. colle.
nati ſunt; haec enim de ſeipſo refert Agathinus. Equidem ſaepe- cap. 7.
numero a cena cum aegre in ſomnum delabor, propter aeſtum,
in frigidam deſcendere conſueui; & mirabile eſt quam iucundam
noctem tranſigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante de- „
cimum quartum annum nihil ſoluiſſe, teſtatur Iuuenalis. „

Nec pueri credunt, niſi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem qua-
drantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib.10. Queritur tamen Martialis, quod pluris ſibi balnea conſtarent ubi D ſcribit, *Balnea poſt decimam laſſo, centumque petuntur*.

Quadrantes. Quod forſan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipſi, & aliquibus alijs cõtingere poterat. Sat eſt, quadrantem commune pretium fuiſſe: quin & Antoninum Pium balneum ſine mercede populo conſtituiſſe, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, ſenes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: ſed prae caeteris, phonaſchos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea ſolitos refert Gal. quod uocem ob laeſam, & aſsiduis uocibus exaſperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. ſeruabant. Hoc ſimiliter uidetur Martialis in his de Menophilo uerſibus ſignificaſſe. E

3 de comp. med. ſ.G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula veſtit,
Vt ſit comoedis omnibus vna ſatis.
Hunc ego credideram (nam ſaepe lauamur in vno)
Solicitum voci parcere Flacce ſuae.
Dum ludit media populo ſpectante palaeſtra,
Delapſa eſt miſero fibula, verpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & ſicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque ſaepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnaſiorum lauari conſueuiſſe perſpectum eſt, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiſcue: quod tamen non in cunctis eueniſſe credendum eſt, quando Heſiodus ſcriptor antiquiſsimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die. Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos diſtinctas fuiſſe, & uiris eas ingredi ob ſalubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menſtruis recremẽtis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus ſi uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per ſolius aeris ingreſſum ſtatim eorum ſanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque ſexum promiſcue lauandi conſuetudo fuerit, neque prorſus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priſcae illi educationi Romanae minime conueniſſe uidetur: ex altera Varronis teſtimonium mulieres una cum uiris ſi non eodem lauacro, eodem ſaltem

A ſaltem loco etiam antiquitus lauiſſe comprobat, qui libro de analogia ſecundo tradit in balneo coniuncta fuiſſe aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nõ patiebatur vtrũque ſexum ſimul lauari, ſed commoditas coniungi deſiderabat. Niſi dicamus iſta omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel anguſtiſsima, & uiliſsima exſtitere, ſed de priuatis eſſe intelligenda: quemadmodum forſan Vitruuius intellexit, ubi utriuſque ſexus lauacra coniungenda monſtrauit. uerum enim uero poſterioribus ſaeculis mulieres promiſcuis balneis uſas eſſe, quamplurium probatiſsimorum auctorum teſtimonijs comprobari poteſt, inter quos primo ſeſe offert Iuuenalis, qui diſſolutos Romanarum feminarum mores carpens haec ſcribit.

lib.10.c.3. „ lib.5.c.10. Sat.6.

B
Grauis occurſu, taeterrima uultu
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri
Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,
Cum laſſata graui ciderunt brachia maſſa
Callidus & criſtae digitos impreſſit Aliptes,
Ac ſummum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuiſſe, ibique & exercendo, & lauando ſine pudore ullo ſe uiris immiſcuiſſe. quod ſimiliter eius tempeſtate Martialis confirmauit.

Lib. 11.

Omnia fem'neis quare dilecta cateruis
Balnea deuitat Blatara? &
Cum te lucerna balnea'or exſtincta
C *Admittat inter buſtuarias moechas.*

lib. 3. in Ve tuſtinam.

Clemens Alexandrinus, qui ſub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inſcripſit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in uſu habuiſſe teſtatur, ſed omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nudas in ipſis ſpectandas praebuiſſe. Quos mores poſtea deteſtans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu ſcripta reliquit. Quid uero quae promiſcuas balneas adeunt: quae oculis ad „ libidinem curioſis pudori ac pudicitiae dicata corpora proſtituunt, „ quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, non- „ ne ipſae illecebram uitijs praeſtant. Cui ſententiae multa etiam ſi- „ millima a D. Hieronymo in Epiſt. ad Laetam de filiae inſtitutione ſuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perſpectum eſſe poteſt,

lib.3.c.5.

Gymnaſtica. D non

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perduraſſe, ut feminae atque uiri in promiſcuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt, qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem ſcribit Dion Caſsius uiros diſcretos a feminis lauari uoluiſſe: ſicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiſcua ſuſtuliſſe, eademque ab Heliogabalo renouata. Alexandrum Seuerum prohibuiſſe, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando cenſoria lex lata traditur, ut mulieres a promiſcuis balneis abſtinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis cauſſa intrarent, ſub repudij, & dotis amiſsionis poena: quod poſtea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro ſancito receptum fuit. Qua ratione fieri poteſt, ut balneae aliquae muliebres in feminarum dumtaxat uſum fuerint exſtructae, quales Agrippinae Auguſtae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priſcillam trans Tiberim ad euitandum forſan hominum conſpectum habuiſſe refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: tot nundinis ſolum lauabantur. Ceterum poſt M. Pompeij aetatem coeperunt ſingulis diebus toto corpore lauari. Hora uero uſque a temporibus Homeri fere a pluribus obſeruata fuit paullo antequam cibus ſumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempeſtate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipſe rigorem ſine febre uiſum tempore ſuo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari poſt cibum lauarentur, non eſſe uiſum ſcribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea ingrediebantur, nonnulli ſine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos poſt pilae ludum calidis balneis lauari conſueuiſſe: quod ſimiliter ante illum inueniſſe Martialem eo uerſu uideri poteſt.

D E F

Epiſt. 87.

Lib. de tre. rig. & ſpoſ.

In libro de paruae pilae ludo.

Lib. 4.

Redde pilam, ſonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis ſola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã ſignificabatur, quo pilae luſores, atque alij exercitatores ſtatim accurrerent: alioqui in gelidiſsima Virgine, quam & tactu iucundiſſimam, ſicut hauſtu Marciam, refert Plinius, iam clauſis thermis lauabantur. ſcribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuiſſe, & ſemper ante ſolis occaſum claudi conſueuiſſe, ipſumq. Imperatorem publicarum

Lib. 31. c. 3.

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidiſſe, quo & in nocte paterent. Non me latet quoſdam alijs horis lauiſſe, ſed uel extra gymnaſia, uel in gymnaſijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel conſuetudinis, ut ſcribit Martialis de Fabiano.

Lib. 5.

Laſſus ut in thermas decima, uel ſerius, hora
Te ſequar Agrippae, cum lauer ipſe Titi

Hoc certum eſt, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad ueſperum fuiſſe conſtitutum. cum enim ſemel dumtaxat in die ſaturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipſo opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis teſtatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaeſtris, &
Octauam poteris ſeruare, lauabimur una.

Lib. 4.
Lib. 11.

B Hadrianus Caeſ. referente Spartiano ante octauam horam neminẽ niſi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caeſ. prioribus ſaeculis ſeruaſſe, conijcere poſſumus ex Epiſtol. Cicer. ad Atticũ, ubi de Caeſare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud
„ Philippum ad horam ſeptimam, nec quemquam admiſit, rationes
„ opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, poſt horam octauã
„ in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus eſt, ac-
„ cubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde.
„ Sed an perpetuo illam uitae rationem ſeruaret Caeſ. haud clare ex eo loco habetur; quando eius ſolius diei rationem exponit, in qua is ſecundum multorum conſuetudinem uomere deſtinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. ſine timore, & iucũde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus C poſſet, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod ſicuti διαιτητικὴ a Graecis ſimplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum ſpectantibus ſita eſt, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud ſecius ἐμετικὴ, eſt illa ἀγωγὴ, ſiue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata eſt. Tot itaque de balneis gymnaſiorum, ac priuatis breuiter dicta ſufficiant, quorum uſus cum apud antiquiores rarior eſſet, Aſclepiades Pruſienſis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaeſtum trahens, cum ad medicinam ſe contuliſſet, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem breui comparaſſet, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam ſanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad ſepulturam elatum miro gentium ſtupore, ut Celſus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat,

Lib. 13. Ep. ultima.

Hippoc. in libr. de ſal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6. 27. na. hiſ. cap. 3. 4. Flor.

cum

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium poſtrema in D
gymnaſijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: ſpectabat: nilq. aliud erat, quam hemiſphoerium quoddam, multis gradibus conſtructum, unde poterant commode ſpectatores, qui ſemper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipſum & xyſtũ ſeu peridromidas murus intercederet; atque inde per oſtium ex platanonibus gymnaſiorum athletae in arena ſtadij prodirent, & ſi a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen conſentaneum uidetur, uniuerſum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam ſupracitati Capitolini teſtimonio comprobari poteſt) muro concluſum, & propterea a gymnaſio ſtadium muri ſepto diuiſum fuiſſe. De alijs gymnaſio fere neceſſarijs locis, ueluti lignario, uaſario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaeſtrarum deſcriptione mentio E
non habeatur, ad noſtrumque inſtitutum minus pertineat; ſicut nec quomodo ambulationes illae ſubſtratis carbonibus, atque cloacis proximis exſtruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in deſcribendis xyſtis praetermiſſa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exſtructas fuiſſe popinas, quas Iſidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inſeruiſſe, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra eſſent admodum exinaniti, diſſolutiue, haberent, ubi ſtatim refici poſſent. atque has forſan Plinius intellexit Epiſt. iij. lib. j. quando poſt balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnaſijs.

De accubitus in cena antiquorum, & ſemel dumtaxat in die cenandi conſuetudinis origine. Cap. XI. F

QVONIAM balneorum explicatorum occaſio iam ſuadet, noſque ſupra polliciti ſumus de cenandi ſemel in die, & in cena accumbendi antiquorum conſuetudinis origine ſermonem habere; & ſi extra rem noſtram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum eſt, quin ſententiam noſtram in medium proponamus, alias eam libentiſsime mutaturi, ſiquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi conſentaneam demonſtrauerit. Quod etenim maiores noſtri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & ueſpere tantum ſaturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu uſuri erant, quibus a medicis ueſpere cenare interdictum

fuiſſe

A fuiſſe ſcripſit Ariſtoteles, & exceptis Syracuſanis, quos bis in die cibis impleri, quaſi res noua eſſet, tradit Plato) ſatis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum eſt: ſed de his fuſius & melius in uarijs lectionibus noſtris tractatum eſt. quod ſimiliter fere omnes dum cenabant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſsimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, ut id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum undenam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reliquerit. Quod an ob 3. partic. Prob. 32. Epiſt. ad Dionem.
B rei obſcuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet, & unius in die cenae conſuetudines a balneorum uſu manaſſe exiſtimo. & primo ut ita de accubitu ſentiam, pluribus, ijſque non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi ſedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηςῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyſſ.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id eſt,
At proci ingreſsi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt lotionen cenant ſedentes.

C ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον: id eſt,
Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoq. huiuſcemodi accubitus incrementum, praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando ſcilicet uiri tantũ, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accũbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum inſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commenſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, 10. Etym. .. dip. noſ.

 atque

atque etiam Conſtantini Imperatoris tēpora, cum in frequētiſsimo D
uſu balnea eſſent, non ſolum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiā
quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes
ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi. *Ergo vbi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,*
Atque erit in ſocij femina parte thori. &,
lib. 1. amorum. Eleg. 4. *Cum premet ille torum, vultu comes ipſa modeſto*
Ibis, vt accumbas.

lib. 2. c. 2. & ſicuti Valerius idē de aetate ſua ſcribit. Quamquā apud Graecos
numquā mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud Roma
nos diuerſo ſitu mulieres a uiris accūbentes cenaſſe rationi conſen-
taneum eſt: nō ſolum, quod honeſtatis, atq. dignitatis utriuſq. ra-
tio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus
mulieres cū uiris accūbentes repraeſentantur, illae certe figura qua E
dam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſiq. ſedentes, & nulli alteri rei
cubitis innixae accūbentes, & edentes cōſpiciuntur. At quo pacto
uiri accūberent, operae preciū me facturū auguror, ſi poſtquā locus
5. Sympt. Prob. 6. inuitat, breuiter explicuero. Viros. n. ſcribit Plutarchus, in princi-
pio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλα-
τεῖς) menſam, ut plurimū tetigiſſe: quo ſola dextera manu illā cir-
cumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut acutā corporis fi-
gurā redderēt, uertiſſe. οὐ κατ᾽ ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς
χώρας ἀπτομένους. i. non ſecundum latitudinē, ſed longitudinē locū
tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſien-
ſis, ſiue Trallianus, ut magis ſuſpicor) libro problem. primo probl.
82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in princi-
pio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc F
ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος diſponebantur: ſatiati
uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebāt, capite ere-
cto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore
reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uo-
lebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

Nam plurima dixit
Saty 4. *In laeuam conuerſus, at illi dextra iacebat*
Bellua; ſic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

ſaturati pariter interdum unū in latus, nōnumquā ſupra dorſum ſu
pini, ſaepe more ſedentiū ſeſe cōponebant. Sertoriū enim cū mo-
leſtas importunorū cōuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auer-
ſaretur mutata diſcumbendi forma ſeſe ſupinū locaſſe, atq. inde fa-

A cilius ab iniquiſsimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucida-
tum eſſe in ipſius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mēſis
apud ueteres hunc in modū fieret, praeter allata ſcriptorū teſtimo-
nia locupletiſsimā fidē unicuiq. facere poſſunt duae, quas infra po-
nendas curauimus, picturae, quarū alteram ad tripodē coenātium,
ut plerumq. ſolebāt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex
uetuſtis monumentis cōmunicauit, alteram ex antiquiſsimo, & om
nium rariſsimo marmore, quod in Paulli Rhamnuſij uiri optimi,
ac bonarū litterarum, omniūq. pulcherrimarū rerū ſtudioſiſsimi,
luculentis aedibus Patauij conſpicitur, accurate, & fideliter reprae-
ſentari fecimus. Ex hac nāq. poſtrema, nō modo ſententia noſtra,
de uera accubitus forma, quā primi forſan omniū Romae Octauio
Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauiſsimis uiris, & poſtre-
B mo Patauij Ligorio, abſq. marmoris ullius teſtimonio, ac ſola con-
iectura propoſuimus, librorumq. auctoritatibus tutati ſumus, aper
tiſsime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perſpicuo
cognoſcitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accu-
bitū uarijs modis deſcribere aggreſsi ſunt, opiniones refelluntur,
ſimul plura ſcriptorū obſcura & praeclara loca illuſtrantur, ut non
immerito debeant cuncti bonarū artiū, & antiquitatis amatores in
primis doctiſsimi uiri Io. Baptiſtae, qui lapidē cōparauit, Manibus;
tum Paullo Rhamnuſio filio, qui eum egregie cuſtodiuit, & nobis
indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qđ Plutarchus de lo 1. de ſymp. probl. 3.
co cōſulari, nec nō de tribus tricliniorū lectis diſſeruit, iam non ob-
ſcurū eſt, quā mirifice quadrēt propoſita triclinij Rhamnuſiani fi-
C gura. Similiter, & q̄ ab Horatio de cōuiuarū ſitu uarijs in locis nar-
rantur, nō aliunde melius intelligi poſſunt, p̄ſertim quādo ſcribit.

Saepe tribus lectis videas coenare quaternos Lib. 1. Sat. 4.
E quibus vnus auet, quauis aſpergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locū dum Lambinus exponeret, cur antiquos cōſueuiſſe in
quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam aſſeruerit,
ſane miror, quaſi non ſit cuiq. perſpectiſsimum, ut narrat Varro. le
ges extitiſſe quae numerum conuiuarum nouē excedere, nec pau
ciores tribus eſſe uetabant, ſicut & adagium illud uulgatiſsimum,
ſeptem conuiuiū, nouē conuiciū, atteſtatur. Quinimmo Iulius Ca-
pitolinus refert L. Verum Imperatorē praeter exempla maiorum,
cum duodecim ſolemni cōuiuio primum accubuiſſe, ita ut priori-
bus ſaeculis potius ternos, atque pauciores adhuc ſingulo lecto con
uiuas diſcumbere ſolitos fuiſſe conuincatur: niſi epula publica, &

nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominũ copia con D
5. Symp. 5. ueniret, nequaquã accũbentiũ numerus ſeruari poterat, ut ex Plu-
tarcho, ac Rhamnuſiano lapide colligitur, quo uel epulũ publicũ,
uel nuptialẽ coenam repraeſentari non eſt dubitandum, ut ob hoc
Chacrephon apud Athenaeũ in vj. uideatur admittere conuiuas tri
ginta dũtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile eſt neceſſarium fuiſſe
uocatorem illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iv. cap. xxxvij.
& qui ſecundum cuiuſque dignitatem conuiuas ad loca debita uo-
cabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam
praebente ſunt interpretati, equidem non improbo. at forſan nec
abſurdum fuerit, ſi Flacci uerba de eo puero exponãtur, quem tam
omnes fere menſarum ſculpturae antiquae, quam poetarũ teſtimo-
nia cõuiuijs ſemper frigidam, & calidam praebuiſſe oſtẽdunt, quẽ-
que cunctos, ne ab ipſo male tractarentur, reueritos eſſe, & a quo E
mordẽdo abſtinuiſſe uerisimile ſit. Iam uero Maria Magdalena ut
ſtans retro pedes Chriſti coenantis lauerit, atq. Ioannes ſupra eiuſ-
dem Chriſti pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnuſiani triclinij
figura, ſecus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciant, & quã
Gajetanus Cardinalis inutiliter commentatus eſt facile conijcitur,
etenim hebreos, ac Chriſtum accumbendi Romanorum conſuetu-
dinem obſeruaſſe praeter Architriclini accubituſq. nomen in Euã
gelijs ſaepe uſurpatum etiam id teſtari poteſt, quod uidi frequẽter
Romae conuerſarentur, ſimiliterq. Romani in Iudea, ac in uſu po
ſitum ſit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq.
pariter, arduum eſt percipere quid Martialis ſignificare hoc diſti-
cho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obſonia tradas.* F
Cur non menſa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus ſpacia retro relinquebantur,
in quibus ſeruis uaria miniſtrantibus multa offerre, & ablata reci-
pere facile erat, ſeruos namque ad pedes cenantium ſtare ſolitos ex
multorum ſcriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Ser-
uus qui cenãti ad pedes ſteterat, narrat, quod inter cenam ebrius
„ dixiſſet. Martialis. Mixto lagenam ad pedes replet uino. Suetonius
„ in Galba. cap. 22. Inter cenam uero uſque eo abundantem, ut con
„ geſtas ſuper manus reliquias circumferri iuberes ſpargique ad pe-
des ſtantibus, ſed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non
adeo uulgata monſtrat nobis. Vnum eſt, quod memoriae prodidit
Varro. ſcilicet quo tempore uſus camerae ignorabatur, uela ad ex-
cipiendum puluerem ne ſuper menſas ſpargeretur, atque dapes
ſimul

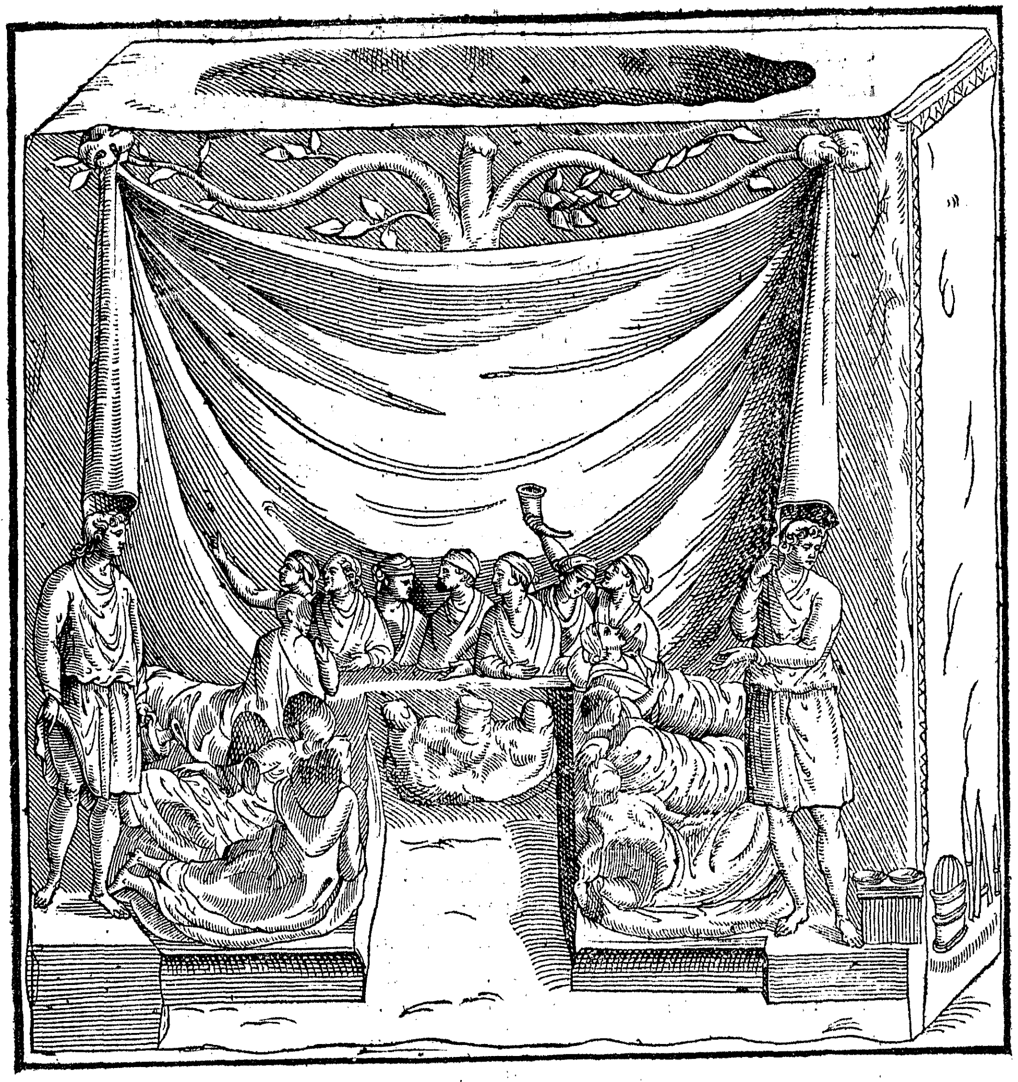
A ſimul conſpurcaret, & conuiuas, ſolita in triclinijs ſuſpendi atque
ab Horatio aulaea uocata, his carminibus deſignari.

Interea ſuſpenſa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas ſeruare compertum
eſt: apud quos, menſas ſub quibuſdam ueluti tentorijs ſericeis pa-
rari ſaepe uidemus. Alterum eſt, quod in uarijs noſtris lectionibus
docuimus, priſcis illis temporibus priuſquam coronae ex flori-
bus, herbis, & auro in uſum uenirent, cenaturos, cum ad dolo-
res capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem com-
peſcendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire
ſolitos. quod minime puto abſq. ratione fuiſſe excogitatum, cum
B uenae arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque
adſtricti ſunt, eo minus uapores a uino, & cibis ſurſum elatos, ſi-
mulque moleſtias uarias inducentes recipiant. Tertium eſt, id
quod luculentiſsime Athenaeus tractauit, apud quem ſcriptum & Dipnoſo-
probatum inuenitur, priſcos illos primum cornibus boum potaſ- phiſtõ. 11.
ſe, indeque κεράσαι, id eſt temperare uinum aqua ἀπὸ τῶν κερά-
των id eſt, a cornibus uocatum eſſe: tum cornua illa non ſolum au-
ro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea eſſe facta,
illiſque conuiuas ſibiipſis mutuo propinare conſueuiſſe: ut ex his
omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnuſianum
eſſe uetuſtiſsimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae la-
neis, ſeu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clariſsi-
me repraeſentantur, una cum alijs inſtrumentis nonnullis in dex-
C tro margine expreſsis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis
uerſatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne ſi quae
diſcumbentium, & menſarum figurae in hoc ipſo triclinio minus
integrae conſpiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut
eſt hodie marmor ipſum uetuſtate corroſum, & pene deletum, re-
praeſentare ſatius duximus, quam addentes aut dementes quic-
quam, fidem noſtram ſuſpectam reddere.

Gymnaſtica. D v

ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnuſianis, poſt Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod ſupra propoſuerā rediens dico, cū & lauādi, D
& accūbendi mores ſimul introduci, augeriq. coeperint, veriſimile
fieri, alterum eorū ab altero ortum duxiſſe: non autē eſt dicendū ab
accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortū duxiſſe: igitur rema-
net ut accubitus a balneis principiū habuerit. Secunda ratio eſt, qd'
ueteres uſq. ab Homeri tēporib. ſtatim poſt balnea coenitabāt, qui-
nimmo ex locis Homeri a nobis ſupra citatis clare elicitur, menſas
prope locū ubi lauabantur, parari ſolitas fuiſſe. ex quo ſi cōmodita-
tis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cōſideremus, ualde rationi cō
ſentaneū erat, illos praeſertim, quibus priuata erant domi balnea,
iam lotos, & deterſos, ne noxā ullā incurrerent, ſed laſsitudinē effu-
gerēt, lectulos ingredi, a quibus nō diſcederēt, ſed mox prope men
ſas, & coenā parari curarēt, ſicq. comederēt, perinde ac tēpeſtate no
ſtra maior pars eorū medicorū faciēdum iubet, qui aut ualetudina- E
rios, aut etiā ſanos lauari mādant, nā κλισμοὶ illi, in quibus procos
lotos Homerus ſedere facit, dū coenant, haud multū lectulis accubi
torijs diſsimiles erant, ut hinc quoq. conijcere ualeamus, tunc accū-
bendi morē principiū quoddā obſcurum habuiſſe; quod poſterio-
ribus deinde ſaeculis paullatim creſcens in eam formā terminatum
li.14.c.22. ſit. Nā & Plinius hoc innuere uoluiſſe mihi uidetur, quādo nōnul-
los uino nimiū deditos improbat, quod poſt balnea lectos ingredi
prius, tunicamq. induere nō paterētur; ſed nudi protinus ad biben-
dū accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatē,
cōmoditatēue ullā aliā, aut honeſtatē ita accūbere inchoarint, quā-
do ſi ſedētes, atq. accūbentes in cenando inuicē cōparemus, illi ual-
de maiori cōmoditate, facilitate, dignitate, ac honeſtate utūtur, quā
accūbentes: conijciendū uidetur aliqua alia iuſta ratione cōſuetudi- F
nē illā inuectam fuiſſe, quae opinione mea, nulla alia fuit, niſi quia
quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, laſsitudinemue
incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingre
diebantur, atq. ibi uel lacerna alias ueſte nuptiali uocata induti, uel
nudi, ut in marmoribus aliquibus oſtenduntur, menſas ſibi ipſis ap-
parari iubebant. Ex quo paullatim huiuſcemodi cōſuetudine cre-
ſcente factum fuit, ut non modo ſemper menſae, & lecti ſimul pa-
rarētur, uerū etiam magnum dedecus foret, ſi quis coenans nō ac-
cubuiſſet, ut ex hiſce Plauti in ſticho uerbis colligitur, potius in
ſubſellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis ſignifi
cauit, ubi Syriſcū damnat, quod in popinis ſellularijs non accūbens
coenaret. Quod ſi quis ſentētiae noſtrae id refragari uelit, qd' ueri
ſimile nequaquā uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-
uatis,

A uatis, ſemper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in le-
ctis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis bal-
neis gymnaſiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant;
unde neceſſe erat exeuntes ab ipſis indui, & praeterea minime cre-
dendum eſſe, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cena-
bant, ſemper antea lauiſſe, quando praeſertim, ex Plauto, Terētio,
& ex lapidibus Romanis ſcitur accubituris ſoccos & ſoleas detrahi
ſolitum. quod argumentum eſt, eos non ſemper a balneis tunc di-
ſceſsiſſe, & quādo ſimiliter conſtat triclinia a balneis ſeparata fuiſ-
ſe, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt,
diuerſos exſtitiſſe. Huic primo reſpondeo, minime mihi conſtare,
quod omnes indiſcriminatim ſemper accumberent, uti certum eſt
de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas ha-
B bebant, quando Horatius priuatam ſui ipſius uiuendi rationem lib. 1. Ser.
exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis epiſt. 6.
eos qui in ſellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accu-
buiſſe ſignificat, ubi de Syriſco in hunc modum loquitur,

Infuſum ſibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriſcus
In ſellariolis vagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta eſt gula centies comeſſe.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed eſto quod accumberent, quin etiā omnes lauarentur, minime
negari poteſt, cum uel rariſsime, uel numquam de accubitu apud
auctores mentio habeatur, quin lotionē quoq. aliquo pacto nomi-
C nari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor
quidē omnes in ſtratis tunc accubuiſſe: haudquaquam tamen iure
quis infitiabitur, quod etiā quilibet ante ſeparatim, aut ſimul in pri
uatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo ueriſimile fit, acceſ-
ſuros ad publica, uel priuata amicorū cōuiuia prius ſe lauiſſe, ne ſor
dibus in die neceſsitate quadā contractis infecti, ceteros mundiores
perturbarēt, & propterea ipſis numquam non ſtratos fuiſſe lectos,
iam uero ſoleas, & ſochos accubituris detrahēdi mos certū argumē
tum eſt prius ſeſe lauare conſueuiſſe an ne inter eundum a balneis
ad lectos pedes conſpurcarentur ijs tegere conſueuiſſe, dumque ac-
cumberent ſemper detraxiſſe, ac forte Apoſtolos lotos, dum ad cu-
bitum cum Chriſto irent neque ſoleas, neque ſochos quibus mini-
me utebantur habuiſſe propterea audiuiſſe a Chriſto ſeſe quidem
lotos fuiſſe, ſed ut pedes lauarentur indiguiſſe. Addo huic nequa-
quam

quam me ſentire poſterioribus ſaeculis omnes propterea accubiſ- D
ſe cenãtes, quia ſtatim e balneis exirent, ſed exiſtimo accubitus ori-
ginẽ inde emanaſſe, quoniam antiquiores balneis egredientes ad
iam contractam, aut futuram laſsitudinẽ uitandam poſt modicum
tẽporis interuallũ lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacer
nis, alijsue in id paratis ueſtibus induti cenarent, atq. inde mox au-
cta balneorum cõſuetudine uſq. adeo accumbẽdi morem creuiſſe,
ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmo
reos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id ſeparatim
exſtrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quã plures, (ut de Lu-
cio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & pſertim pauperes dor-
mire conſueuiſſe puto) ſed in cubicularijs uocatis dormire uolue-
rint. quẽ morem accumbendi poſtea uiliores, & pauperes ad ditio-
rum imitationẽ, tam a balneis quã illoti, ita frequentiſsimum eſſe E
lib. 11. de re ruſt. c. 1. cerũt, ut Columella praecipere coactus ſit, ne uillicus niſi ſacris die
bus accũbens cenaret; in qua re non ſecus cõtigit, ac eueniſſe cõſpi-
citur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honeſtũ uſum, &
quaſi neceſsitate quadã primũ repertae, deinceps ad luxũ, laſciuiã,
uoluptatẽ, aliosq. uſus traductae fuerunt. Quis eſt, qui neſciat uete
res in cõuiuijs oẽs prope excogitaſſe uoluptates, nihilq. reliquiſſe,
quod ad deliniendos animos faceret: ſic enim ſermones cõuiuales
ad animi intelligentias afficiendas magno ſtudio inuenerũt, ad au-
ditum oblectandũ muſicae uaria genera adhibuerunt, unguẽta pre
3. Symp. Prob. 1. tioſiſsima odoratui dicarunt, ſicut, & coronas ex folijs, floribusque
6. de ſimp. cap. de ane tho. cõtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides
Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. teſtantur, tenebãt;
2. Paeda. cap. 8. quo fragrãtia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, ſomnũ con F
ciliarent, ebrietatẽ uitarent. quantũ porro cibis, & potibus delica-
tiſsimis cõquirendis ſtudiũ adhibuerint, nõ modo fidẽ faciunt ſex-
li. 7. ca. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a lon-
ginquis regionibus Romã aducta, atq. alia quamplurima a Iulio
Polluce nominata, uerũ etiã multa, & prope innumera Auctorum
de re coquinaria cõmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorũ in
die ſemel tantũ ſeſe cibis implendi cõſuetudine, eius etiã opinionis
ſum, ut cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut ſuperiori
capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingre
derentur, uix ſemel comedendi in die otiũ ipſis ſuppeteret: quoniã
ſi priuata cuiuſq. negotia ſpectemus, ſi & exercitationũ, & balneo-
rum, accubitusq. apparatum cõſideremus, magna tẽporis pars ipſis
inſumitur, ut ſi bis in die ſaturari uoluiſſent, aut negotia omittere,
aut

A aut balnea interdum uẽtre pleno adire, aliosq. multos errores, & in
ualetudine, & in alia uitae ratione cõmittere fuiſſent coacti. Come
dendi uero horã, & modũ balneorum tẽpore, atq. cõmoditate me-
tiri inſtitutum fuiſſe poſſumus a Galeno intelligere, qui ſi interdũ 6. de tu. ua.
ob aegrotantiũ inſpectiones tardius ſe lauandum dubitabat, panẽ
mane ſumebat, quo cenae tempori ſufficere ualeret, quando alij ſi-
mili de cauſſa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti
non modo Galenus faſſus eſt, ſed etiam Horatius, ubi de ſe ſcribit.

Pranſus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro ueſpertinam horam cenae dedicarint, in cauſſa fuiſſe
praecipue uitae commoditatem exiſtimo; ſiquidem difficile fuiſſet
poſt exercitationes, balnea, & cibum, agẽdis rebus operam nauare;
B praeterea cum accumbentes cenarent, alij ſtatim ſomno capieban-
tur, alij modico temporis ſpatio uigilantes dormitum ibant: ex quo
ad haec omnia nulla opportunior hora quam ueſpertina inuenie-
batur, quamquam etiam nonnullos, & praeſertim medicos in hoc
ualetudinis quoque rationem ſpectaſſe opinor, quando in nocte
melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perſpicuum eſt
plus edendum, quando plus coquitur. Haec ſunt quae de accubi-
tus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnaſticae, & gymnaſiorum miniſtris. Cap. XII.

QVEMADMODVM ceterae artes proprios auctores ha-
buerunt, qui earũ facultates, regulas, atq. uſum ſcriptis
C mandarũt: ſimiliter gymnaſticã illis nequaquã caruiſſe
cõſtat qui & ipſam uoluminibus illuſtrarint, & ab obli-
uione uindicarint; ſed factũ eſt, ut quam iacturã plurimae res homi
num ſubierunt, iſti quoq. auctores fecerint, quando quidẽ hiſce tẽ-
poribus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios an
tiquiores uidiſſe, ac lectitaſſe certo ſcimus. Quis etenim aetate no-
ſtra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Eraſiſtrati, Hero
phili, & Aſclepiadis de hac re ſcripta, a Graecis, atq. Latinis aucto-
ribus citata uidit? quorum praeclariſsima cõmentaria niſi hodie de-
ſiderarentur, forſan haec ars, quae iam dudum pene abolita eſt, nõ
minus ceteris dignitatis, atq. ſplẽdoris haberet; neq. nos hunc labo
rẽ ad lucẽ eam reuocãdi aſſumeremus: praetereo Theonis de hac ea
dem libros, Diotimi gymnaſtae de exercitationibus, & ſudoribus a
Theophraſto celebrata cõmentaria: quibus dũ nos carere cõſidero,
non

non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab in D cepta opera ualde deterreri; ſed haec dimittentes iam gymnaſiorum miniſtros declaremus, inter quos primum locũ tenebat gymnaſiarchus, cuius munus erat toti gymnaſio praeeſſe, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praeſcribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes ſpectant, ſedulo curare: hunc Lydus paedagogus apud Plautum gymnaſij praefectum uocauit, his uerbis: (In Bacc.) Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram ueneras: Gymnaſij praefecto haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnaſiarchum colligitur in adoleſcentes, ſi quid peccaſſent, animaduertere magno Imperio conſueuiſſe: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in ſexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnaſiarchus, quod is loco: illi praeerat. Secundum locum habebat xyſtarcha. E hic ambobus xyſtis, ſtadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut ſcriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inſcriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in baſi ſtatuae Graecis litteris notata a nobis ſic latine reddita eſt.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, ſentẽtia mea, diuerſus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magiſter erat, cum xyſtarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos cuſtodem palaeſtrae dicere poſſumus; quod (6. Epidim. ſect. 8. prope finem.)

non

A non ſolũ ipſe luctaretur, uerũ etiã palaeſtra curam haberet. Agoniſtarchã uero eũ fuiſſe puto, qui certaminũ publicorũ p̃fectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi cõmunicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COMMODIANVS.

B Poſt hos aderat Gymnaſtes, quẽ Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omniũ exercitationũ exſtitiſſe, qui eorũ uires, ac potentias ad ſanitatẽ cõducẽtes callens, quo modo fieri deberent, quã diu, & q̃ quibus cõuenirent, tam athletas, quã ceteros oẽs exercitatores edocebat; eo q᷑ uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruũ aegrũ medico, aut gymnaſtae uẽdat, nõ eſſe redhibendũ uult, quaſi uterq. languẽtes ſanis dignoſcere ſcire debeat, immo Baſilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnaſtẽ, ac medicũ ſpeculari, & quaerere ſolitũ docet. hũc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum (In lib. ad Thraſ.) qui primus gymaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: C ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. Brogymnaſios uidetur Seneca epiſt. 83. eos uocaſſe qui ſimul exercẽtur uocabulo (quod equidẽ ſciam) nulli alteri uſurpato, quãquam Muretus progymnaſtas legendũ maluerit in ſuis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. cap. 6. a (lib. 3. c. 47.) Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem (lib. 1. c. 1.) uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam

Cicero

Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta repe- D
riuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uoluiſſent. Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt, quo in caſu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uidetur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſsimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti mi- E
les nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultatem ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον F
τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τι, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt, inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quiue, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen, quem

In lib. ad Tharſ.

Cap. 3.

li. 1. de tu. ual.

A quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias aſperis, alias mediocribus, uario, ac diuerſo modo, prout opus erat, corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατραλείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſsimi monumenta hanc inſcriptionem habet, in qua Mediaſtinorum fit mentio.

lib. 3. c. 45.

B

DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

C

Aderant ſerui balneares, lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exſiccantes. hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilae, utpote obſtrepentes intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij, de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, ut docti uiri cenſuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna uoce ſingulos enumerarent, ita ut

Ep. ſt. 57.

ut Seneca ab huiuſcemodi uocibus offenderetur. quorũ tamẽ ſentẽ D
tiã non probo, quod Iuuenalis certo teſtatũ faciat, fuiſſe in thermis,
qui ab alis pilos auellerent, ubi ſeruos ſuos deſcribens Perſico ait:

Sat. 11. *Nec pugillares defert in balnea raucus*
Teſticulos, nec vellendas iam praebuit alas.

Atque hos modo uolſellis ad id obeundum uſos eſſe: nunc reſina,
(hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum ho-
lib. 14. cap. norem obtinuiſſe confitetur Plinius) nunc pſilothris, opinor. quan
20. lib. 29. do narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedae-
cap. 1. monas cenſores, coactos aliquando fuiſſe, lege, & edicto cauere, ne
in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur.
Ianitores quoque gymnaſiorum unum quodque habuit; Fornaca-
tores, de quibus ſupra locuti ſumus. Miniſtrabant praeterea gym-
naſijs uariarum rerum uenditores, ut poſſent illi, qui in ipſis uerſa- E
bantur, & cupiditatibus, & neceſſitatibus ſatisfacere. inter quos
adnumerantur a Seneca libarij, hoc eſt, ut prudenter notat Rho-
diginus, liba uendentes, botularij, cruſtularij, &, quoniam inter
exercendum ſaepe uulnera, contuſiones, contorſiones, luxationes,
multaque alia fieri ſolent, ob id gymnaſia medicos ſimiliter habuiſ-
ſe opinor, qui mane & ueſpere huiuſmodi caſibus occurrendi, atq.
medendi gratia praeſto adeſſent, quemadmodum & in ludis, ſeu
publicis ſpectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuẽ
tae ſint hae duae antiquae marmoreae inſcriptiones, quibus medi-
ci ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

A Qui autem eſſent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio,
quod ſpectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim
poſt prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur.
Mane belluarum inter ſe, & hominum cum belluis certamina pro
ponebantur, ut ex Seneca epiſt. vij. necnon in fine tertij libri de Ira
cuius perſpectum eſſe poteſt. Poſt prandium hominum inter ſe pu-
gnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Hi-
ſtoricos ſaepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem
Seneca epiſt. vij. Illos, qui aduerſus beſtias certabant, beſtiarios; gla
diatores autẽ meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile eſt
intelligere. Cur autem meridianum ſpectaculum ſit uocatus ludus
magnus, exiſtimo cauſſam; quia maior pars ſpectatorũ confluebant
ad uidenda hominum, quam beſtiarum certamina; ut iure omnes,
B & praeſertim Seneca hanc populi in ſpectandis homicidijs delecta-
tionẽ ſint inſectati. Non eſt tamen illud ignorandũ, ſcholas quaſdã
Romae magnos, & matutinos ludos eſſe uocatas, forte quod in illis
meridie, in his mane homines exercentur. Concludo igitur gymna
ſia hos omnes habuiſſe miniſtros, gymnaſiarcham loci principem,
xyſtarchum, athletarum magiſtrum, gymnaſtam omnibus exerci-
tijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro
ſanitate, modum, & tẽpus utendi ac alia dignoſceret. Subiecti gym
naſtae multi erant miniſtri, paedotriba qui palaeſtrae miniſtrabat,
exercitationibus luctae praefectus, ſpaeriſtiricus, fricator, reunctor,
& mediaſtinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornacator. Atque haec
de gymnaſijs antiquorum a nobis ſatis dicta ſint.

C *De trium gymnaſticae ſpecierum differentijs, bellica, legitima ſiue medica, & vitioſa ſeu athletica. Cap. XIII.*

QVICVMQVE artem, aut rem aliquã ſibi exacte tractan-
dam proponunt, operae pretium eſt, ut non modo il-
lius naturam, atque ſingulas condiciones explicent, ue
rum etiam illam ab alijs, quae ſimilem naturam perin-
de, ac nomen obtinere uidentur, ita diſtinguant, ne lectores aequi
uocatione decepti uel circa res ipſas inſigniter decipiantur. & ideo
cum nos gymnaſticam ueram tractare propoſuerimus, quae medi-
cinae pars eſſe definita iam a nobis fuit, aliaeq. ſint gymnaſticae cir
ca eadem fere uerſantes. neceſſum arbitror de his ipſis ſermonem
facere, quo habito poſſit diuerſitas omnium facillime internoſci.
repetentes igitur quae ſuperius diximus, tres ſtatuimus gymnaſti-

cae totius ſpecies gymnaſticam ueram ſeu legitimam (ut Galeni D
more loquar) bellicam, tertiam uitioſam a Galeno nuncupatam:
hae omnes licet circa eaſdem fere humani corporis exercitationes
tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quo
rum gratia ſingulae inſtitutae ſunt, magnopere, ſicut etiam ſupra
monſtrauimus, differunt. Nam gymnaſtica ſimplex & medicinae
pars id ſolum curat, vt homines exercitationum moderatarum ope;
& ſanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiſcan-
In lib. de Philos. tur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμ-
νάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, ideſt, Fateor haud
" multas, ſed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum
inſerere. Hoc ita eſſe quoniam Galenus tũ in libello ad Thraſibu-
lum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copioſe, quam
luculenter demonſtrauit, & nos quoq. ſuperius aliqua ad hanc ſpe E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uer-
bis immorabor, ſed ad Bellicam tranſibo: cuius unũ dudũ erat ho-
mines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exer-
citationum adiumento ita diſponere, atque aptare, ut & in bello
ſeſe fortiter gerere, & hoſtes propulſare, & patrias tueri, & omnem
denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec
quoque ſicut & ſuperior bonum corporis habitum compararet, &
ſanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius fi-
nis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, pro-
pterea eandem nõ eſſe ſatis aperte conſtat. quod uero bellica gym-
naſtica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, lo-
cupletiſsimum teſtem Platonem in medium afferam, qui in ſeptı-
mo de legibus (poſtquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publi-
cos magiſtros habendos, qui gymnaſticam pueros, atque puellas,
& uirgines edoceant, quod ad aſſequẽdam militarem peritiam, nil
melius palaeſtrica & ſaltatoria gymnaſticae partibus inueniatur, id
quod etiam elegantiſsime in tertio de repub. & alibi ſaepe proſecu
tus fuit. Poſt Platonem Ariſtoteles ſimiliter gymnaſticam belli-
cam in octauo Politicorum expreſſe indicauit, ubi tam eas, quae
athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum
augmentationem impedire ſtudent Ciuitates, quam Lacones effe-
ratos laboribus adoleſcentes efficientes reprehendit, eamq. pueris
gymnaſticam tradendam conſulit, quae mitioribus laboribus, &
magis manſuetis exercitationibus illos robuſtos, & in bellicis nego
tijs uere fortes reddere queat. de hac gymnaſtica clare locutum
Ga-

A Galenum non reperio, niſi uelimus ipſum dum legitimam cele-
brat ſub ea iſtam comprehendere, quod & ipſa bono habitui com
parando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cun-
cta ſua ſtudia dirigat; atque illi qui medicinae gymnaſticae ope-
ram nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter
latinos quantopere conferret haec gymnaſtica militiae, quomodo
que addiſcenda, atque exercenda ſit, in ſuis de re militari libris lu-
culenter edocuit: ut non ſit ulli dubitandum, quin huiuſcemodi
ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Prae-
ter has duas eſt etiam gymnaſtica alia uitioſa, & athletica a Galeno
nuncupata, quae hominibus robuſtis efficiendis (talis enim fuit Mi
lo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheo
rolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere ſolitum ſcri-
B pſit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri
poſſent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud au-
ctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱε-
ροὺς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini
alias gymnica certamina, alias ſacra, alias ludos, alias gymnicos lu-
dos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuſcemodi certamina
in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel ſacra certamina,
uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando ſa-
crorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophon
tem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώ-
νων ἀθληταὶ ῥαδίως περιγενόμενοι... ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, ideſt,
Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas
tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum po-
pulum peragebantur; aut in gymnaſijs, uel alijs publicis locis exer-
citationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes ſe-
cundum Iulij Pollucis ſententiam huiuſcemodi certatores commu Lib. 2.
ne habuiſſe reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati ſunt
ſimplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, ſiue praemium erat, cui ope-
ram nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου ideſt a certamine niſi potius (quod
maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, ſiue ἀπὸ τῆς In ſuas ar. ad 60. ar.
ἀθλιότητος deductum, ad ſignificandam huiuſce generis homi-
num incredibilem miſeriam, quod tamen non eſt neceſſe credere.
Dixi quoſcumque exercitatores tales gratia praemij certantes ſim-
plici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymna-
ſticae bellicae profeſſoribus interdum eo nomine, ſed non ſimpli-
ci utitur, immo fere ſemper aliquid apponit, ſicuti in 3. de Repu.
 ubi

ubi athletas ueros a bellicis diſtinguens ita inquit: κομψοτέρας δέ τινος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, ideſt, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus eſt, quos tamquam uigiles canes eſſe neceſſarium eſt. & rurſum ſeptimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγοντι ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; ideſt, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes eſſe debere diximus? Atque alibi ſimiliter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnaſticae bellicae exercitatores, ſemper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud; ut in fine ſeptimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, niſi ut eos ab athletis ueris diſtinguat. Quare concludens dico, primae, & ſecundae gymnaſticae profeſſores numquam proprie athletas uocari; ſed tantum profeſſores tertiae, quo nomine uere proprie palaeſtritas, pugiles pancratiaſtas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuiſſe confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaeſtritae, & reliqui, cum id ſolum propoſitum haberent, ut ad certamina ſe compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiuſmodi eſt cibus ex ſuillis carnibus, quibus ſoli ueri athletae ueſcebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuerſi, quod ſolum uincere, & coronam aſſequi ſtuderent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & ſanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos ſimpliciter gymnaſticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium eſſe ſimpliciter athletam, alium ſimpliciter gymnaſticum, necnon tres fuiſſe artes in exercitationibus uerſantes communi nomine gymnaſticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forſan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitioſa appellata ſit: quae ue robori, non ſanitati operam daret: robur enim diuerſum habitum a ſanitate exigere, teſtis eſt Ariſtoteles viij. ſect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, ſanitati uero rarum conuenire ſcribit.

[D] [E] [F]

A *De vitioſa Gymnaſtica, ſiue Athletica. Cap. XIV.*

POSTQVAM de bellica gymnaſtica, atq. etiã de gymnaſtica ſimplici, quãtum ad praeſens negotium ſpectabat, ſatis diſeruimus, iam opportunum erit de athletica ſermonẽ habere. quae quoniã tẽporibus Galeni, atq. etiã ſuperioribus maximã auctoritatem ſibi uendicauerat ideo ei opus fuit, ut eam longiſsima oratione, atq. impuriſsimis contumelioſiſsimiſq. uerbis inſectaretur. quod quã ſapienter ſimul ac iuſte fecerit, ex his q̃ de illius profeſſorũ moribus aliiſq. conditionibus dicturus ſum, facillime clarũ futurum ſpero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor eſt gymnaſticos ludos a Lycaone, athleticã ab Hercule olympiae inuentã fuiſſe: ut tota haec ars duos parẽtes habuerit, qui tametſi inſignes fuerint, atq. artem illuſtrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen lõgo poſtea tẽporis interuallo, atq. prauis hominũ moribus ita corrupta, ac adulterata eſt, vt verius κακοτεχνίας, quã artis nomen ei cõueniſſe dixerit Galenus, ſi quidem illius exercitatores dum ſpe victoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incraſſando, roboriq. cõparando nimium incumbebant, mentẽ etiã craſſam, ſenſuſq. omnes hebetes, torpidos, ac ſegnes reddebant. unde non immerito Plato athletas ſomnolentos, ſegnes, ignauos, deſides uertiginoſos, tandemq. morboſos nuncupauit: Hippocratẽ medicum ſecutus, qui habitus athletarũ ueluti periculoſos, maximiſq. aegritudinibus obnoxios ubique deteſtatus eſt, ſicut & Plutarchus eos ſatis atq. gymnaſiorũ columnis ſimiles efficit, alias itẽ confeſſus quod Graecis nihil aliud mollitiẽ, atq. ſeruitutẽ inuexerit, niſi haec gymnaſtica uitioſa, cuius opera torpentes atq. relangueſcentes ab armis delapſi ſunt, cõtenti proſtrenuis, atq. fortibus militibus ſeipſos bonos palaeſtritas, & athletas dici. Porro hãc rem ita eſſe nemo ſane dubitabit, ſi totã eius naturam breuiſsima oratione ab Ariſtotele explicatã perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de Agoniſtica (ſic etiã athleticam appellatã ſuperius diximus) haec ſcripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικός, ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικός; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. i. Agoniſtica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celeritate cõponitur: nam & celer fortis eſt: qui.n. quodammodo crura

[B] [C]

Margin notes: In ſuas. ad bo. ar. — lib.7.c.56. — In lib. ad Thraſ. — Tertio de repub. 1.Aph.lib. — In lib. de tu. ual. — Cap. 5.

proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt, curſor, qui uero cō- D
primere,& cōtinere luctator; qui percuſsione impellere, pugil; qui autē utriſq. his, pācratiaſtes, qui uero omnibus his, quinquertio eſt. Ex quibus clare patet athletarū omniū inſtitutionē, atq. diſciplinā huc tantum ſpectaſſe, ut corporis magnitudinē, robur, atq. celeritatem cōpararent, quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus cōtenderent, quinq. tamē praecipua erant, in quibus uel ſemper, uel plerūq. tā in ſacris certaminib. quā in ludis, amphitheatris, & publicis ſpectaculis, ſed praeſertim in ſtadio, quod fere ſolis athletis proprie deſtinatū erat, certabant, lucta, pugilatus, curſus, ſaltus, & diſcus. unde luctatores, pugiles, curſores, ſaltatores, diſcoboli nuncupabātur, qui ſeparatim in ſingulis pollerēt, ſicuti Pācratiaſta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat: qui uero in cūctis quin- E
que, pētathlus, & uocabulo Romano quinquertius uocabat, ut docet Feſtus etſi Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas ſignificare ſcribat idē Feſtus, apud quē etiā perihodon uiciſſe dicebatur is, qui Pythia, Iſthmia, Nemea, Olympia uiciſſet, nomine a circuitu eorū ſpectaculorū accepto. Erant poſtmodū Halteres, iacula, atq. nōnulla alia, quorū quoq. certamina athletae obibant, at in publicis ludurū, & ſacrorū certaminum celebrationibus raro illa peragebātur, una excepta monomachia, quā Graecos ſacerdotes aeſtatis tēpore in Pergamo exercere cōſueuiſſe memoriae prodidit Gale-
3. d art. 23. nus. Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuerſos fuiſſe ſciā, quod M. Cicero teſtatū fecit Epiſt. fam. lib. vij. Epiſt. j. his uerbis, Nā quid ego te athletas putē deſiderare, q gladiatores cōtempſeris? Niſi dicamus qd memoriae proditū habe- F
tur à Dionyſio Halic. antiq. Rom. lib. x. athletas alios fuiſſe leuiorū, alios grauiorū certaminū, atq. hos poſteriores fuiſſe gladiatores. De ijs in Digeſtorū lib. 9. t. I. A quilia ab Vlpiano ſcriptū reperio: Si in colluctatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter ſe exercētur alius aliū occiderit, ceſſat Aquilia, qa gloriae cauſſa & uirtutis, non iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores hāc athleticā in maxima exiſtimatione habitā. cuius ea erat ratio, qd homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolēt, a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cū athletica in publicis ludis ceteriſq. ſpectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atq. a multis expetita fuit: quādo
Lib. 16. c. 4. athletis ludos ingredictibus ut refert Plinius oēs aſſurgebant, etiam ſenatus, ijq. ſenatui proxime ſedebāt, necnō cū patribus, auis paternis

A nis a quibus ſuis muneribus uacabāt, & uictores in patrias triūphātes inuehebātur, immo Athletis ingenuos caedere, atque becidere, qd alijs uetabāt leges, nō modo licuiſſe, uerū etiā honorificū fuiſſe auctor eſt in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicā, qd Euſebius in v. de Praeparatione euāgelica multo ſermone damnat ueteres, ſ. eo ſuperſtitionis, atq. inſaniae interdū deueniſſe, ut pugiles, atque athletas in Deorū numerū referrēt. Quibus oībus rationibus ſatis clarū eſſe pōt, athleticā antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe: & propterea nō temere illā Galenū inſectatū eſſe, dum animaduerteret, quantū dāni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; ſi qdē nō modo cūcta animi, uerū ēt corporis bona; ita corrūpebātur, ut nihil inueniri poſſet, qd maius hominib. q gloriae, & pmiorū ratione illā undiq. ambiebant, detrimentū afferret, quēad-
B modū Euripides quoq. elegantiſsime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους. — Gal. ī ſua. ad bo. ar.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτρέφειν πάτρας;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυμπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primum bene incolere haud diſcunt,
C *Neque poſſunt etiam, quo etenim modo*
Quis qui eſt gulae deditus, uentriq. indulget,
Diuitias parabit, ut alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt: nam in malis diu uerſati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commentarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticam tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe. Sed quia athletas praemij gratia certare, atque uitam mille necis generibus exponere conſueuiſſe nō ſe- 7. Aen. in vita Plat.

 mel

mel dixi,id hoc in loco nequaquam praeterire uolo,athletis non ea D
dem quocumq. tempore fuiſſe premiorum genera propoſita, ue-
rum,ut Clemens Alexan.ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit,
primo fuit δόσις, ſeu donũ,ſecundo plauſus,tertio filiorum conie-
ctio, poſtremo corona δόσιν autem apud Clementem, niſi ali-
quid in eius uulgato codice deſideretur, puto nil aliud quam con-
giarium ſignificare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox
uſurpata inuenitur . niſi potius leue aliquod munuſculum deſi-
gnet, quod poſterioribus omnibus uilius exſtiterit.

De viuendi Athletarum ratione. Cap. XV.

QVONIAM de athletica prauitate quamplurima egre-
gie ſimul,ac eloquenter ab Hippocrate, Platone,atque
Galeno diſputata ſunt,nosq. etiam illos imitati nõnul- E
la diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati
ſunt palaeſtritae, uiuendi rationem in medium proponere decre-
uimus. qua perſpecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus homi-
num,quaeue illorũ ars foret,& quã ſapiẽter illi fecerint, qui ipſam
explodere,& contumelioſa oratione improbare conati ſunt. ſed,
quoniã tota uiuendi ratio in ſex rebus, quas nõ naturales appellare
medici uoluerũt,collocata eſt,uidelicet cibo,& potu,ſomno,& ui-
gilia,quiete,& motu,aere,animi affectionibus, atq. excrementorũ
euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere ſeſe gere-
rent,explicabo. Primũ itaq. in cibo ac potu quadrupliciter erraſſe
cõſpiciuntur,qualitate, quantitate,ordine,ac tẽpore. Quod ad qua
litatẽ pertinet,uarijs cibis athletas uſos diuerſis tẽporibus inuenio.
ſi quidem primis illis antiquioribus ueſci caricis praeſcriptum ſcri- F
Li.13.c.7. Li 1. colle. cap 40. bunt Plinius,atque Oribaſius, quod, ut pingueſcerent, factitaſſe.
exiſtimo. Quis uero primus carnes eis conceſſerit,auctores inter ſe
diſſentiunt: Plinius exercitatorẽ quendã Pythagoram athletis pri-
mum carnem comendendũ exhibuiſſe ſcribit,Oribaſius Pergame-
nus Goram caricarum uſum, & antiquam uiuendi illorum conſue
tudinem ſuſtuliſſe, primumq. Eurameni Samio carnes appoſuiſſe,
atq. talem uiuendi rationem in poſteros emanaſſe tradit. utcumq.
ſit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus ueſcebãtur,& prae-
ſertim ſuillis, ut ipſe de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterũ ne-
que uno carnium genere ſemper illi uictitarunt, quoniam interdũ
caprinis ueſcebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta,
quẽ Clitomachus Carthaginienſis nouae academiae ſectator prae-
clarus reliquos ſui temporis athletas uiribus ſuperaſſe refert, quod
caprinas

A caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro ci-
bo fuiſſe innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiuſdam pro-
cacitatem, & obſcenos mores deſcribens ait.

Inter catellas anſerum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaeſtritis.

Attamen illos in frequentiore uſu habuiſſe carnes tũ bubulas, tum
ſuillas,ſatis conſtat ex Galeno,qui ex illis, & pane cũ caſeo ſine fer-
mento confecto, quod Coliphium uocatum eſt, uictitaſſe ſcribit,
ut duritie, ac alimentorum craſſitie non modo uberius nutrirẽtur,
ſed etiam diutius ſaturi permanerent,quo genere uictus cũ Biantes
pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurrebat,
quos refert in quincto Epid. Hippocrates: ſcribit Plinius, Valeria- 4. de re me. cap. 27.
nus nullum athletarum cibum abſq. anetho exſtitiſſe, forſan quod
B crederent ab eo nutrimentum ſolidũ produci,aut quo huiuſcemo-
di herbae odore alij cibi condirentur, ſicque magis ipſis ſaperent,
aut quo ſomnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis du
ris; anethum enim ſomnum prouocare ſciunt medici. Quantitas
cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum menſuris ſuperior,
ſciri poteſt ex ijs, quae ſcriptis mandauit Galenus ſecũdo de digno.
pulſuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuiſſe,
ut aliqua ex parte fabuloſo illi fidem adhibere ualeamus, quod de
athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quo-
rum alterum carnium minas uiginti deglutiſſe, & panis totidem,
uini choas perſiccaſſe tres,ac aliquando taurum, quem per ſtadium
retento anhelitu geſtarat,ſolum abſumpſiſſe; alterum prope infini
ti cibi,ac potus capacem, nulliq. parem exſtitiſſe ferunt; atq. hinc
C perſpicuum fit,quam vere Ariſtoteles. 4. de gen. animalium dixe- Cap. 3.
rit, ſaepenumero athletis membra uarijs formis affici,cum ob mul
tam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes ci
bi partes conficere,& confectas aequaliter diſtribuere, ſicut octauo
Polit.cibum eorum,qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit,ut Gal. iij. de tuen. ual. ἐδωδὴν
πρὸς ἀνάγκην quaſi plus, quam ferre quamquã ſcio non defuiſſe,
qui aliter eam uocem apud Ariſtotel.ſint interpretati,poſſent,ede-
re cogerentur: qua etiã utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi 7. meth.
cap. primo. Ordinem ſimiliter nullum, aut perpuſillum athletas in
comedendo ſeruaſſe,ut & temporis nullam rationem habuiſſe, ſa-
tis ex ſuperioribus clarũ eſſe poteſt, niſi qđ refert Galenus eos non
aeque mane,ac ueſpere cibos ualidiſſimos accipere cõſueuiſſe, ſed
dumtaxat in cena, non modo ratione, uerumetiã experientia docti
cibos

cibos in ſomno, quando calor magis uiget intus, facilius cõfici, alio D
qui concoctu difficillimos ipſis, cũ ob qualitatem eorum ualde ca-
lori reſiſtentẽ, tum ob immenſam quantitatẽ. quamuis ſecus uidea
li.11.c.53. tur ſenſiſſe Plinius, qui ſcribit athletas maluiſſe ſemper cibos ambu
latione, quã ſomno perficere, ratos ſomnum ad corpulentiã, quam
Prob.4. ad firmitatẽ magis conferre. quod ſi Plutarchus 4. ſympoſiacorum
eoſdẽ ſimpliciſsimis cibis uictitaſſe, omnemq. uarietatẽ prorſus ef-
fugiſſe tradit, eius ſententiã ita accipere debemus, ut uoluerit athle
tas uno ſolum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcũ-
que fuerit, uſos. quod neq. nos negamus, qui ſupra diximus frequẽ
tiſsimos eorum cibos fuiſſe ſolas bubulas, aut potius ſuillas carnes.
Atqui ſomno, & uigilia qualẽ moderationẽ ceteris uitae eorũ par-
tibus reſpondentẽ athletae adhibuerint, clariſsime demõſtrauit Pla
to, eos ubiq. ſomnolentos appellans. In motu quoq. & quiete nul- E
lam menſuram ſeruare ſolitos athletas teſtatur Galenus, qui eos mo
do tota die laborare, quando.ſ. exercitium τέλειον, ſiue κατασκελὴν
apud Galenum tertio de tu.ual.ij. uocatum inibant, modo nocte,
modo a cibo, modo ante conſueuiſſe narrat. quaſi propoſitũ in om-
nibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de ſanitate uniuerſa cõ
temnere, (labores, cibi, potiones, ſomni, uenus, omnia moderata) il-
ludq. unum ſibi propoſuerint immoderate, ſemper, & nulla habita
38. partic. prob. 5. regula elaborare. quod cum Ariſtoteles intelligeret cauſſam quae-
rens, qua mediocriter inſudantes ſtatim ab exercitatione colore
amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo
euenire, quia Athletae prorſus nimium laborant, nimius uero la-
bor colorẽ cum ſudore, & ſpiritu extrudit, paloremq. inducit, ſicuti
mediocris calore in ſumma corporis retento leuiter colorẽ prouo- F
cat, & ad corporis ſuperficiẽ inuitat, ut calefactis, aut pudefactis ac-
cidere ſolet. Qui igitur ſine menſura ſemper laborabant, Athletas
In libro de morborũ temporib. minime mirum eſt Galenum dixiſſe quinque annis ad ſummũ ἰσο-
σθενεῖς perduraſſe. Iam quoq. aeris ipſos nullum diſcrimen effeciſſe
credere poſſumus, quod ſub ardenti ſole exercerentur, nec uento-
rum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationẽ haberent.
quamuis dum ſe ad futura certamina exercerent, antiqui curarint,
ut illud in ſalubri aere factitarent, ſicuti manifeſtũ eſt e xyſtis, quas
ideo fabricatas in gymnaſijs ſcribit Vitruuius, quo athletae in hie-
me ad uitandas aeris iniurias inibi in ſalubriori aere cõmodius exer
Homilia 54. ceri ualerent, quo tẽpore multas plagas, ut tradit Baſilius Magnus,
perferebant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, ſed a
magiſtris exercitationum praeſcriptum ſequebantur. Ita etiã apud
Stra-

A Strabonem legimus, ueteres conſueuiſſe athletas Rauennam mitte- Geograp. lib. 5.
re, ut ibi in ſalubriori aere cõmodius exercerentur. Ab animi affe-
ctionibus athletas uehementius, quam par ſit, affectos fuiſſe nemo
negabit, qui conſideret quam leui ex cauſſa certatores omnes excã-
deſcant, quantopere uicti triſtentur, quantum uictores exſultent,
& denique quo ſemper animo uiuant illi, qui tum immodice ſatu-
ri, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorũ exi-
nanitionibus (quod erat ſextum, & ultimum) pauca dicenda forẽt,
quod forſan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam ue-
nus inter neceſſarias ſanitati inanitiones a medicis reponitur, quo
modo ſeſe gererẽt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, &
Gal. uenerem moderatã eſſe debere praeceperunt, tam eos, qui im-
modice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguiſſe ab
B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde
magnopere in hac athletae peccaſſe conſpiciuntur, qui perpetuo
ſeipſos coitu interdicebant, cum ceteris forſan ob nimiam alimẽti,
& ſanguinis copiã magis neceſſe haberent, de his namq. Gal. 6. de
loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae na-
turae ὑπὸ ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut ſo-
brietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à ueneris uſu abſtinen-
tes torpidos, atq. pigros effectos ſeſe uidiſſe ſcripſit. Quod porro a
Venere prorſus athletae abſtinuerint, praeter Platonem, qui Aſty- 8. de legib.
lum, Diopompum Criſſonem, Iceum Tarentinum tales exſtitiſſe
memoriae prodidit. Galenus quoque teſtatum fecit, & poſt Gale- 6. de loc. affec. in fi.
num Baſilius Magnus, qui in homilia 52. ſcripſit, paedotribas conſi
derantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad neceſſa
C riorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae le-
gem promulgaſſe, quae adoleſcentum corpora a uoluptatibus tuta
conſeruaret, & decertantibus ipſis ne adſpicere quidem uenuſtas
formas permitteret. Id etiam ſignificauit Martialis, qui de Blatara
quodam athleta ſermonem habens, ita ſcriptum reliquit.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus lib. 11.
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.

Non modo enim ſe athletae ad inhibendam uenerem frigida laua
bant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regio-
nibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus fran-
gendos adhibebant, ut teſtati ſunt Plinius, & Galenus. quam rem li. 34. c. 18.
etiam intelligere uoluiſſe Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui 5. de tu. ua. c. ult.
in ſtadio currunt, ab omnibus abſtinent, & hi quidem ut mortalem
coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam ſententiam
ſuſius

lib. ad martyr. fuſius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- D
tae ſegregentur ad ſtrictiorem diſciplinam, ut robori aedificando
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundio-
re: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexan-
drinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in commentario ſu-
pra Epitectum intellexit, qui ſtudio coronae athletas a uenere ab-
li. 28. c. 6. ſtinere ſcripſit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti
ſolitos ſentire uideatur, ubi eos torpentes reſtitui, uenereisque uo
cem, cum e candica declinat in fuſcam, reuocari dicit. Hoc itaque
fuit athletarum uiuendi inſtitutum, quod quantum ſanitati detri-
mentum afferret, ut Hippocratem ſileam, affectū athleticum haud
ſecundum naturam eſſe dicentem, argumento eſſe poſſunt, quae
In ſuaſ. ad bo ar. ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Galenus, uidelicet repentinae
In lib. ad Thraſ. obmutationes, ſenſus, & motus amiſsiones, ſuffocationes, uaſo- E
lib. 2. aduer. Iouin. rum ruptiones. ut non ſine maxima ratione Diuus Hieronymus
athletas nequaquam diu uiuere potuiſſe ſcripſerit, Hippocratis &
Galeni auctoritate uſus. Igitur non ſatis mirari poſſum qua ratio-
ne ductus Cornelius Celſus medicus alioqui & eruditiſsimus, & elo
quentiſsimus in laterum inueterato dolore uictu athletico uten-
dum conſulat: niſi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato
ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum
profeſsione, quoniam ad inſtitutum noſtrum plura dicere non per
tinet, haec ſufficient, ſi unum addidero, quod Clemens Alexandri-
3. li. paedagogi. c. 9. nus quaſi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam hone-
ſtatis imaginem habuiſſe, ut numquam in publicum ad certandum
ſine ſubligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum in-
uectum, ſicut a Palaeſtra Mercurij filia pudendos locos obtegendi F
conſuetudinem inter mulieres, quae curſu, & alijs exercebantur,
Lib. x. antiq. Rom. introductam, eſſe memoriae mandatum eſt. Quamquam Dioni-
ſius Halicar. ſcribat ex Homero colligi ad priſcos illos turpe habi-
tum eſſe nudos certare, primum autem omniū Olymp. xv. Nean-
thum Lacedaemonium Olympiaco ſtadio decurrentem totum
corpus denudaſſe pudendis tantum ſubligaribus campeſtribus ob-
tectis.

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER SECVNDVS

Quid ſit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.

POSTQVAM de Gymnaſtica, quid ſit, eius
originē, nec nō uerae, & nō uerae differētia
ſatis explicauimus, cōſequens eſt, ut, ceteris
non prorſus omiſsis, illā p̄cipue orationē no-
B ſtra proſequamur, q̄ ad medicinam facit, &
de qua tractatione habere polliciti ſumus.
Quoniā uero, dum gymnaſtae definitionē
in medio proponeremus, eam eſſe artē quā-
dam facultates omniū exercitationū noſcentē, earumq. uarietates
opere ipſo gratia ſanitatis edocentē indicauimus: recta doctrinae ra
tio poſtulare uidetur, ut, quid ſit exercitatio, prius cognoſcatur, de
inde in proprias ſpecies diuidatur, atq. illarū unaquaeq. ſingulatim
explanetur. hoc etenim facto, cū ars (dicebat Ariſtoteles) ſit recta 6. Ethic.
operandi ratio, uidebimus q̄ ſit in obeundis exercitationibus haec
recta ratio, quomodo illarū unaquaeq., uel ad parandū bonū habi
tū, uel ſanitatē defendendam cōferat. Exercitationē itaq. definiuit
C Galenus, ſecundo de tu. ual. & ipſum ſecutus Aetius, eſſe motū ue- lib. 3. c. 2.
hementē, anhelitum alterantē, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, ſiue
exercitationē, motū, atq. laborem inter ſe differre demōſtrat: pro-
pterea qd' motus eſt res quaedā magis cōmunis, atq. pluribus cōue-
niens quā exercitatio, cum ſaepe multi moueantur, neq. exerceri di
cantur, exercitatio uero nō fit, niſi uehemens motus: ſimiliter labor
licet ſit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur
exercitatio, ſi quidē fodientes, atq. metentes laborare, ſed non pro
prie exerceri dicuntur; tametſi etiā aliquando cōmuni quadā appel
latione labor, exercitatio uocatur: quemadmodū Galenus ab Hip- 6. de morb.
pocrate uocatū eſſe cenſet, quādo is dixit, Labores cibū praecedāt, vulg. cō. 4.
&, ubi fames, laborandū non eſt. ibi enim uocē hanc πόνος, quae & tex. 31. 2. Aph. 16.
dolorem & laborem, ſiue damnum, ut Erotiano placuit, & exercita In Onomaſtico.
tionem ſignificare ſolet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere 2. de tu. ua.
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex ſententia Galeni, & Aetij lib. 3.
niſi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap- cap. 2.
pella-

pellatus, quod plerumq. nudi, aut ſaltem cum paucioribus ueſti- D
bus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνά-
σιον appellatum ſuperiore libro abunde monſtrauimus. Sed quo-
niam poſſet aliquis etiam in gymnaſijs ab altero per uim uehemen-
ter moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec
Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam
Li. 1. fen 3. integra eſt. & proinde Auicenna Arabum omnium doctiſſimus cũ
doc. 2. c. 1. animaduertiſſet haud plene exercitationem a Galeno definitam
fuiſſe, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exerci
tatio eſt motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & fre
quens eſt neceſſarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui le
uem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: non
enim appoſuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens ſit anhe-
litus, ſemper neceſſario ſequitur motum illum vehementem exſiſte E
re. ſed neq. haec definitio Auicennae mihi plene ſatisfacit: quo-
niam, etſi conueniat omnibus triplicis gymnaſticae exercitationi-
bus, eas tamen proprie nõ cõplectitur: de quibus ad medicũ tracta-
re ſpectat, & nos etiam loqui inſtituimus: ſiquidẽ omnia quattuor
cauſſarũ genera haud quaquã cõplectitur, cum neq. materialis ex-
plicetur, neq. cauſſa cuius gratia. Accedit itẽ illud, quod multi uo-
luntarie uehementer, & cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pa
cto dicentur proprie exerceri, ſicuti ſerui cum celeritate dominorũ
mandata exſequentes, & ſicuti illi, qui uel inimicorũ impetum, uel
quid aliud triſte effugientes, & uehementer mouentur, & frequen-
ter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicẽnae definitio haud per-
6. coll. c. 2. fecte totam exercitationis naturã cõplectitur; ſicut neq. illa Auer-
rois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem eſſe mẽbro- F
rum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiẽtes di-
camus, quod exercitatio, de qua medici intereſt tractare, proprie eſt
motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alte
rato uel ſanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia fa-
ctus. ita namq. definitio omnes cauſſas comprehendit, atq. ſoli de-
finito conuenit: uerum enimuero poſſet aliquis merito a me ſciſci-
tari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercita-
tionis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis,
ſed ab alio dependere uideatur? cui reſpondeo, non minus equi-
tantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, ſi nõ proprie, ſaltem
communiter, dummodo gratia ſanitatis, uel etiam militaris ſtu-
dij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui
exercitationem nuper a nobis definitam ſuſcipiũt. quibus uero ali-
qua

A qua ex condicionibus neceſſarijs deeſt, illi potius communiter, quã
proprie exerceri dicentur, ſiue a ſeipſis, ſiue ab alijs moueantur;
quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam
motus equi, ratione cuius ipſe mouetur, ab equitantis appetitu, &
dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque ſimilibus a nobis
ſemper erit intelligendum. atque hanc fuiſſe Galeni ipſius ſenten-
tiam, eius uerba in ſecundo de tu. ual. ſcripta indicant: ubi ait, eos,
qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, ſed etiam exerci-
tari communi ſaltem exercitationis appellatione, quemadmodum
clarius adhuc adſtruit quincto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum
communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽ-
tem, ut etiam uidetur appellaſſe Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix.
ubi exercitationem a geſtationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus diſtinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a grae-
cis γυμνάσιον uocatam fuiſſe, haud ſecus ac locum, in quo fiebat;
ambigeret fortaſſe aliquis, num exercitationes, quae extra gymna-
ſia peragebantur, proprie tales eſſent, an non? cui reſponſum eſſe
uolo, definitione exercitationis cum non ſit appoſitus peculiaris
locus, indicari eum haudquaquam exercitationi neceſſarium fore,
& propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu al-
terato gratia ſanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi fa-
ctum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo ſecius exercitationẽ uo-
cari debuiſſe, atq. debere, quam in gymnaſijs actum. nam ambula-
tiones per uias, pilae luſus, iaculationes, & ſimilia quis ſanae mentis
non uocet exercitationes? etiam ſi ruri, & in uicis efficiantur, dũ-
modo ceteris condicionibus minime careant? quare ita ſeſe haben
C te, etiam ad gymnaſticam facultatem de exercitationibus omnibus
ſiue in gymnaſijs fiant, ſiue extra tractationem ſpectare dicendum
erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obſer
uatiſſimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tempore
ſuo exerceri ſolitas fuiſſe in 4. de loc. affect. libro ſcriptum reliquit.

De Gymnaſticae medicinae diuiſione. *Cap. II.*

TRACTATVRI medicinae gymnaſticam, quid ſit exer-
citatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nunc no-
bis propoſito ualde conſentaneum eſt, gymnaſticam
ipſam partiri. ex qua diuiſione ſeſe clarum offeret iter,
quo ad inueniẽdas exercitationum omnium ſingulas antiquis uſi-
tatas ſpecies incedamus. Quod enim huiuſce gymnaſticae uerum,
atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ ſit, animantia bru D
2. de leg. ta fidem facere merito ſcripſerunt & Plato; & Galenus: ſiquidem
2. d tu. ua. illa ſtatim ac mundanam hanc lucem ueniunt, ſeſe mouere, agita-
re, ac ſaltare conſpiciuntur: uelutiquoque pueri factitant, qui ta-
metſi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hanc uita exeant, nihi-
lominus & ipſi, quantum conceditur, ſeſe mouere nituntur; atque
ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus poſtmo-
dum creſcentibus annis dum condiciones ſupra deſcriptas recipiũt
nil aliud plane ſunt niſi ipſiſsima facultatis gymnaſticae opera: ut
omnino dicere cogamur ipſam ſi non a natura factam, ſaltem ſe-
cundum naturae propenſionem eſſe. Huiuſce facultatis cum Pla-
to duas primarias, atque uniuerſales partes effecerit; proinde allatã
ab ipſo gymnaſticae diuiſionem in mediũ proponemus, non quod
ſub ipſa omnium exercitationum ſpecies appoſite contineantur, E
ſed quod a nullo alio artem hanc melius diuiſam hucuſque uidere
contigerit. neque nos quiſquam reprehendere debet, quod in plu
ribus Platonis, quem medicum nemo ſanus reputat, auctoritatem
in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nõ
minus medici, quam Pythagorae eius diſcipuli credere tenentur,
ſcriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuiſſe, nec
uſquam ab illius placitis receſsiſſe: nam Galenum hoc in loco ſe-
qui non poſſumus, quoniam, ubi ſimilem diuiſionem aggreſſus eſt,
exercitationum potius, quam ipſius artis partitionem inſtituiſſe ui
detur. Plato igitur libro de legibus. VII. cum demonſtraſſet ſini-
ſtras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earũ
apparentem debilitatem potius conſuetudini, exercitationique,
quam naturali defectui adſcribendam fore, tradit ad eos pertinere, F
qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos ſiniſtris etiam
exercendis aſſueſaciant. poſtea docens quae ſint illae diſciplinae,
ductu quarum pueri excoli debeant, alteram muſicam ex ijs eſſe, al-
teram gymnaſticam ſcribit: gymnaſticae rurſus duo membra fa-
cit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχή-
σεως alteram eſſe dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, al
teram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membro-
rumq. pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametſi Plato de
gymnaſtica bellica dumtaxat ſermonẽ habere uideatur, nihilomi-
nus eadem fere eſt ac medicinae gymnaſtica, fine ſolum differens,
nec prorſus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum
parare, ualetudinemque conſeruare intendit ſicut medicus, ſed
alium finẽ addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus ſecundum Plato-
nem gymnaſticam diuidi in ſaltatoriam, atque palaeſtricam, ſub
nomine palaeſtricae intelligentes uniuerſam illam exercitationum
ſeriem, quae uel in palaeſtra gymnaſiorum, uel in loco palaeſtrae
uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnaſtica facultas
quaedam exſiſtat, ut ſaepius diximus, quae & naturam, qualitatesq.
exercitationum noſcit, & eis utendi modos, ac regulas ſanitatis, aut
boni habitus gratia praeſcribit, cunctae fere exercitationes cum ar-
te factae, quae nil aliud ſunt, quam motus quidam humanorum
corporum, aut a ſaltatoria, aut a palaeſtrica deſcribuntur, praefi-
niunturque id quod forſan Galenus innuere uoluit, quando in ſe-
cundo libro de muſculorum motu ſcriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ
παλαιστικοὺς ſolos facile crura flectere: neque enim ſum neſcius (ut
B paullo ante dixi) minime hanc gymnaſticae diuiſionem perfectam
exſiſtere, neq. ab illa ſingulas exercitationum ſpecies comprehen-
di poſſe, quoniam ambulatio, equitatio, & ſimilia gymnaſticae ex-
ercitationes ſunt, nihilominus ſaltatoriae aut palaeſtricae nequa-
quam ſubſunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauiſsi-
mo auctore traditam aliqua ex parte ſequemur, quod ſi nos etiam
eam magis illuſtrantes dixerimus gymnaſticam duplicem eſſe, alte
ram, quae motus hominum a ſeipſis factos ſolum, alteram quae mo
tus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaeſtri-
cam, tum in ſaltatoriam diuidi, non modo cum Platone ſentie-
mus, uerumetiam ipſius rei ueritatem fortaſſe aſſequemur; ſi qui-
dem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam ſub ali-
qua praedictarum ſpecie contineri non oſtendamus. Nec quid-
C quam ſentẽtiae noſtrae obſtabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς
inſcribitur, (ſi is eſt Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt,
Herodoti medici) ſub alio artis genere palaeſtricam, & orcheſti-
cam, ſub alio medicinam, cuius partem gymnaſticam effecerunt
ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de ſaltatoria, quae erat hiſtrio
nicae ſpecies, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loqui-
mur; ſimiliter & de palaeſtrica uitioſa, quam athleticam nos uo-
camus, & omnino a medicina alienam cum Galeno ſtatuimus;
non autem de palaeſtrica, neque de ſaltatoria a Platone, & a nobis
intellectis.

De Saltatoria. *Cap. III.* D

CVM itaque gymnaſtica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a ſeipſis,& quae ab alijs factos ſpeculatur; atq. prima adhuc in ſaltatoriam & palaeſtricam partiatur, ne cōfuſa euadat tractatio noſtra, primo ſaltatoriā, deinde palaeſtricam omnes in palaeſtra, uel loco ſimili actas exercitationes complectentem explicabimus, poſtremo eam, quae circa motus ab alijs factos uerſatur, gymnaſticā adnectemus, quibus tractatis uniuerſa gymnaſtica nota fiet. Saltatoriae igitur, ſiue ὀρχήσεως, tres ſpecies Homerum nouiſſe, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile poſſunt. Prima eſt cubiſtica, quam Xenophon, atq. Suidas ſcribunt fuiſſe artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput ſaltabant, quomodo etiam E tempeſtate noſtra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hāc, κυβίστημα uocauit Lucianus, & in gloſſario habetur, cernulat κυβιστᾷ, quam uocem etiam uſurpauit Seneca Epiſt. viij. etſi cernuat plures codices habeant. Secunda ſpecies eſt ſphaeriſtica, ſiue pilae ludus. nam quod ludentes pilas ſaltarent, praeter Homeri teſtimonium qui ſexto Odyſſeae de Nauſicaa haec tradit:

σφαίρῃ τε γδ' ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nauſicaa ob niueas ſpectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

teſtatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, ſicuti inferius indicabimus. F Tertia ſpecies eſt ὄρχησις ſimpliciter dicta, nos ſimpliciter ſaltationem dicere poſſumus. Tota hac orcheſtica quāuis maiores noſtri ut plurimum ad uoluptates, ac laſciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam uſque ad haec tēpora perdurat, nihilominus gymnaſticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorſus non caruiſſe conſtat, ſicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omiſſa fuiſſe demonſtrabo, ubi in ſingulis exercitationum ſpeciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnaſticae illis ſeparatim uſa ſit, indicare conabor. Bellicam enim abſque ſaltatoria non fuiſſe, locupletiſſimum teſtem Platonem habemus, qui in ſeptimo de legibus ſaltationem in tres diuiſit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exſilitionibus in altum, mo-

do

A do depreſſionibus, modo inclinationibus hoſtilium incurſuum inuaſiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percuſſores ſimulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magiſtros haberi, qui mercede publica conducti uiros ſimul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti acceſſurum ad adipiſcēdam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnaſtica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando ſaltationes, comprobari poteſt ex Plinio, qui Stephanionem togatae ſaltationis primū inuentorem utriſq. ſaecularibus ludis, & D. Auguſti, & Claudij Caeſaris ſaltaſſe memoriae prodidit: (lib. 7. c 48.) quemadmodū & Plato loco nuper citato ſaltationē a nobis mediā, ab ipſo ἀμφισβητησίμην nuncupatam in ſacrificijs, atq. exſpiationibus fieri ſolitam, quam a Mantinēſibus, & Arcadibus coram Cy- B ro factā refert Xenophon, tradens, aperte inſinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & ſacrificiorum celebritates eſſe iam decreuimus ſaltatoriam habuiſſe. (li. 6. d Cyr. Exeped.) Galenus porro nec medicinae gymnaſticam ſaltationes a ſe reſpuiſſe tamquā ſanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in ſecundo περὶ ὑγιεινῶν multos (cap. vlti.) imbecilles ualetudini reſtitutos a ſe luctis, pancratijs, ſaltationibus, atque alijs huiuſcemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus (Orib. 6.) pariter teſtatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad ſanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. ſenibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile eſt, conducere ſcribit. An uero haec ea ſit ſaltatio, quam Plato εἰρηνικὴν ſiue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in proſperita- C tibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exſiſtere ſcripſit, haud tuto affirmare audeo, ſat ſit nobis hactenus oſtendiſſe nullum gymnaſticae genus hac ſaltatione caruiſſe, in quam & in palaeſtricam exercitationum artem a Platone diuiſam eſſe iam diximus.

De Sphaeniſtica. *Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubiſticam, ſphaeriſticam, & orcheſticam, ſiue communi nomine uocatam ſaltationē diuiſimus, quarum unaquaeq iam nobis fuſius declarāda foret. Sed quoniam de cubiſtica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omiſſa illa, reliquas duas proſequemur. Atque primo ſphaeriſtica ſeſe offert, quae tametſi Homeri temporibus ſimplicior eſſet, attamen poſterioribus ſaeculis miram

 uarie-

uarietatem acquiſiuit, ita ut & ipſa in gymnaſijs tam locum σφαιριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit. D
Quis uero primus ſphaeriſticam hanc, ſiue pilae ludum inuenerit, lib.7.c.56. ſcriptores diuerſa ſentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nauſicaam ludi pilae inuentricem, ſed ignoro qua ratione, apud Athenaeum facit: Hippaſus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum iſtud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam ſentire nequeamus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc ludo commentaria non habemus, quibus fortaſsis & tantae uarietatis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera certius cognoſcere poſſemus. in quibus explicandis cum hucuſq. ſcriptores non parum confuſi fuerint, atque interdum a ueritate longe receſſerint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorē, E
minusq. antiquorum ſcriptis repugnantem efficere ſtudebimus. Pilae itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos exſtitiſſe reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, & κώρυκον, ſiue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, repono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribaſius, & Paullus ab illis ſecreuerint, inſtrumentum illud, ut demonſtrabimus, uel pila erat, uel pilae aſsimile. Paruae luſus ſecundū Antyllū tres ſpecies diuerſas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes manus manibus proxime admouebāt. ſecūda erat pila maiuſcula, qua cubitos cubitis ludendo immiſcebāt, nec corporibus mutuo haerebant, nec annuebant, ſed uarijs modis mouebantur, & propter uarios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pilā adhuc maior ſecunda, in qua homines inter ſe diſtantes ludebant, & F
in qua cum ſtataria, ac motoria pars eſſet, qui manebant, pilā emittebant cum uehementia, & concinnitate. inter has ſpecies adnumerari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum ἁρπαστὸν & φενίς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae ludo ſimul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Cle- 3. paedag. cap. 10.
mens Alexandrinus, ſcriptor grauiſsimus, ubi demonſtraret ludum paruae pilae, & praeſertim φενίνδα, exercitationem eſſe uiris ualde accommodatā, eam paruae pilae ſpeciem fuiſſe hac oratione clarum facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φενίνδα παιδιὰν ἐν ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam harpaſtum uocatum innuit. huius etenim inuētorem exſtitiſſe Phanaeſtrium paedotribam, ſcripſit Iubas Mauruſius, cuius itē deſcriptionem

A ptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum iſtū Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quaſi ſic ludētes ſibiipſis pilam mutuo mandarent: uel ſic uocata eſt a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, ideſt, a decipiendo, quoniam alio ſimulantes in aliā partem mittunt, decipientes credulū, ſicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, epiſcyrum luſum fieri ſolitū, ubi paribus ad pares in duas turmas diſpoſitis, media linea educebatur, quam ſcyrum uocabant, cuiq. pilam impoſitā quiſq. contēdebat, ut intra alias duas lineas poſt utrorumq. ordinē deſcriptas aduerſariorum, metas ſcilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam luſores dum pilam capiebant, at-
B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, ſiue euertebant; uerisimile fit ſpectatores, atque etiam ſeipſos magna delectatione affeciſſe, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operā dabant. unde De- Athenaeus 1.Dhipnoſophiſt.
moxeni cōcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundē explicaturus haec prodidit: Νεανίας τὶς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τὸ τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πέρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. ideſt, Iuuenis quidā annis fere decem, & ſeptem natus pila luſit, Patria erat Cous (nam
C illa inſula Deos producere uidetur) qui cum in ſedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes ſimul clamabamus: quāta autem concinnitas, ordo, ac uenuſtas dū aliquid diceret, aut faceret, ſupra omnē pulchritudinem exſiſtit. O uiri neq. umquam antea audiui, neque talem uenuſtatem uidi, certe aliquid mali cōtigiſſet mihi ſi diutius ibi permanſiſſem, neque multum mihi ſanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae luſores compte, & concinniter ludere ſolitos perſpicuum efficitur. Hae itaq. ſunt pilae paruae ſpecies, de quibus a Graecis mentionem habitā ſcio, & in quibus Epigenes philoſophus, nec non Cteſibius Chalcidenſis philoſophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludēdi gratia exſuebantur, multum excelluiſſe dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo ſcilicet ſeſe reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequā ter-

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D ludendi modos non ſolum ex ipſius pilae magnitudine, uerũ etiã ex manuũ figura a ſuperioribus diuerſos effeciſſe, Oribaſius ex Antyllo teſtatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore, hoc tamen ambo commune poſsidebant, ut ſicuti in ceteris praedictis luſores ſummas manus ſemper humeris humiliores, ita in hac ſemper capite altiores tenerent, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. ſaltabant, cum ſcilicet pila ſuper eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter brachia agitabant. Inanis porro, ſiue uacua, quod tertium pilae genus fecimus, qualis fuerit, haud ſatis explicatum habetur: ſi quid tamen coniectura ex Antylli uerbis aſſequi licet, credo hanc pilã, quemadmodum & ceteras, ex corio conſutam fuiſſe, in hoc ab alijs differentem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec ſolo uento, ſiue E aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipſa difficulter luderetur. Corycus uero quis eſſet, quomodoue ludus ille peragetur, cum Antyllus apud Oribaſium clariſsime expreſſerit, eius orationem huc traducere ſtatui, quae ita in Vaticano codice ſe habet.

Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύναμιν καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ὑποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαντες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ F τῆς προσελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες

lib.6.coll. κατὰ μετάφρενον. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
,, ficulneo, aut farina, in robuſtioribus arena impletur: eius uero ma-
,, gnitudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, ſuſpenditur
,, autẽ in gymnaſij ſuperne e culmine, tantumq. a terra diſtat, ut fun
,, dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utriſq. mani-
,, bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, poſtea uero uehe-
,, mentius geſtant, ita ut ipſum recedentem conſequantur, & iterum
,, redeunti cedant uiolentia compulſi, poſtremo vero eum e manibus
,, reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-

uentu

A uentu ſuo occurrat, ad extremũ uero in ſedem ſuã ſaepiſsime reſti- ,,
tuendo dimittunt, ut ex congreſſu ſi non ualde aduertant, retroce- ,,
dat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus paſsis, quãdoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametſi figurã Coryci ut pote omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen aſſequi poſſumus & ipſum ſphaericũ, aut ſaltẽ rotũdum ex materia coriacea exſtitiſſe, alioqui ſi angulare fuiſſet in occurſu & manus, & pectus non ſine laeſione percuſsiſſet. Haec autẽ ſi uidiſſet Fuchſius, ſane intellixiſſet, Valeriolam non ſine ratione aduerſus ipſum contendiſſe, follẽ & corycum paullo minus, quam caelũ, & terram diſtaſſe. Neq. etiam ſatis mirari ſoleo antiquiſsimum ſcriptorẽ Caelium Aurelianũ, qui lib. v. tard. paſſ. cap. ult. dicit uariã uolutationẽ B in palaeſtra eſſe uocatã à Graecis celadian atq. choricomachian, niſi ſit in codice deprauatiſsimo error, ut puto. De hoc intelligendum eſt adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Theſſalia certatum eſt. De hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, ſiue Polybus, ubi κορυκομαχίαν, falſo a Cornario follẽ interpretatã, ad attenuandũ corpus probauit: quẽadmodũ & eandẽ intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorũ exercitationibus κορυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, neſcio quo ſpiritu, perae, aut ſaculi iactus, inepte ſatis tranſtulit. Eandem quoq. intellexiſſe Coeliũ Aurelianũ exiſtimo, cũ ad polyſarciam diminuendã corycomachiam (ſic enim legendum eſt) cõmendauit ijſdẽ prope remedijs uſus, q̃ ab Hippocrate loco citato propoſita ſunt. unde argumentatus ſum, Auctorẽ ſicuti cetera, ita & cory C machiã ab Hippocrate mutuatũ eſſe. quamuis textus iudicio meo deprauatus ſit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appellari, cenſuerunt aliqui: quorũ ſententiam poſtquã in ſuperioribus refutauimus, nil aliud dicendũ eſt. Atq. haec de quattuor pilae ludi graecorũ generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuerſa inter ſe exſtitiſſe, non modo ex deſcriptionibus nuper allatis manifeſto conſtat, uerum etiam ex Galeni uerbis in ſecundo de tuenda ualetudine ſcriptis: ubi inter ceteras gymnaſiorum exercitationes corycũ, pilam paruam, & pilam magnã, ſeparatim recenſet, ſicut & Paulus Aegineta ipſum imitatus. quod profecto non feciſſent niſi quaedã inter ſe diuerſa exſtitiſſent pilarum genera, & diuerſae etiam cum ijs factae exercitationes. Quae nũquid omnes in Graecorum gymnaſijs exercerentur, parum ſcire refert. ſat ſit intelligere, medicam gymnaſticam, atque

 bellicam

bellicam,& praeſertim pueris edocendis incumbentem pilarũ exer D
citationes uſurpaſſe, neque ad ualetudinemq́, ac agilitatem comparandam, augendamue eas ceteris inferiores exiſtimaſſe. Admirari autem nemo debet, ſi nos in ſuperioribus ludos inter athleticas exercitationes repoſuimus, & ſubinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ eſt a nobis: quoniã & ueterum, & recentiorũ tam Graecorũ, quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent, aut quod illi, qui exercentur, non ſerio, ſed ioco agere uideantur, ſiue gratia ſanitatis, ſiue alterius rei id efficiãt. ludi uero, quos athleticae eſſe nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam ſolatij, & uoluptatis ſolius gratia in otijs feſtiuis agebantur.
E

De Pilae ludo ſecundum Latinos. Cap. V.

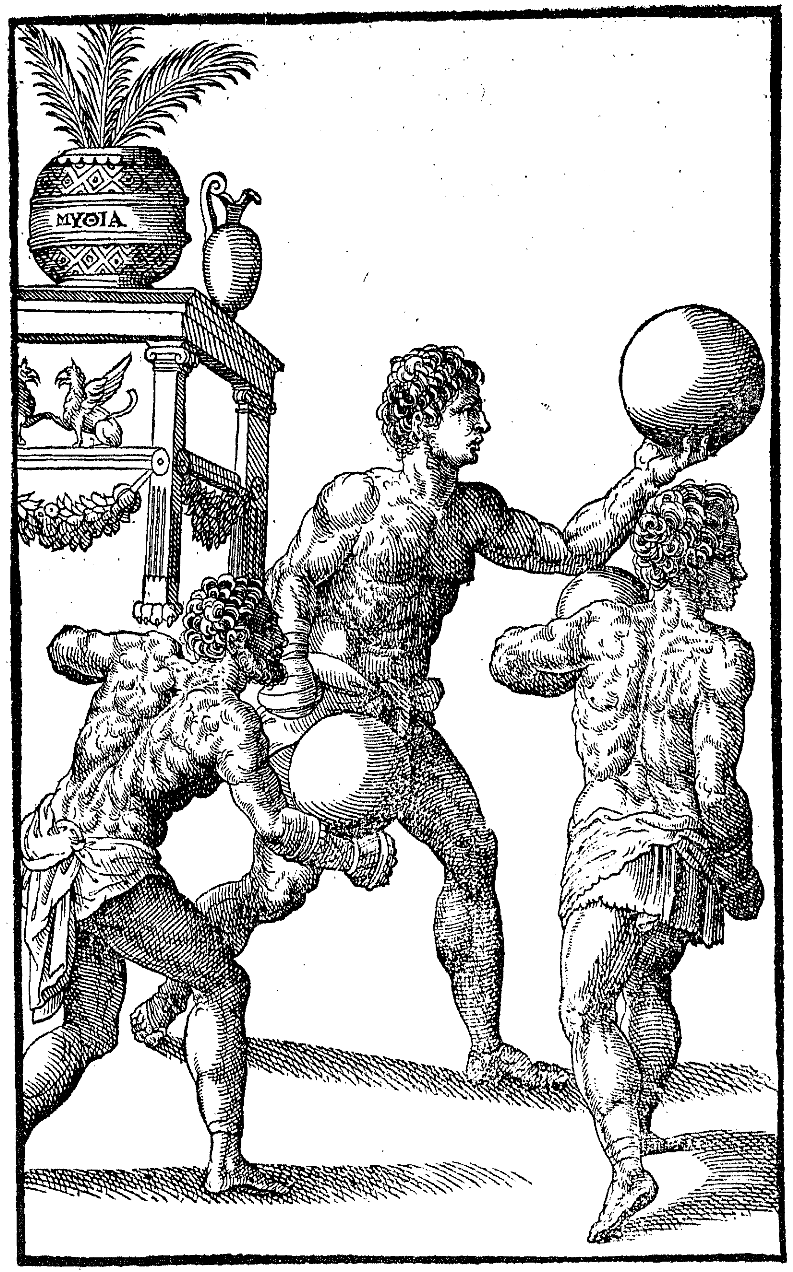
POSTQVAM pila ludendi Graecis uſitata genera ſatis explanauimus, ſupereſt & ea, quae a Latinis & in vſu habita, & ſcriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo cõuenerint, & in quibus diuerſi fuerint, perſpicuum futurum ſpero. Quattuor igitur fuiſſe pilae genera etiam apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicam, & harpaſtum, quae omnia ſub nomine Italicae ſphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, ſoloq. uento repleta, quae ſi maior erat, brachijs impellebatur, & ſimpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum ſcito, quoniam F
uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulſim ludere; & apud Propertium lib. 3.

Cum pila veloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2.

Seu pila velox
Molliter auſterum ſtudio fallente laborem,
Seu te diſcus agit.

Huiuſmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adpoſuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque luſorum propriam pilam habuiſſe, atque eum ludum in ſacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum eſſe, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque ſacrificatorijs uaſis colligere non eſt difficile.



Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, vt apud D
Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã;
uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appella-
tam credo, ſicuti a Suetonio in uita Auguſti, quem hoc pilae ludo
ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

Plumea ſeu laxi partiris pondera follis;

cum ex corio uento repleto pila haec conſueretur, & non pluma,
ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij re-
ſpondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſ-
ſe. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque ſenes alioqui imbecil-
les inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea
idem Martial. alibi ſcriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle ſenes. E

Nã ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non
modo leuis pila efficiebat, uerũ ẽt dicatus luſui locus nullis lapidib.
aut lateribus ſternebatur, ne laberẽtur pedibus ludentes, &, ſi forte
lapſi eſſent, ex caſu damnũ nõ paterẽtur; & propterea, cũ ſolũ mini
me pauimẽtatũ foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur:
q̃q̃ ẽt fieri põt ut pauimẽto luderẽt, ſed puluere humili & exiguo il-
lud adſpergeretur, ita ut pilã reſilire nõ impediretur, atq. ludentiũ
pedes magis firmarẽtur. Nã in puluerulẽto ſolo fieri hanc exercita-
tionẽ conſueuiſſe, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendã
ex Thermis ob delectationẽ exire neſcientẽ in hunc modũ carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non eſt,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi ſaepe pilas,
Colliget, & referet lapſum de puluere follem,
Et ſi iam lotus, iam ſoleatus erit:

Numquid autẽ ludus iſte fuerit unus ex ijs, quos ſuperius ſecundum
Graecos auctores enarrauimus, uariae ſentẽtiae fuerunt. Alij enim
crediderunt pilam magnã Graecorũ, & follẽ Latinorũ idẽ fuiſſe, in
ter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycũ follẽ
traduxiſſet, in ſexto poſtmodũ libro magnam pilam iterum follem
2. d tu. ual. tranſtulit, quaſi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ,
qui expreſſe & pilã paruam, & magna, & corycũ diſtinxit. Alij ma-
luerunt corycum Graecorum, follẽ Latinorũ fuiſſe: atq. hanc opi-
nionẽ maior pars recentiorum ſcriptorum habuit, inter quos fuere
quidam, qui apud Oribaſiũ caput Coryci, de folle pugillatorio in-
ſcriben-

A ſcribendum iudicarunt. ſed hi oẽs magnopere alucinantur: & pri-
mo, qui crediderunt follẽ & magnam pilam idẽ fuiſſe, duabus ratio
nibus redarguuntur, quarum altera eſt, q̃d ludẽtes magna pila ſem-
per ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſum-
mis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, q̃d
Oribaſius ludũ pilae magnae nõ modo aegrotis, ſed etiam cõuale-
ſcentibus, atq. bene ualentibus inutilẽ iudicauit, quorum neutrum
habuiſſe follẽ, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem
corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe depre
henduntur. Primo, quoniã corycus e culmine gymnaſiorũ ſuſpen
debatur, follis libere emittebatur. Secũdo corycus ficulneo grano,
aut farina, aut arena implebatur; follis ſolo uento. Tertio follis in
puluere exercebatur, corycus uero nõ. Fuerũt itẽ qui follẽ pilã ina-
nem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderũt. qui-
B bus ego libenter aſſentirẽ, niſi Martialis dixiſſet, follẽ mitiori aetati
cõuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationẽ non admodũ faci-
lẽ, neq. aptam, & ideo omittẽdam eſſe cẽſuiſſet. Colligo igitur ex
his omnibus, quod cũ follis neq. inanis pila Graecorũ, neq. magna
eorundẽ, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, q
paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua lude-
batur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerũt nõnulli, ubi
ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentiũ (q̃d
magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilã
ſimplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
C *Non harpaſta vagus puluerulenta rapis.*

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae
nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici cõplectetur: de hac ſimi-
liter locutũ credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilã, lib. 1. c. 6.
& reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in hu-
iuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſu-
periores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exer-
citatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus
demõſtrat, luſores ita triãgulari ſitus figura colludere ſolitos, ut ma-
nibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam uiciſsim expelle-
re, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo ſummã luden-
tium laudẽ fuiſſe uériſimile ſit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendã
laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic

Sic palmam tibi de Trigone nudo D
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis ſiniſtras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus ſcis expulſare ſiniſtris
Sum tua, ſi neſcis, ruſtice redde pilam.

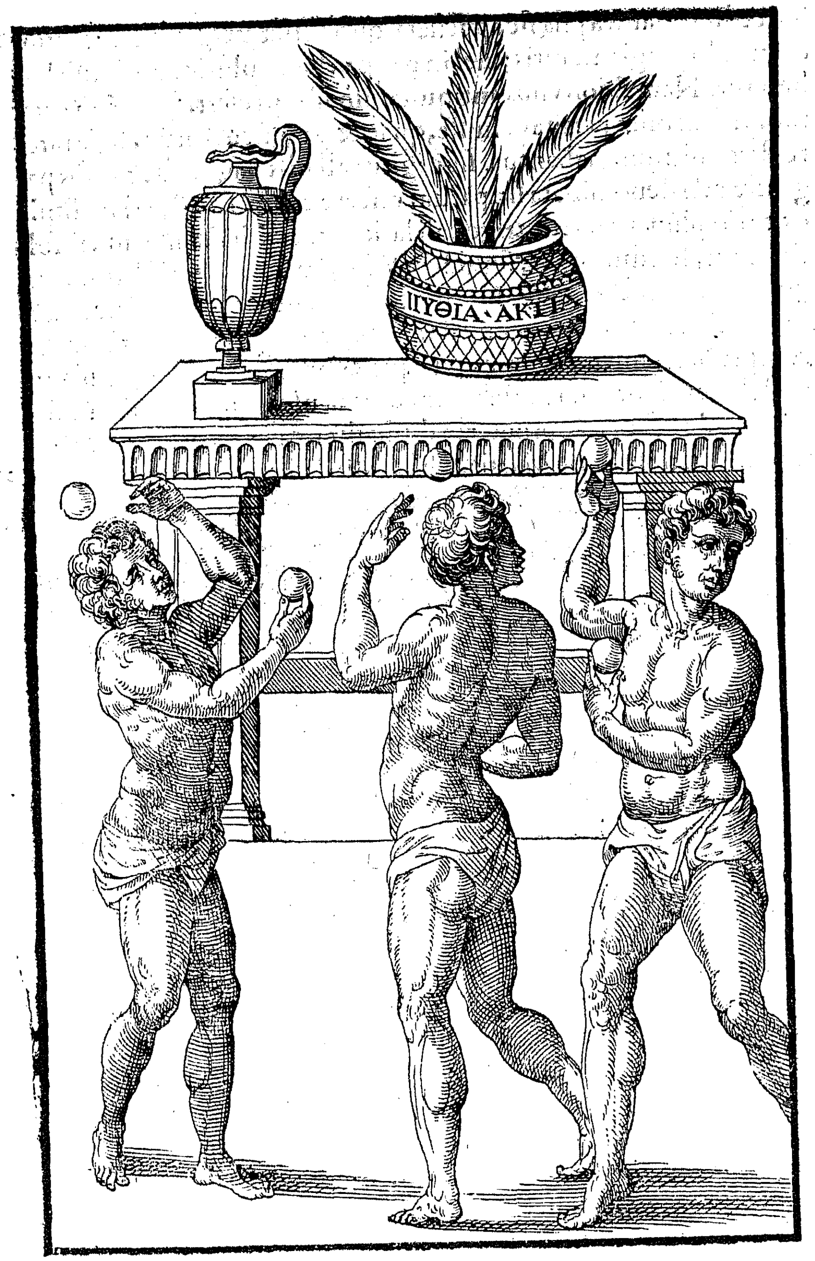
Ex his mehercle patet conſueuiſſe trigone ludentes a ſe inuicẽ modo mittere, modo excipere pilam, modo ſiniſtris, modo dexteris, eo prope modo, quo noſtrates pila parua ſupra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae luſum deſcripſit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco ſupra citato, tum lib. 4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

haud ſatis mihi conſtat. attamen, ſi quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixiſſe, uel quod homines luden- E do ob uehementem utriuſq. manus laborem, & aſsiduo motus pilae tenore magis incaleſcerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnaſijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuiſſe, ueriſimile uideri poteſt: cum ſupra tum ex Galeni, tum ex Martialis ſententia demonſtrauerimus, poſt pilae ludum ſtatim conſueuiſſe balnea calida ingredi. Niſi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixiſſe, quia ex continuo motu pilae in manibus ipſa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro 1. in Elegia Ianuae conquerẽtis dixit Tepidum limẽ, quod ex cõtinuo ſupra ipſum ſtatu tepeſceret.

Nulla ne finis erit noſtro conceſſa dolori,
Turpis, & in tepido limine ſomnus erit?

Exemplũ trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. F Aurelij Antonini apud Byzantios excuſsis hunc in modum apparet. Quem item ludum in ſacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi ſolitum, memoriae proditũ eſt. Eundem propè aut ſimilẽ paganicae pilae luſum deſcribi exiſtimo à Petronio arbitro in ſatyricis ubi hũc in modum ſcribit. Videmus ſenem caluum tunica ueſtitum ruſſea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operaeprecium ad ſpectaculum duxerant, quam ipſe paterfamilias, q ſoleatus pila ſparſiua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̃ terrã cõtigeret, ſed follem plenũ habebat ſeruus, ſuff ciebatq. ludentibus. Notauimus etiã res nouas. Nã duo ſpadones in diuerſa parte circuli ſtabant, quorũ alter matellã tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus luſu expellentes uibrabantur, ſed eas quae in terram decidebant.



Succedit paganica pila ſic appellata, quod eſſet uulgaris admodum, D
& in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in uſu ha-
beretur. Nam Dionyſius antiquitatum lib. 4. refert, Romã in quat
tuor tribus olim partitam fuiſſe, quae & pagi, ſicut earum habitato-
res Pagani, nominabantur. ſiue igitur ab iſtis pagis, ſiue a uillis pa-
ganica pila denominata ſit, parum referre credo. ſat eſt, pilam fuiſſe
ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, nõ ita tamen ut eſt fol-
lis, laxam, ſed duriorem; ſiquidem follis, qui uento replebatur, etſi
quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tan-
to difficilius, ut etiam tempeſtate noſtra quotidiana experientia
comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior eſſet, & pluma
replebatur, & non ita replebatur, ut laxa uſquam foret, ſed unde-
quaque duriſsima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemad-
modum uenuſtiſsime Martialis hoc diſticho oſtendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa eſt, & minus arcta pila.

Sub nomine enim ſimplici pilae intelligi aliquando follẽ, aliquan-
do trigonalem, paullo ante ſignificauimus. Iterum illud ignorari
hoc in loco nolo, etiam in gymnaſijs paganicae pilae exercitatio-
nem in uſu exſtitiſſe, ut idem Martialis lib. 7. teſtatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes.

Nam cum ſaepius a nobis indicatum ſit cõſueuiſſe fere omnes, qui
ſeſe in gymnaſijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps ſta-
tim balnea ingredi, Martialis illis uerſibus demonſtrat, inter cete-
ros pilae ludos in gymnaſijs ſe exercentium ad balnea praeparato-
rios paganicam quoq. adnumeratam eſſe. Vltimum & quartum La
tinorum pilae genus harpaſtum fecimus. quod ob nominis ſimilitu
dinem idem prorſus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim
pila, quam ludentes alter alteri eripiebat cuius uero magnitudinis,
& ex qua materia foret, haud quaquam ab ullo auctore explicatum
habemus, niſi quod Athenaeus his uerbis manifeſtum facit, harpa-
" ſtum rotundum fuiſſe. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν,
" φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι. ideſt, Luſus au
tem pilae harpaſtum nuncupatum phéninda uocabatur, quem ego
maxime omnium diligo. Sicut etiam ueriſimile ſit ex corio ſicut ce
teras pilas conſtaſſe. quae omnia, propterea quod tunc tẽporis nul
li ignota erant, auctores ſcribere dimiſerunt. Ceterum eius ma-
gnitudinem omnino explicaſſe Galenus uidetur, qui dum in li-
bro de ludo paruae pilae harpaſtum appoſitiſsime deſcribit, illud
paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam; quemad-
modum uoluerunt nonnulli, fuiſſe comprobatur. unde & ludus,
qui hodie a calce nuncupatur, etſi in aliquibus aſsimiletur harpa-
ſto, in hoc tamen ab harpaſto antiquorum differre uidetur, quod
illud paruum erat; pila autem, qua noſtrates calce ludunt, maior
eſt. Nam & antiquiores in puluerulento ſolo hac pila ludebant, ut
teſtatus eſt Martialis lib. 4.

Siue Harpaſta manu puluerulenta rapis. & libro 7.
Non Harpaſta vagus puluerulenta rapis & libro 14.
Haec rapit Antei velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento eſſe poſſunt, hanc exercitationem perar-
duam fuiſſe, ſoliſque ualidioribus hominibus conueniſſe. quod
B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter
Ouidij teſtimonium de ludis uirorum ita ſcribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & in gyros ire coactus equus:

eiuſdẽ poetae uerſus comprobant, ubi Philaenim quandam triba- 3. de arte
dẽ exprobrans, quod omnibus fere uirorũ munijs fungeretur, qua- amandi.
ſi rẽ mulieribus prae alijs maxime inſuetã ageret, poſt multa dixit,

Harpaſto quoque ſubligata ludit.

Ideo mirari ſoleo, cur Coelius Aurelianus in curãda puerorũ epi- Lib. 1. ſer.
lepſia uelit nutrices ſphaerae ludo, uel aliqua ſaltatione exerceri: 3. trac. 2.
niſi ſit ſphaera apud ipſum follis, quem & pueros, & ſenes uſurpaſ- cap. 2.
C ſe, ſupra docui. Auicenna cuiuſdam pilae ligneae mentionẽ facit,
de qua poſterius uerba faciam, cum ad praeſentẽ de ſphaeriſtica alte
ra ſaltatoriae parte tractationẽ minime pertineat, de qua haec ſatis.

De Orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriae parte. Cap. VI.

TRes ſaltatoriae partes, cubiſticã, ſphaeriſticã, & q̃ nomi
ne generis uocatur ſimpliciter, ſaltationẽ, in ſuperiori-
bus effecimus: quarũ duabus iam declaratis tertia modo
ſubuectẽda uenit. de qua haec a nobis declarabũtur, pri
mo qd fuerit, ſecũdo quot ſpecies habuerit tertio cur ea uterent̃ ma
iores noſtri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur.
Ariſtoteles itaq. in principio ſuae poetices, cũ dixiſſet, oĩa poeſeos
genera in hoc conuenire, quod imitatione ſint, imitationes diui-
dit

dit, quarum alias tradens diuerſis generibus imitari ut uel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo ſermone; alias diuerſas res, ut uel melio-
res, uel ſimiles, uel deteriores; alias diuerſo modo ut uel agẽtes, vel
introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam perſonam indutos,
aut non mutatos; de ſaltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ
μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. i. Numero uero ipſo ſine harmonia, imitantur ſaltatores: iſti enim numeroſa geſticulationis uarietate, mores, paſsiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, ſiue ſaltatiõẽ, nihil aliud fuiſſe, quam facultatem quandam motibus, ac geſtibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mores, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil eſſe in rerum natura, quod magis exprimat rerum ſimilitudines, quam numerũ, & cantum, ſapienter etiam ſcripſit, ſaltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numeroſos motus efficeretur imitatio, unus omnium clariſsime poſt Ariſtotelem expreſſit Plutarchus, qui in ix. Conuiuialium ſaltationem tres partes habuiſſe ſcripſis, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipſa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus conſtaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipſe nil aliud fuiſſe, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraeſentatiuam: figuram uero fuiſſe habitudinem, diſpoſitionemque, in quam motio ſiue latiõ terminabatur, nempe quando ſaltatores quieſcentes ſecundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bacchae (ut eſt apud Platonem) figuram diſpoſiti in corporis ſimilibus formis graphice aliquantulum perſiſtebant, indicationem autem fuiſſe non proprie imitationem, ſed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numeroſis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias tranſlatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina uſurpant: ſimiliter ſaltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipſas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, ſecundum Platonem, Ariſtotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec ſaltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta cõſiſteret. ipſiq. ſaltatores nil aliud actitarent, niſi quod ſeſe mouentes numero, & ordine geſticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus ſimul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraeſentabant. unde non abſq. ſumma ratione Simonides

Cap. 4. [beside "res, affectus, & actiones"] — E [beside "in rerum natura"]

Prob. 15. [beside "ſit Plutarchus"]

7. de leg. [beside "chae (ut eſt apud Platonem)"] — F [beside "bus formis graphice"]

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem; ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Plutarchus, tempeſtate ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſſe; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſſe, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſſe, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quibus autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cõpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſſe, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſſe ſiceliſſare; poſt quem Chleophantus Thebanus, & Aeſchylus multas ſaltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλισμοὺς Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus.

Loco citato. [beside "loquentem uocare ſolebat"]

8 dipnoſ. [beside "refert, Androna Cataneum"]

B unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον: ideſt:
Saltator rex ſplendoris, pharetrateque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato, Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores & illuſtriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in uſu erant, aut repertae & illuſtratae fuerant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur:

C a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendat clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

Sat. 11. [beside "Forſitan exſpectes"]

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

Gymnaſtica. G

PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem noſtris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Moreſcas populari uocabulo appellant.). Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orſitis, & Epichiedios penes Cretenſes, Carpaea apud Aemaneſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos ſiue mactriſmos, quam mulieres ſaltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae ſtabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, moloſsica, emmelia, cordax, ſicinnis, perſica, phrygia, nicatiſmus, thracius, calabriſmus. Teleſias a quodam viro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltauit, ſic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem ſuſtulerunt, aliae tornatiles ſiue uerſoriae quod ſe in circum uertentes ſaltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus exſtitit, has
B ſaltationes δίνες uocatas ſcribit, aliae inſanae, ut caudifer, mongas, Thermauſtris, nec non anthema, quam ſaltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi roſae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactriſmus, apochinos, & ſobas, morphaſmus, Glaux, & leo: aliae ſcenicae, quales tragica, comica, & ſatyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non eſt praeſentis tractationis declarare: ſatis ſit intelligere hanc tertiam ſaltationem tot atque plures adhuc diuerſas ſpecies, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiſſe, ſicut etiam diuerſis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex ſententia Ariſtotelis ex impulſu, atque 7. Phyſ.
tractu cōponatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc ſurſum, uel deorſum, uel prorſum, uel retrorſum, uel dex-
C trorſum, uel ſiniſtrorſum: a quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota ſaltatio perficiebatur.

De fine ſaltationis, & de loco. *Cap. VII.*

CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere ſemper ſtuderent, manibusq. mouēdis nullam curam adhiberent, ueriſimile ſit, ut prius ſaltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta ſit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta ſit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, conſertionem, compectinationem, diſtentio-

ſtem, complexum, alternationem ſaltatores peragerent: atque ita D
uniuerſa ſaltatio ex motibus tam manuum, quam pedũ ad repraeſentandas res formatis conflata ſit: quod autem ſaltantes praecipue brachia mouerent, ſignificauit & Ouidius ubi dixit:

1.& 2. d ar te aman.

Si vox eſt, canta, ſi mollia brachia, ſalta. &
Brachia ſaltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuiſſe comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad ſacrificia in uſu fuiſſe praeter Platonem atque Plutarchum teſtatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra ſui temporis homines inuehitur, quod ſaltatoriae nimis operam darent, quaſi ſolis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem ſaltatione maiores noſtri uterentur, tametſi ſupra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum eſt illud, quod omnis armata ſaltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuenta fuit, niſi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hoſtes effugere, modo inuadere, aliosq. geſtus bellis gerendis neceſſarios pediſcerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimã ſaltatriculam a Myſo pyrrhicham ſaltare iuſſam conſpicati, admirãtes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem ſaltationis genere cum Phrynicus ſe excellenter in fabula geſſiſſet, illum ſibi Imperatorem Athenienſes delegerunt. Neque etiam difficile eſt indicare hanc eandem ſaltationem & bono habitui comparando, & ſanitati conſeruandae nõ parum conduxiſſe: quandoquidem de manuum geſticulatione, F quam χειρονομίαν uocant graeci, ſcriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & ſanis & interdum aegris corporibus uſurpatam eſſe. Temporibus uero noſtris ſaltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praeſtare nemo negaret, quemadmodum Galenus ſe plurimos ſanitati reſtituiſſe, aliosq. in ea ſolius ſaltationis auxilio conſeruaſſe confitetur: qui ſimiliter & ſaltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recenſuit, dum dixit: ὀρχηςῶν αἱ σύντονοι κινήσεις
„ ἐν αἷς ἅλλονται μέγιςα, καὶ περιδινοῦνται ςρεφόμενοι τάχιςα, καὶ
„ ὀκλάσαντες ἐξανίςανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
„ ςον τὰ σκέλη. ideſt ſaltatorum uehementes motus, in quibus maxime ſaltant, & uelociſsime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes ſurſum exſurgunt, atque crura plurimum attrahunt

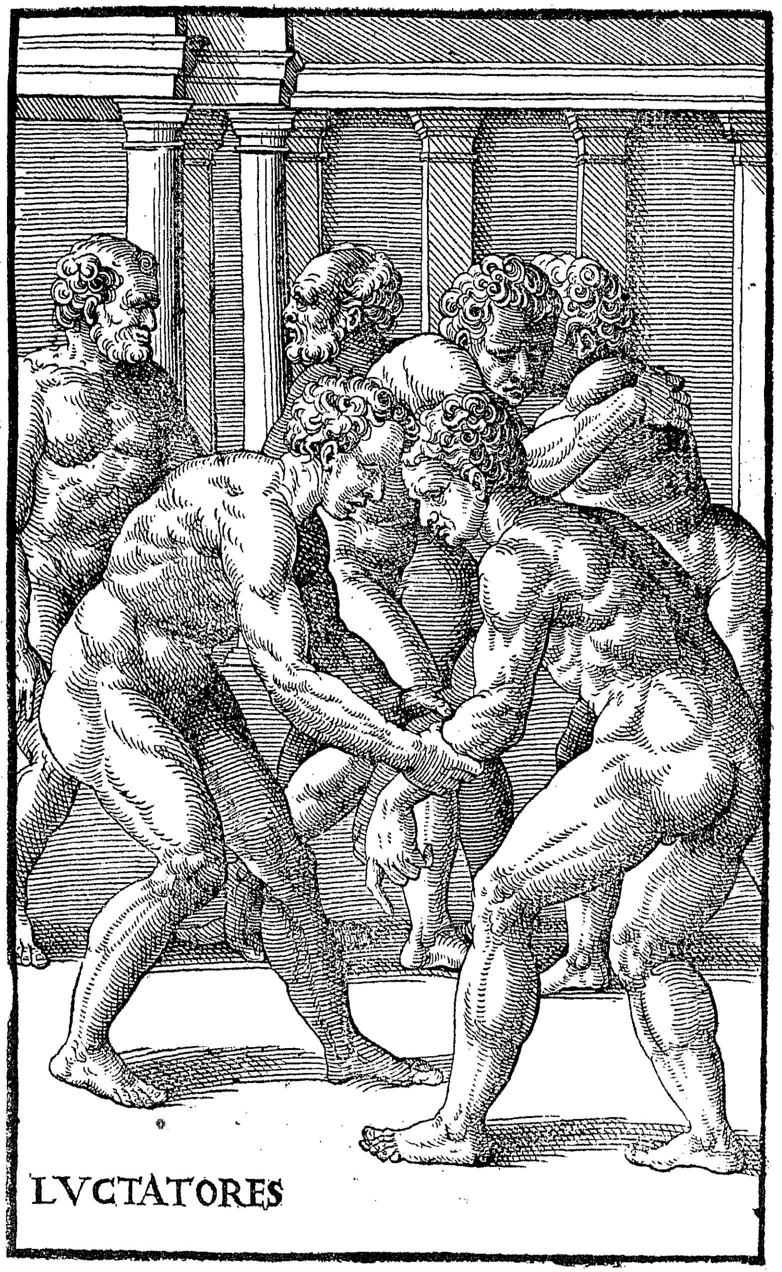
loc. citatis. — 2. d diaeta. 1. decur. cron. ca. 1.

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orcheſticam in gymnaſtica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophõtis ſe ſaltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conſeruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuiſſe palam profitetur, cuius quoque gratia eum ſibi amplam domum optaſſe ferunt. Qui uero hanc orcheſticam exercerent, uarios fuiſſe reperio. Cinaedos maxime omnium ſaltandi arti operam nauaſſe ſignificauit Plautus: apud quem Periplectomenus ſenex ſic ait. Tum ad ſaltandum: non Cinaedus uſquam magis „
ſaltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij teſtimo- „
nio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. ſaltatores ip- In Mil-
ſos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae ſimiliter om glor. act. 3.
nes non modo hiſtriones motus figuratos edocebant, uerum & ipſi
B quoque interdum ſaltabant; nam Theſpias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco ſaltatores nũcupabantur, quia non modo propria drammata inter ſaltantes choros repraeſentabant, uerũ etiam extra propria poemata uolentes omnes ſaltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentiſsime in ſaltationibus uerſabantur, poſt quos etiam ſaltationi operam nauabant quibuſcumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnaſtis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus ſaltationes peragerentur, primo, dum nondum exultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepiſſent, ad theatrorum partes quaſdam tranſlatae fuerunt, quae & ab Ariſtotele & a Polluce ob id orcheſtrae uocatae fuerunt, unde etiam chorea nomen ſaltationis perelegans
C emanauit. a theatris ad palaeſtras, ſiue gymnaſia illas traductas fuiſſe auctor eſt Athenaeus, cui aſſentiri uidetur Plutarchus in nono Li. 14. dip.
ſympoſiacon, ubi mentionem cuiuſdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie ſaltauerat, ut pueros in palaeſtra geſticulantes excellere uiſus eſſet. quo etiam in loco Meniſcum paedotribam ſaltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnaſiorum miniſtros orcheſticae non paruam cognitionem habuiſſe. In conuiuijs item ſaltationem exerceri ſolitam fuiſſe teſtatum clariſsime reliquit in Sympoſio ſuo Xenophon, ſicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem reſpuiſſe memoriae prodiderunt. Cõcludo itaque ſaltationem a gymnaſtica omni acceptam eſſe, ſicuti ſphaeriſticam, quae fuerunt duae orcheſticae partes, in quam, & in palaeſtricam uniuerſam ipſam gymnaſticam diuiſimus: atque haec ſatis de ipſa.

De Luctatoria. *Cap. IIX.* D

DECLARATA iam ſatis, quantum ad hanc tractationem
ſpectabat, ſaltatoria, modo palaeſtricam, quae erat altera gymnaſticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ eſt,
cui poſt modum & reliquas exercitationes tam in gym
naſijs, quam extra factas ſubiungemus. Palaeſtram multas ſub ſe
exercitationes habuiſſe demonſtratum ſuperius fuit inter quas con
tinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine
πάλη, quandoque καταβλητική ſiue deiectoria: a Laconibus nun
cupata. Haec nihil aliud fuit, niſi exercitatio quędã in loco gym-
naſij peculiari nempe palaeſtra, ſiue porticu tecta, quae xyſtus uo-
cabatur, fieri ſolita; in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & pul-
uere aſperſi ſeſe brachijs complicantes, inuicemque concertantes, E
alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum
embolae, parembolae, paratheſes, & ſyſtaſes neceſſario requireban
tur, illudque prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehen-
act. 5. derentur, quod Pſeudolus ebrius apud Plautum ſignificauit, de vi-
„ no dicens. Captat pedes primum, Luctator doloſus eſt. Sed ante-
„ quam certamen inirent, muſculos prius calefaciebant, perfrictio-
nibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod ſi aliquando haec
agere intermiſiſſent, ijs quaedam partes rumpebantur conuelle-
Cap. 8. banturque, ſicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi ſcri
ptum reliquit, hunc a gymnaſticis in luctis obſeruatum eſſe ordi-
nem, ut numquam uehementes inirent, niſi prius faciles, & ſimpli-
ces eſſent edocti, neque has aggredi ſolitos antequam fricarentur,
neque fricari, priuſquam ungerentur. Dixi, binos quoniam etſi F
plures poſſent uno tempore eodem in loco lucta contendere, ta-
men ſemper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos
non ſolum uiro uir concertabat, ſed puellae quoque iuuenibus cõ-
tendebant, quemadmodum apud Lacones, & ſicuti de Chijs refert
Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnaſticae artis mini-
2. de diff. pul. mam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui
omnibus alijs exercitationibus uetuſtiorem exſtitiſſe autumarint,
nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos
nil aliud, quam uetuſtatem iudicare uideatur: nam & locum exer-
citationum palaeſtram nuncupatum, πάλην primo nominatum
conſtat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui
2. Sym. prob. 4. non palaeſtrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quaſi antiquiſſima res ſit lu-
cta, deductũ eſſe uoluerint, ſed potius quod ſolum haec exercitatio
πηλοῦ

A πηλοῦ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis
impugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud
quaquam ueriſimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum
artificioſiſsima, & aſtutiſsima exſiſtit, omnium etiam uetuſtiſsima
fuerit, cum manifeſte appareat, primo in uſum ea uocari, quae ſim-
plicia ſine ulla arte, & uia magis quam methodo conſiſtunt: unde
Soſicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod eſt dolo & inſidijs deijcere,
fuiſſe deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, ideſt a
coniunctis, ſimulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac
manuum parte praecipue operantur, quaſi ita ipſa appellata ſit,
perinde ac pugillatoria a pugnis. quam ſententiam aperte refelle-
re uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud ſolam quattuor digito-
torum menſuram ſignificare ſcribit, a qua menſura deduci poſtmo
B dum exercitationis nomen ualde longinquum eſt, & proinde me-
lius ſenſiſſe uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλεῦσαι natam & dictam πά-
λην, credunt, ſiue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum
apud poetas, deijcere, & proijcere & ſpargere, quod poſtremum
ab Homero quoque ac Hippocrate uſurpatum teſtatur Erotianus;
alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleua-
re, quae omnia a luctatoribus intenduntur, ſignificare conſtat:
niſi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνε-
σθαι πέλας, hoc eſt appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem
curſores ſemper diſtabant, nec umquam appropinquabant, pugil-
latores pariter a deſignatoribus numquam complicari permitte-
bantur, ſed ſoli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracu
ſanorum nummis recognoſcere poſſumus, in quibus ſic luctatores
uarios repraeſentari, indicauit nobis Ligorius.



LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnaſijs tres fines habuit, temporeq. Gale-
ni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipſe pri-
mo de art.xxiij.luctandi magiſtros uarias, ac multiformes membro-
rum diſtorſiones, circumnexionesq. inueniſſe: primum, ut Athle-
tae in illis exercerẽtur, quo in ludos ſacrificia & amphitheatra exeũ
tes, uictoriã adipiſci poſſent: atque huius luctatoriae auctores fuiſſe
Antheũ, & Cercionẽ ſcribit Plato: Secundum ut ad bella homines 7. de leg.
exercerentur, quod exercitationis genus, primo in uſu poſitum alij
a Theſeo Athenienſiũ principe; alij a Phorbãte Theſei paedotriba
referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis ha-
bitũ acquirerent, ſicq. ſanitatem curarent; in quo uſq. adeo elabo-
rabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro ſic luctantibus
oſſa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaeſtrico quo-
B dam pacto ab alijs diuerſo ſe remittere cõſueuiſſe teſtatur Galenus. lib. de machinamen.
Hoc tamen animaduertendũ eſſe duco, Galenũ non modo luctam
athleticã, quã reſpub. bene inſtitutas odiſſe ſcribit, improbaſſe, ue-
rũ & ſanitati ſtudẽtẽ interdũ parce laudaſſe, ut pote qua robur qui-
dẽ augetur, at luxationis, ac fractionis oſsium, necnon ſuffocationis
periculum immineat. ſimiliter & Clemens Alexandrinus qui tem-
pore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum
tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honeſtio-
rẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ᾽ εὐσχήμονος & gratia bonae,
ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus ſolũ-
modo luctam & pancratium uolutatorium in palaeſtra exerceri ſo-
litum ſcribit, duo cõſideranda ſunt. Alterũ, ꝙ palaeſtra aliquando
ſignificat totũ gymnaſiũ, ut ſupra declarauimus, aliquando locum
C in gymnaſio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enume-
ratae peragebantur; aliquando locũ, in quo ſoli luctatores, & pan-
cratiaſtae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud
Galenum lib.iij.de tuen. valet.cap.ij.appellantur. quemadmodum
hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uiſus eſt Galenus in fine li-
bri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de
quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compoſitũ. Secundum ꝙ uo
lutatoriũ nuncupabatur, ſpeciesq. luctae erat, nã in lucta certantes
ſeſe deijcere ſtudebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolu-
tatorio humi proſternebantur; atq. ibi inuicẽ cõplicati, ſeq. mutuo
conuoluentes alter alterũ ſibi ſupponere nitebãtur: quemadmodũ
clariſsime moſtrant depicti hic nummi cuiuſdam Saluſtij Auctoris
qui ſub Valentiniani, & Placidiae Auguſtae principatu Africae re-
gno ui occupato ludos ſimiles, atq. alios ob uictoriam edidit.

PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uериſimile mihi fit, Ariſtotelem uerba feciſſe, ubi nullum erectum, & ſtantem continenter, & tuto incedere poſſe demonſtrat, quia perinde ſe moueret, ut palaeſtritae, qui per puluerem in genua ſubſidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum eſſe Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ greſſu.

Non amo qui vincit, ſed qui ſuccumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

niſi potius exponendum eſſet ἀνακλινοπάλην, reflexionẽ, qua palaeſtrita reducto pectore aduerſariũ retrahebat, ac ictum illius deuitabat, aut potius (ut erat Poeta ſemper obſcoenitatũ amator) eam lecti luctã interpretemur quam κλινοπάλην Domitianũ vocaſſe tradit Suetonius. De eodem itẽ loquebatur Antyllus apud Oribaſiũ, dum duplicem luctam effecit, alteram erectum, alteram ſuper paui- 6.collect. cap.27.
B mento; pro lucta ſuper pauimento nil aliud intelligens, niſi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuerſum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine ſignificata, qua homines in palaeſtra humi proſtrati uel ſoli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaeſtra pro diminuenda carne laudauit; ſi quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, ſed ſolum celeriter ſupra pauimentum nitidum aut puluere conſperſum ſeſe rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non ſine ratione poſuit. lib. de diaeta. 6. de dieta. 2. de tu. va.

De Pugilatu, & Pancratio, & Ceſtibus. Cap. IX.

PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in uſu fuiſſe, teſtati ſunt Plinius,
C & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obſeruauit, continuo pugilatum luctae & curſui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, ſicuti quoq. Lucr. hoc uerſu innuere uidetur. Prob. 5.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib. 5.

Quid uero eſſet haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego ſciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hãc rem intellexerunt illi, qui pugnã ceſtũ, & pugilatum idẽ penitus extitiſſe uoluerunt. ex auctorũ tamen ſcriptis coniectura cõſequi poſſumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cõſueuiſſe, pugnisq. ſtrictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea ſphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumſepti ſeſe inuicẽ percutere modo caput, modo dorſum, modo brachia petentes, neque umquã ſeſe mutuo complicantes; in qua pugna ſuperabat qui uel aduerſarium

rium

rium pugnorum ictibus in terrã proſternebat, uel grauius & dam- D
2.Symp. Prob. 5. noſius feriebat. Tyrrhenos ad tibiã πυκτεύειν ſolitos fuiſſe, ex ſen-
tentia Eratoſthenis refert Athenaeus 4. Dipnoſoph. Hoc certamen
Plutarchus quidem exercendo corpori inſeruiſſe, teſtatũ reliquit.
ego uero ita ſentio, pugilatum inter exercitationes à Galeno in 2.
de tu. ual. adnumerari, ſed pro ſanitate tuenda, proq. bono corporis
habitu comparando parum in uſu in gymnaſijs fuiſſe. ad quod cre-
dendum duabus potiſsimum rationibus adducor, quarũ prima eſt,
quod Galenus bis, uel ter ſolummodo pugilatum nominauit; &
Antyllus, qui hanc rem diligentiſsime tractauit, nullum paene uer-
bũ de hac exercitatione habuit, ſicuti nec ullus alius fide dignus me-
dicus excepto Aretaeo, qui in uertiginoſis pugilatũ cõmendare ui-
detur: niſi (quod ego ſuſpicor) ſit Graecus contextus deprauatus.
Quod ſi pugilatus medicae gymnaſticae exercitationis genus exſti E
tiſſet, aequum certe erat, non adeo ab omnibus ſilentio praeteriri.
Altera ratio eſt, quod, ſi naturã pugilatus exacte ſpectemus, cũ per-
cuſsiones, & euitationes bellum gerentibus neceſſarias aemuletur,
ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiã magnope
re adiuuet, infitiari non poſſumus; at cũ ſolum brachia, atq. pugnos
exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percuſsionibus cor-
pus offendat, quomodo ualetudinis conſeruationi, boniq. habitus
acquiſitioni cõferre poſsit, non uideo: ut tuto dicendũ ſit, pugilatũ
in gymnaſtica medica exiguũ uſum habuiſſe in militari uero mul-
tum, in athletica plurimũ: cuius principes & auctores fuiſſe Amy-
cum, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in quã
adeo Glaucus Caryſtius excelluit, ut quincta & uigeſima Olym-
piade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam me- F
ruerit uocari. Pugilatores iſtos pinguedini comparandae operã de-
In Eun. act. 2. ſce. 3 diſſe, legitur apud Terentiũ. quod agebãt, ut grauius percutere ua
lerent, & plagas ipſis illatas minus ſentirent: eſt enim experiẽtia &
ratione cõprobatũ, obeſos minus ex carnibus iniurias ſentire. Cur
autẽ Teſprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo he-
rilis filius ualeret, reſpõdeat, pugilice atq. athletice, nõ eſt admodũ
1. de alim. fac. c. 2. difficile coniectura cõſequi. quod etiã Galenus ſcriptũ reliquit, Lu
ctatores potiſsimũ athletas ueros eſſe uocatos, ſed paullo ante ipſius
tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuiſſe pugiles, & pãcratiaſtes.
Plau. in Epidico. quã de re fieri põt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuerſi eſſent,
utriq. tamen robori. & corporis craſsitiei ſtuderẽt, & iccirco ſeruus
ille merito pugilatum, & athleticam ſeparauerit, herumque ſuum
robuſtum, & pingui uentre eſſe ſignificarit. Ex lucta & pugilatu
tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pan-
cratium communiter gymnaſtici omnes appellabant, in hoc (ut te-
ſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduer- Cap. 5.
ſarios & pugnis ferire, & cõprimere, & continere, & deijcere ſtude
bant: nam pugiles ſolis pugnis contendebant, nec umquam compli
cabantur; ut commendanda ſit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2.
uenuſtè admodum phreniticos, quod pugnis miniſtros, & adſtãtes
feriatur pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprime-
bant, ut deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant, pancratiaſtae
tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut
dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit
Pauſanias) aduerſarium uincere contendebant, atque in eo a pugi- lib. 5. elia.
libus differebant. quod illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolummodo in
B flexis certabant. atque hoc ſignificare uoluit Galenus ubi ſcripſit: 1. de motu muſcul.
εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μά-
λιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτεταχόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc eſt, ſin au
tem unuſquiſque digitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis
euadet, qui ipſam in pancratio protẽderint. talis etenim manuum
figura prehenſandis aduerſarijs, cui maxime ſtudebant pancratia-
ſtae, ut nomen quoque ſignificare uidetur, ualde accõmodata erat;
his de cauſsis exercitatio haec παμμάχιον uocata eſt quandoque,
ſicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus diffi
cilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi reni-
bus affectis exercitationem commendat Hippocrates, ſub tali exer-
citatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intel-
ligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8.
C de legibus ſua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercen-
di ratione ductus mulieres ſolummodo poſt nubilem aetatem pan-
cratio exerceri conſulit. de Pancratij ſpecie quapiam loquebatur
mea ſententia Galenus, quando in commentarijs ſuper libellum
de ſalubri diaeta dixit, gymnaſtas fere quos impinguare uolebant
conſtituiſſe, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν,
(erant enim quaedam exercitationum genera) ut ſcilicet iungeren-
tur, & toto corpore certarẽt, ſed nudi, ac ſine complexu. Panaetius
quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratiaſtarum geſtus, & luſus
hunc in modum pinxit. Vt ſunt Athletarum qui pãcratiae (melius
pancratiaſtae) uocantur, nam ſicuti illi ad certandum uocati proie-
ctis alte brachijs conſiſtunt, caputq. & os ſuum manibus oppoſitis,
quaſi uallo praemoeniunt, membraq. eorum omnia, priuſque pu-
gna motu eſt, aut ad uitandos ictus cauta ſunt aut ad faciendos pa-
rata,

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuiſſe, quae in gymnaſijs per- D
agebantur, perſpicue ſignificauit Propertius, ubi palaeſtrarum La-
cedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos mul-
tum in ſanitatis uſum ueniſſe, quoniam, ſi pugilatus & lucta rarius
ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex
pugilatu, & lucta conſtans ſanitati multum ex uſu eſſe potuiſſe cre-
2. d tu. ua. dendum eſt. quod ſi Galenus aliquando ſcripſit ſe plurimos Pan-
cap. vlt. cratio ſanitati reſtituiſſe, aut in ipſa conſeruaſſe, illud effecit in ijs,
qui exercitationibus huiuſcemodi ſolis dediti erant, atq. tunc ma-
gna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferēdum
ſit, Pancratium in gymnaſtica medicinae locum aliquem praeci-
puum habuiſſe; quamuis ſecus plurimum eius auctoritas in athle- E
tica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & cer-
taminibus uſque adeo Pancratiaſtarum ſpectaculum oblectabat at-
que reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recuſarent,
qualis fuit Phrynon Athenienſium dux Pancratiaſtes clariſsimus,
quem Pittacus Mityleneus ſingulari contendens certamine reſte
ſub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo ſuperauit: qualis item
fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis
digniſsimo ſtatua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae ge-
nus apud ueteres pancrapum nominatum, ſed aduerſus beſtias, tan-
tummodo id committebatur, ut uidere licet apud Caſsianum lib.
collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedā
ſpecies erat certamen illud, quod ceſtibus peragebatur: ij autē erant
laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erāt F
lora quaedam punctis interſtincta; quae manibus & brachijs cir-
cumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & craſsitie, ve
rum etiam ſoliditate ceſtibus certantes ſeipſos ferirent. unde patet,
hos aliqua ex parte diuerſos fuiſſe a pugilibus proprie vocatis, nem-
pe qui ſolis manibus in pugnos coniunctis inter ſe dimicabant:
quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari ſcio, ut
apud M. Tullium 2. Tuſculanarum quaeſtionum lib. Ceſtiphoros
in gymnaſijs quoque exerceri ſolitos teſtatum fecit Propertius, qui
libro 3. in palaeſtris Spartanorum puellas etiam cum ceſtibus exer-
ceri conſueuiſſe, in hunc modum ſcribit.

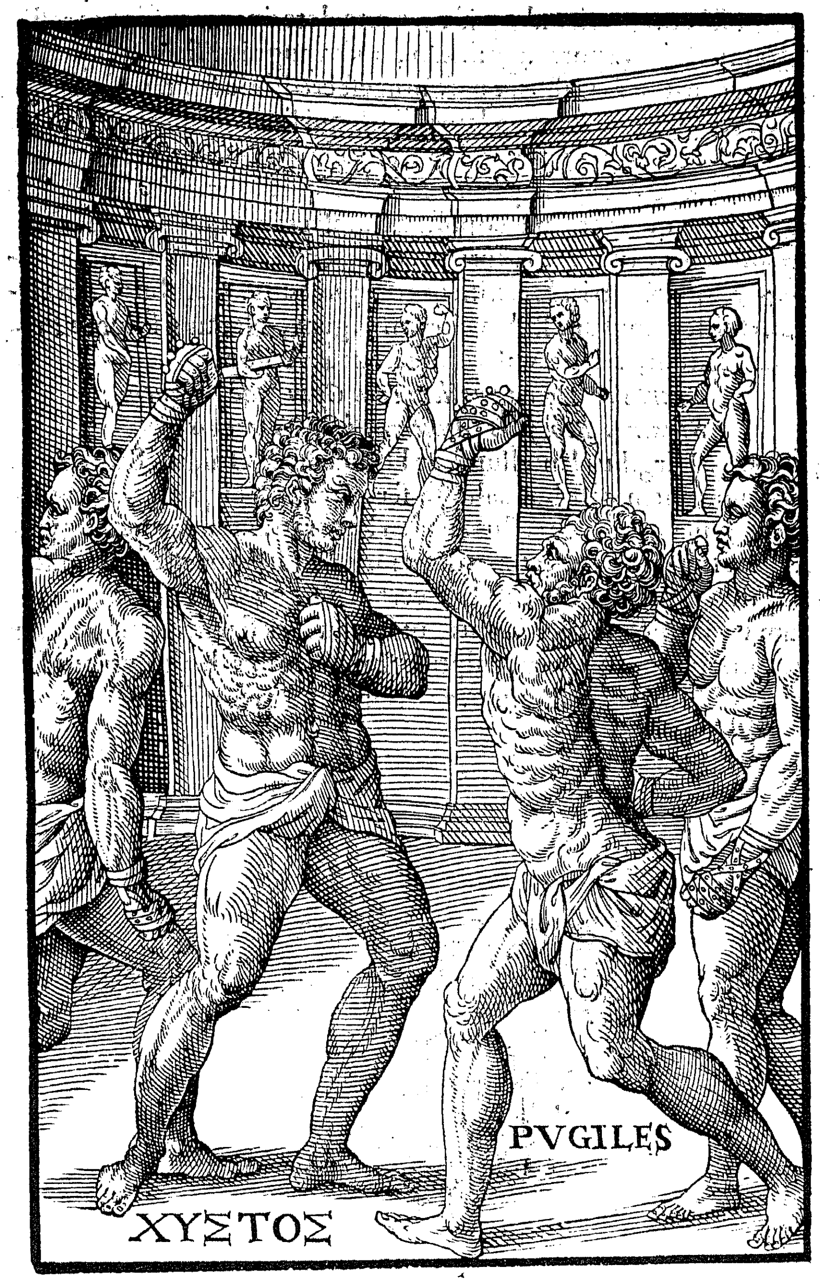
Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris.

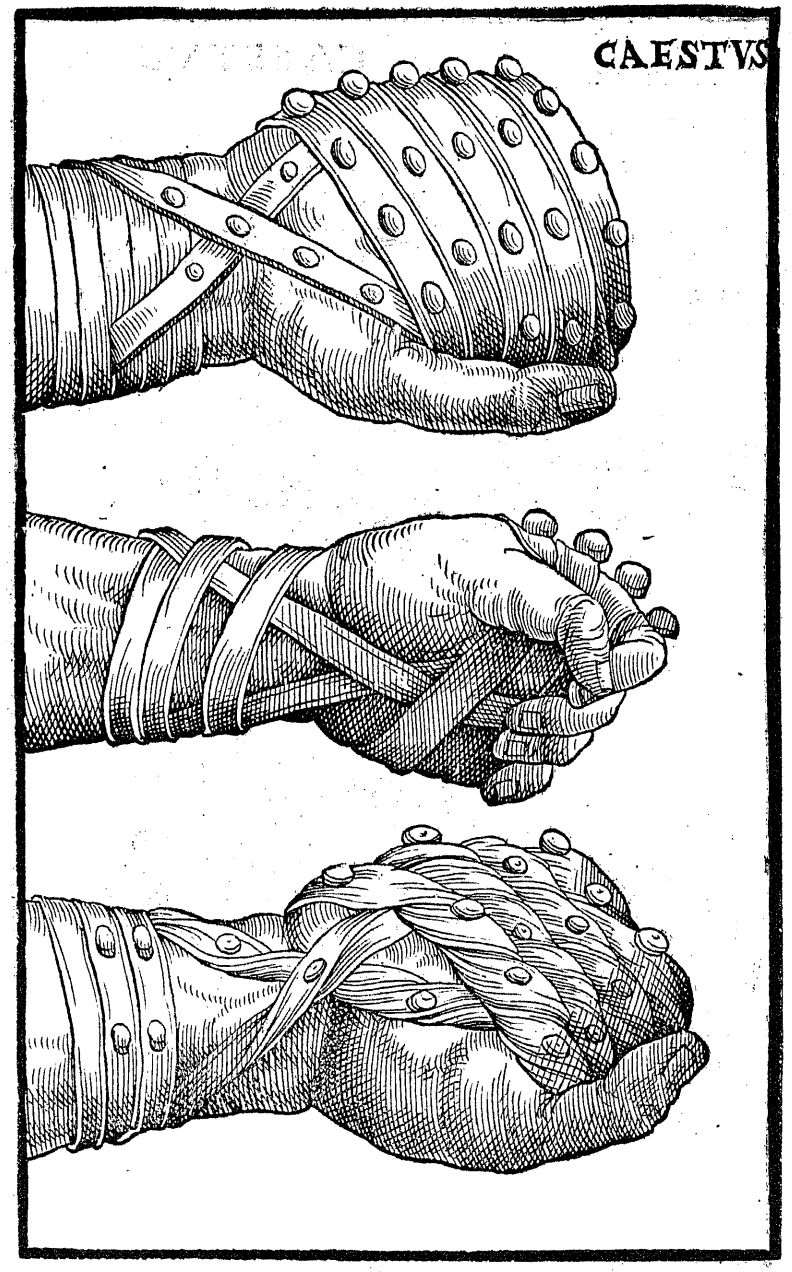
Quod uero huiuſcemodi certamen potius athletae, quam ſanitatis
ſtudioſi exercerent, ex ijs, quae ſupra de pugilatu ſcripſimus, facile
cognoſci

A cognoſci poteſt: quandoquidem tanto deterius percuſsiones ceſti-
bus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto
pugni expanſis manibus. quare non eſt credibile ſanitatis ſtudioſos
hoc exercitationis genus adamaſſe; & qui ſe uerberibus, plagis, &
ictibus, pugnisque exponeret, ſanitati admodum conſuluiſſe: ſicut
ex aduerſo athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere poſſu-
mus; tum quia maxima populum huiuſcemodi pugna delectatio-
ne afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uolupta-
te in amphitheatris, & ſacrificijs comparabant. Ceſtibus enim cla-
rum fuiſſe Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-
luce occiſum, ſcripſit Valerius Flaccus 4. Argon.

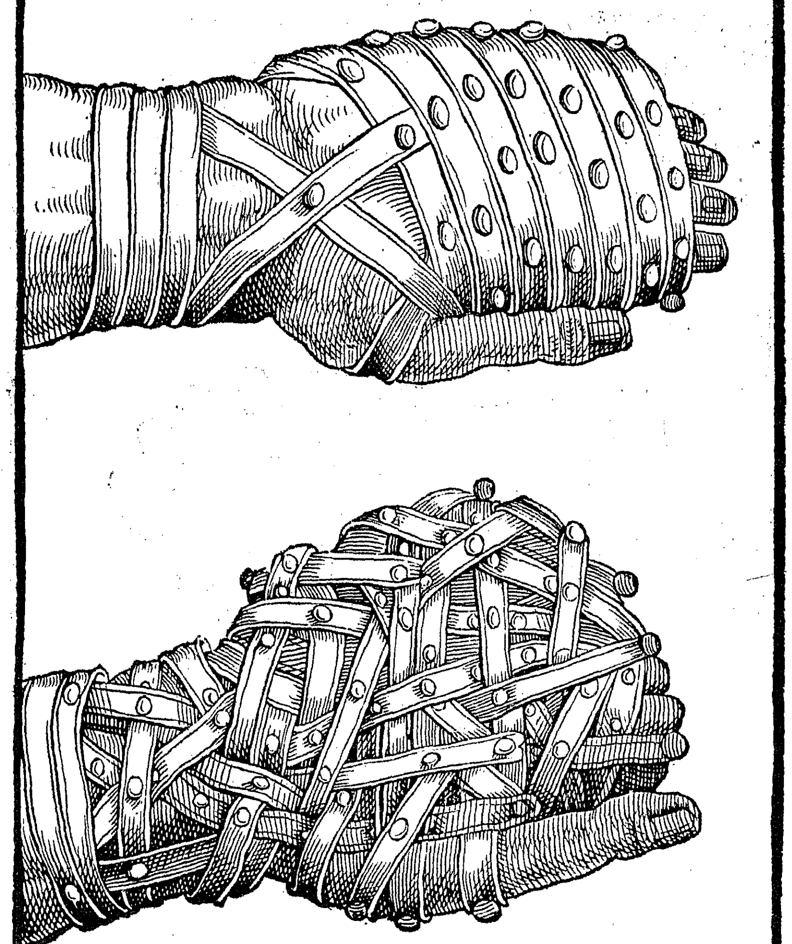
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amicum ſuſpexit arenis.

B ſimiliter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5. Aeneid.
ac Ammonem ceſtibus ualuiſſe ſcripſerunt. itaque inter pugila- 5. metam.
tum, Pancratium, & ceſtus, unum Pancratium in medicina gym-
naſtica frequentius, ceteros duos rarius uſurpatos eſſe iam liquet.
Pugilum autem, qui ceſtibus certabant, nec non ceſtuum ipſo-
rum uarias picturas hic damus, ut ipſas uel ex ſepulcrorum, uel ex
gemmarum antiquarum ſculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Li-
gorius, in ueterum monumentis renouandis peritiſsimus.


PVGILES
XYΣTOΣ


CAESTVS

CAESTVS



A *De Curſu.* *Cap. X.*

INTER cetera, quae ob uitae conſeruationē animalibus a natura tributa fuerunt, currēdi poteſtatem praecipuā eſſe, omnes, qui eorum ſtatum conſiderare uolent, ſine labore intelligent, ſi quidem cetera quaeque, quibus ſe ipſa tuentur, uel non ſtatim connaſcuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab inſidiantibus aliqua ex parte laedantur; at curſus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab inſidiatorum, & omnium offendere ualētium iniurijs tuetur, ut nullam laeſionem ea ſuſtinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendū eſſet, cum multo tempore ad currendū ineptus degat; niſi & ipſe, cui crura ambulationis, & curſus gratia a natura

B in eam figuram fabricata Ariſtoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam cuſtodia parentum, ſub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam cōſeruandam, uerum etiam ad eam iucunde ſimul, atque ſane traducendam uel ſolus, uel omnium animalium maxime uti nouit, ſicuti in curſu uidere poſſumus, qui cum uitae dumtaxat conſeruandae cauſſa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad ſanitatem conſequendā uti non aegre tulit. Quis neſcit, maiores noſtros inter alias exercitationes, ut diſputat Plutarchus ij. Sympoſ. v. ad ſpectacula, ad militares exercitationes, ad ſanos habitus acquirendos inſtitutas curſum quoque habuiſſe? cui locum peculiarem in gymnaſijs aſſignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipſorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri poſſet, atque

lib. de cōi aīal. greſ. li. 15. d̄ vſu partium.

C etiam quandoque in loco, ubi altus puluis ſtratus erat, ſi credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad curſum, etſi nomen innuat, ſed ad deambulationis uſum inſtitutas ſcimus ex ſuperioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraeſentabant, uſque adeo currendi uim interdum aeſtimabant, ut (quod refert Plinius) lienem ſibi ipſis inurendum curarent, quominus ille currēdi celeritatē, ſicuti ſolet, impediret. Huiuſce curſus certamen, ſicut & luctae primos Eleos ſine ullo ueteris memoriae exēplo inſtituiſſe auctor eſt Pauſanias: apud quē ſimiliter legitur, Endymionē filijs de imperio tale certamen in Olympia propoſuiſſe; nec non currendi morem Nemiacis, & Iſthmicis intermiſſum ab Hadriano reſtitutum eſſe. Ex quo loco ſcire poſſumus & ſeruos, & ingenuos antiquitus in curſus certaminibus contendiſſe: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerū num-

In dialogo de gymnaſijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quod diceret, ingenuum non D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bel-
licas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros,
& iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesq. tam
nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit nō in ſtadio
ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut iure diſputetur
apud Plutarchū.ij. ſymp. antiquior ne fuerit in bellico, & concer-
tatorio uſu lucta, & pugilatus an curſus. Platonis ſententiā ſecutus
Vegetius in cōmentario de militari exercitatione ſcriptū reliquit,
ad curſum praecipue iuuenes, qui militari diſciplinae incumbunt,
aſſuefaciendos eſſe, ut maiore impetu in hoſtem currant: ut loca op
portuna celeriter, cum uſu uenerit, occupent, uel aduerſarijs idē fa-
cere uolentibus praeoccupent, ut ad explorandū alacriter pergant,
alacrius redeant, ut fugientium facilius terga cōprehendant. Refert E
Salluſtius de Magni Pompeij exercitatione eum cū agilibus, ſaltu;
cū uelocibus, curſu; cū ualidis, uecte certaſſe, neque aliter Sertorio
aequandū umquā fuiſſe, niſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequē-
tibus exercitijs ad bella praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum
hunc in gymnaſtica bellica maximi momenti fuiſſe, & quemadmo-
dum athleticū quattuor praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadiū de quo
D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in ſtadio ob corru-
ptibilem coronam certare; dolicum, diaulū, & armatum, in quorū
lib. 1. c. 9. poſtremo bis Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde ςαδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum
exercitatores. Qui praeterea Ariſtotelem j. lib. magn. moral. & Ga
lenum medicum in 2. & in 6. de tu. ual. libro non oſcitanter uidit in
telligere facile poteſt, curſum inter exercitationes ſanitati ac bono F
corporum habitui conferentes non exiguam partem habuiſſe: quā-
lib. Epo. 2 xv. do etiā Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem ha-
bendam cenſuit, primū locū curſui dedit, etſi non admodum perci
pio, quid epiſt. 3. indicare uoluerit dum ſe Hieram feciſſe, quod ra-
ro euenit curſoribus, ait nam ſi (ut eruditiſsimus Muretus putat)
pro Hiera mediā ſtadij lineam cōcipiamus quomodo curſores eam
raro facere dicat, non ſatis aſſequor. Huius tres tantum ſpecies effe-
ciſſe Antyllum reperio, alterā in anteriora currēdi, alterā in poſte-
2. de tu. ua. cap. 10. riora, alterā in orbem. quamuis itē apud Galenū & dolichū, & diau
lum reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continua-
tum diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorū dupli-
cis ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterū uero definiunt fere omnes
fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaque
ſtadium

A ſtadium erat curſus unius tātum ſtadij, dolichus duplex uno curſu
ſtadium, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu. ut fieri
poſſe credam peryſtilij interioris ambitum, quem diaulum, ob
duorum ſtadiorum menſuram uocatum tradit Vitruuius, huiuſce-
modi curſui inſeruiſſe. Quapropter falſum illud eſſe deprehendi-
tur, quod apud Suidam legitur, ſtadiodromos longiorem tractum
metiri curſu dolichodromis, cum huius contrarium manifeſto in-
telligatur ex Parmenionis epigrammate.

Φημὶ πολυςιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μοῦσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον.
Πολλ᾽ ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν ςαδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνομένων πνεύματος ἐςὶ τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. ci-
B tato magis adhuc confirmatur, quo ſignificatur, in re minori non
eſſe quaerendam maiorem. Ad haec habuit curſus multas ſpecies a
locorum uarietate deſumptas, quoniam ſi quando extra gymnaſia
curſitabant, prout neceſsitas, commoditasue poſtulabant, aut per
plana loca, aut per aſpera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut
per prata, aut per montes curſum agebant. Neque hic mirari debet
quiſquam, quod ualetudini ſtudentes extra gymnaſia quoq. curre-
rent; propterea quod loca ſimilia cum haud quaquam omnes for-
mas exercitationibus quibuſuis aptas habere poſſent, cogebantur
interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymna-
ſia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi curre-
bant. de quibus omnibus extat Ariſtotelis ſententia, quod curren- 2. partic.
tes nudi ueſtitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & prob 3. & partic. 38. 5
C aſpiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & ſi-
lentia tenent.

De Saltu. *Cap. XI.*

CVRSVI ſaltus, ἅλμα a Graecis gymnaſticis uocatus,
non parum aſsimilatur, nempe qui, ſicut curſus eſt con
tinuatus ſaltus, ita ipſe ſit interciſus curſus; hunc a ſalta
tione, de qua ſuperius ſermonem habuimus, lōge dif-
ferre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι,
& a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur.
Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationē effatu
dignum, aut non ſaltem neceſſarium, aut non admodum crebrum
uſum exſtitiſſe, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā pror-

lib. 1. de re mili. c. 9. ſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non con- D
temnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit
iuuenes, qui militiae operam nauant, ad ſaltum praecipue exercen-
dos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo
ſuperatur, ut, cum eiuſmodi difficultates euenerint, poſsint ſine la-
bore tranſire. In athletica uero facultate ſaltum locũ habuiſſe, prae
ter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos,
ſaltum primum hoc uerſiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος & πάλη,

idest,

Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,

teſtatur abunde Ariſtoteles, qui in libro de communi animalium
greſſu ſcriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque ma
nu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam E
non comprehenſis quod itẽ poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ
κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec
ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras
palaeſtrarum exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes
Oribaſium diligentius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati
idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiã habuit:
quod exſilire, & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν, ſiue ex-
ſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quando ſcilicet eodem in lo-
co corpus manet poplites inflectẽdo, & circumuehendo, ſaltus ſiue
ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam mediũ,
uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus ter-
minatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legi-
bus, numeris, & imitationibus uti oſtendimus: has ſaltus ſpecies Se- F
Lib. 2. Epiſt 15. necam intellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltũ com
mendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit,
uel qui ſaliaris, aut fulonius dicebatur. Exſilitione olim utebantur
Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſal
tabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim
inflexis, quandoq. uero utriſque uno & eodem tempore. Has mu-
lieres poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatua-
rium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor
Lib. 14. cap. 8. eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uoca-
mus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quan-
do ſaltantes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uer-
Lib. de cõi aĩal greſſu ba faciens Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu contĩnẽ-
tem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos
pompae

A pompae gratia ſeſſores ſuſtinere, nec progredi ſinere ſolent, & qui
ita ſeſe mouentes cito laſſantur, & fatigationem ſentiunt; altero
quando manibus ponduſcula capiebant, ut illis firmati uehemẽtius
ſaltarent, quae ponduſcula tametſi ab Ariſtotele, & Theophraſto in libro
ἁλτῆρας nuncupari ſciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis ge- περὶ κό-
nus exſtitiſſe, inferius demonſtrabo. Interim lapſum Cornarij ad- πων.
notare placet, qui in commentarijs in ſecundum Galeni de compo
ſit. medicament. ſec. loc. librum, huiuſce rei ignarus, damnandum
putauit Budaeum, qui dixerit, certantes ſaltu halteribus uſos eſſe;
nam ut illi fortaſſe donem, quae ait de halterum, & halcterũ diuer-
ſitate; nihilominus Ariſtoteles v. problem. viij. & Theophraſtus li-
bro de laſsit. aiunt, (quod ipſe negat) Quinquertiones, & alios me-
lius ſaltare, ſi lapidem, uel halteres manu geſtent, quam ſi brachio
B inani iactentur. Vnde fortaſſe & apud Galenum 2. de tuen. ualetu.
& apud Artemidorum legendum non ἁλκτῆρες, & ἁλκτηρία, ſed
ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando ſcilicet apud nullum alium aucto-
rem hanc uocem ἁλκτῆρες uſurpatam inuenire mihi cõtigit. Quo-
modo uero ſaltatio iſta tam ab athletis, quam ab alijs perageretur,
haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca
continuatis ſaltibus ſaltabant, atq. tunc limitem, unde principium
ſaltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & menſuram κανόνα dictũ
habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attinge-
re, magnam, praeterire, maximam laudem fuiſſe uerisimile eſt, τὰ
ἐσκαμμένα uocatum, unde factum eſt adagium in eos, qui metam
tranſiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco
in altum ſaltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maio-
C rem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cũ ſim-
pliciter adſcendere, quam deſcendere continuo laborioſius prae-
dicauerint Ariſtoteles, & Theophraſtus. Neque ſolum manibus v. Sect. pb.
ponduſcula ſaltantes, vt melius exercerentur, habuiſſe inuenio, im- lib. d laſsit.
mo uero & grauiora pondera interdum ſupra caput, nonnunquam
ſupra humeros, aliquando in pedibus geſtaſſe. quemadmodum ui-
dere eſt ex hac uetuſtae tabulae pictura, in qua ſaltantes appoſitiſ-
ſime repraeſentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio
accepimus.

An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitationē faciendā inſeruirent, ita exiſtimo, ijs, q grā ualetudinis exercebant, hūc finē habuiſſe. At alijs ad gloriā quādā inanē potius tēdebāt, qđ.ſ.q maioribus pōderibus onerati lōgius, & altius ſaltarēt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarē-

A tur. Erāt quoq. qui ſupra utres oleo unctos & uino plenos pedibus ſaltarēt; inter quos uictores ij cēſebātur, q ita ſeſe dextere gerebāt, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi pro uictoriae pmio utrē cū uino ferebāt: q uero terrā natibus percutiebāt, nō ſine magna uoluptate ſpectatoribus riſum mouebāt. Id autē antiquitus obſeruatū in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pellibus cōflati ſaltibus calcabātur in caprarū contēptū, q adeo uitibus infeſtae credūtur. De hoc Ariſtophanes ī Pluto: ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic ſub dio ſupra utrē ſalta, & Eubulus apud Ariſtophanis interpretē: καὶ προσέτι τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθαι, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrē in medio collocantes ſupra ipſum ſaltate, & eos qui humi ciciderint, cachinno proſequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula laeti*
B *Mollibus in pratis unctos ſaliere per utres*
Sed illud nō ignorādū, qđ ſcriptū eſt apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tā de his, q de uno ſubleuato pede, altero ſolo ſaltātib., dictū eē apđ ueteres.

De Diſco & halteribus. Cap. XII.

DISCI iactū inter exercitationes gymnaſiorū haudquaq infimū locū habuiſſe, nō modo Gal. clariſsimis uerbis affirmauit, Propert. pdixit, uerū ēt Vitruuius elegātiſsima quadā hiſtoria aperte īſinuare uiſus eſt, apud quē legitur, qđ cū Apaturius Alabandeus Trallibus ſcenā excellētiſsime finxiſſet, adſpectusq. eius propter aſperitatē eblādiretur oīum uiſus, & iā id opus pbare fuiſſent parati, tū Licinius Mathematicus pdijt, & ait Alabādeos ſatis acutos ad oēs res ciuiles haberi, ſed pпter nō magnū uitiū indecētiae inſipiētes eos eſſe iudicatos, qđ ī gymnaſio eorū, q ſunt ſtatuae oēs, sūt
C cauſſas agētes, in foro autē diſcos tenētes, aut currētes, ſeu pila ludētes: notauit.n mathematicus qđ, ſicuti ſtatuae cauſſas agētes fori ſunt propriae, ita diſcū tenentes gymnaſij, & ob id indecentē inter locorū proprietates ſtatū ſignorū publicae ciuitati uitiū exiſtimationis adieciſſe dixit. Erat itaq. antiquis illis diſcus gymnaſij exercitatio, quā an bellicae peritiae ſtudioſi inter ceteras exercerēt, nō admodum mihi cōſtat, niſi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militibus cōmendat, diſci quoq. iaculationē ſubintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq. 2. Ilia. ſignificauit, ubi finxit Achillem Agamēnoni iratū Myrmidonas ſuos a pugnando remouiſſe, atq. illos ipſos ne torpeſcerēt in maris littore ſeſe diſcis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuiſſe: quaſi ſi nō laedēdis hoſtibus, ſaltē uariae agilitati ipſorū cōparādae hmōi exercitatio accōmodata eſſet. Athletas uero in eo ſe exercuiſſe, nec nō in publicis certaminibus contēdiſſe, manifeſtū facere pōt cōmunis auctorū ſentētia, qui inter athletarū certamina diſcū omnes uno ore adnumerāt, & praeter hos pictura, quā hic damus.

2. đ tu. ua.
Libro 3.
lib. 7. c. 5.

ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, di-

ſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotundum, quod aliquādo adeo graue erat, ut uix ab uno hoīe eleuari poſſet: ueluti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui grauis, & comprehenſu difficilis erat, eum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam inuenio, inſtrumētum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus, quod magis ſuſpicor. exſtiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinātur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumēti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant diſcis*,

inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde ſecūdū huius ſentētiā patere pōt, diſcū fuiſſe lapidē grauē, quē exercētes ſe proijciebāt, &, cum ferreus, erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

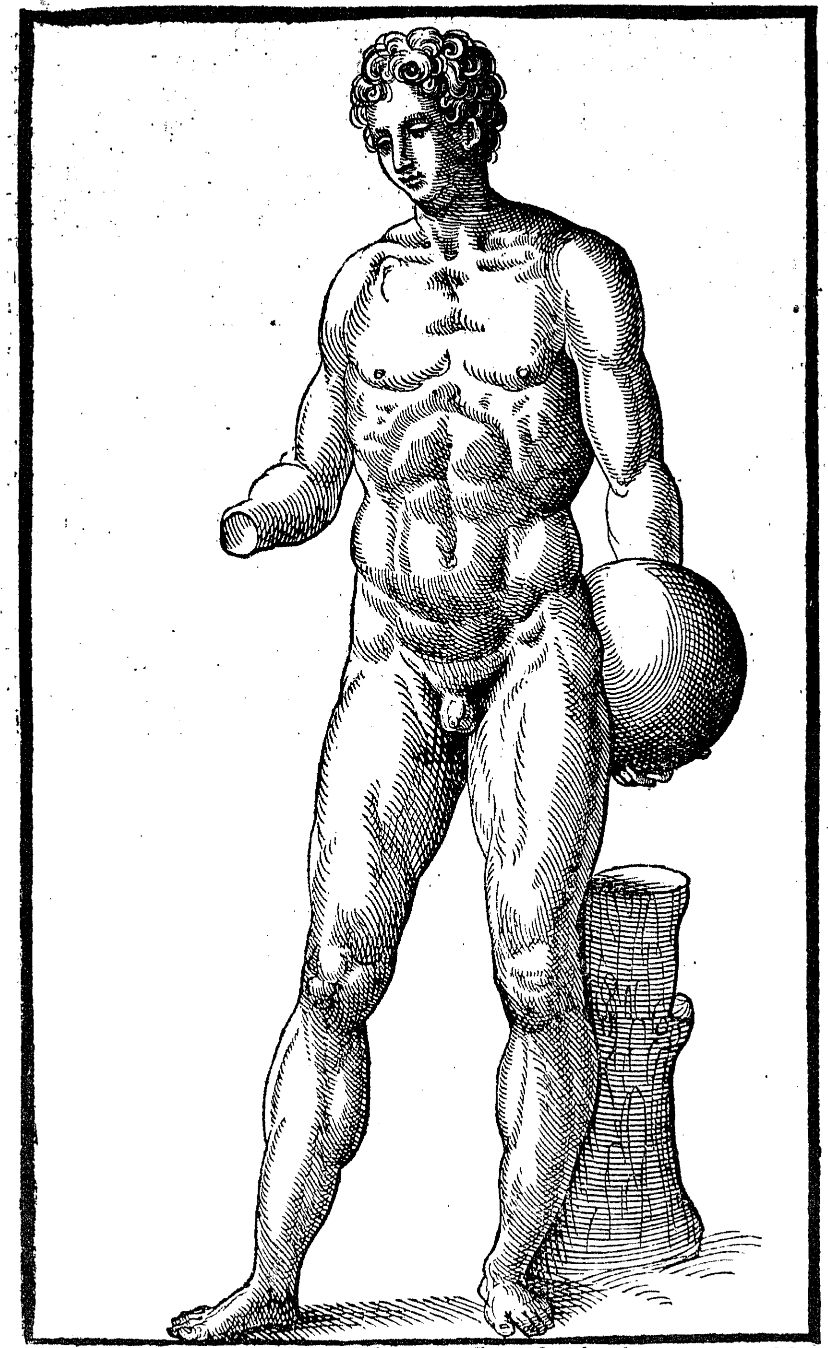
Splendida cum volitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

Alij, quibus ego aſſentior, crediderunt diſcum fuiſſe laminam quandam trium uel quatuor digitorum craſſitudine, lōgiorem paullo plus

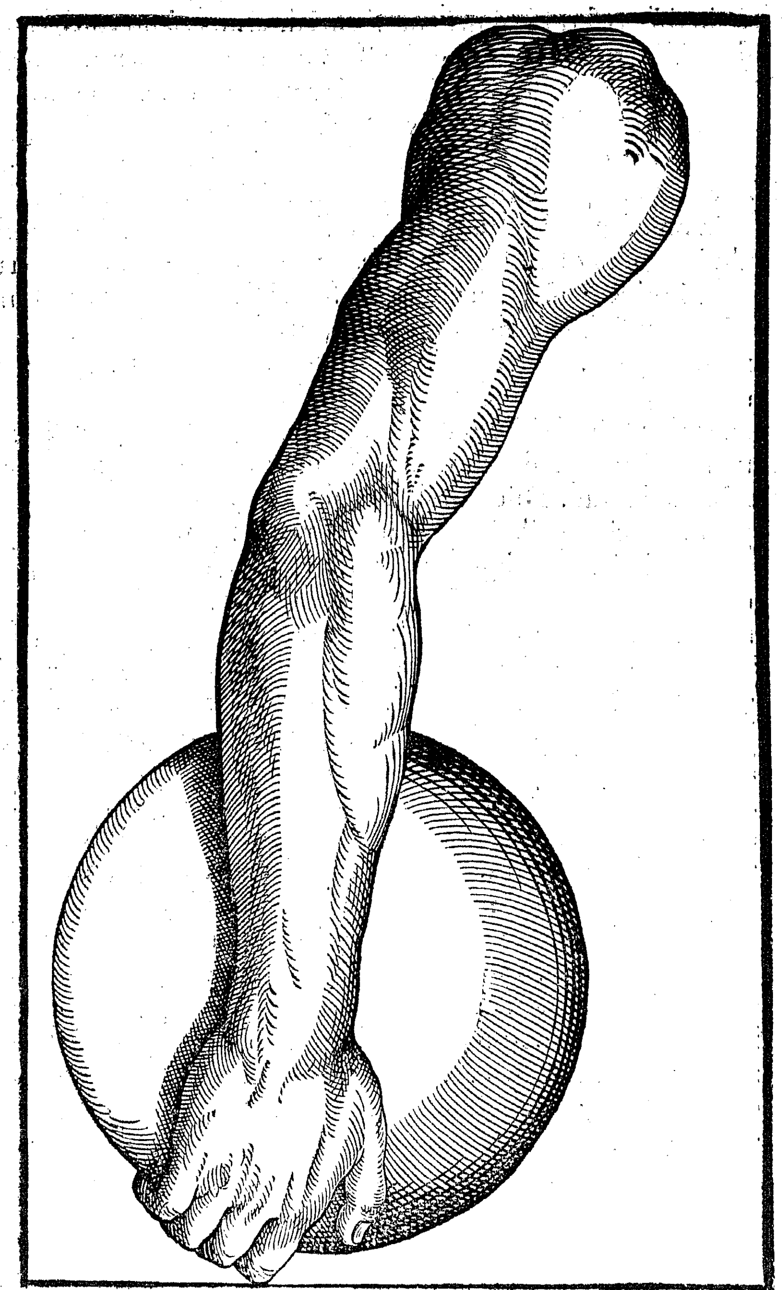
C pede, alias lapideam, alias ferream, (aeneam quoq. ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſſimus Ligorius) cuiuſmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuiſſe puto, planam quaſi lentis ſpeciem referentem, quam in aerem proijciebant, ſed modo a iaculorum miſſione diuerſo, ſi quidē in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorſum impellebant contra in diſco manu ad pectus adducta, atq. extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

Miſſile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expreſſa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitum uidere licet.



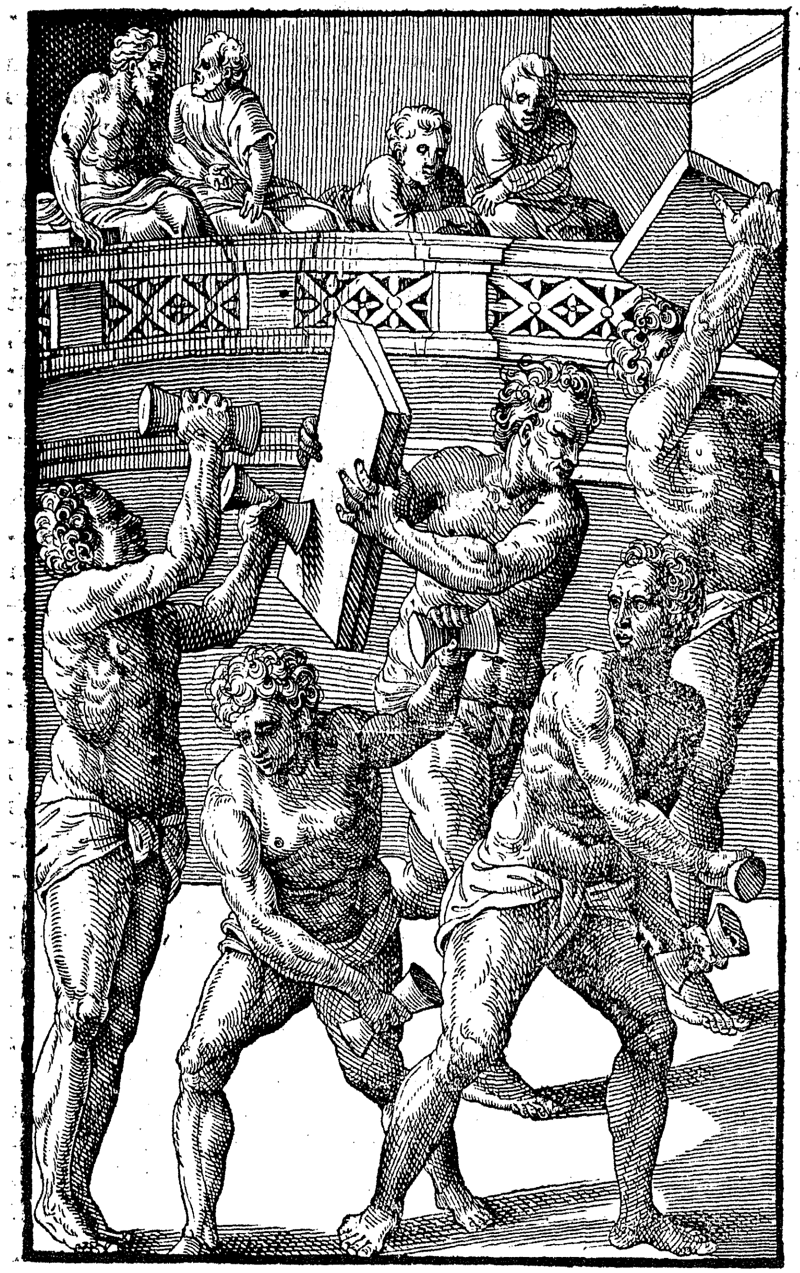
qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideū hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex q̃bus ſimiliter diſcū eiaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſsimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamētū, q̃ brachij figurā ad nos miſit.



Harum ſtatuarū ſimiles alias duas diſcobolorū fuiſſe ueriſimile eſt, quarum unā ex aere Myronem praeclariſsimum ſtatuariū finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliā Tauriſcum pictorē illuſtrem excel-

lenter

lenter pinxiſſe, refert Plinius. Hanc formã diſci una cũ praedictis teſti D
monijs ſi uidiſſet, ac mature examinaſſet Gulielmus ille Choulus, nũ-
quã certe affirmare auſus eſſet, diſcũ pilã rotundã in medio perforatã
fuiſſe; niſi bonus ille vir nomine pilae quãlibet rem orbiculatã praeter
Latinae linguae uſum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̃ D. Cyprianus
in lib. de ſpectaculis diſcũ uocat orbẽ aeneũ, & in Marci Aurelij Imp.
nũmis quibuſdã Apolloniae Illirij excuſsis, quorũ exẽplar ſupra poſi-
tũ eſt, huiuſmodi Diſcobolorũ luſus repraeſentatur, in quo diſcũ qua-
drã quandã orbiculatã, & in medio perforatã fuiſſe apparet. Vt hinc
conijciã, non unã diſcorũ formã exſtitiſſe, qua ſiue in ſacrificijs, ſiue in
gymnaſijs uterẽtur. Illud attamẽ praetereundũ nõ eſt, in diſco iaculan
do artẽ quãdã, ut Pindari interpres oſtẽdit, neceſſariã exſtitiſſe; alioqui
iaculatores laude fruſtrati deridebãtur, & ſaepe damna inſignia ſpecta
toribus afferebant, quod a Phoebo actũ fuit, quẽ diſco Hyacinthũ in- E
terfeciſſe fabulantur. Diſco ſimile erat alterum exercitationis genus,
ἁλτῆρες a Graecis appellatũ, qđ in palaeſtra actitari ſolitũ ſcribit Ga-
lenus. hoc ab halteribus ſupra nominatis, quos ſaltatores, ut uehemen
tius ſaltarent, manibus cõprehẽdere cõſueuiſſe, demõſtrauimus, diuer-
ſum fuiſſe aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribaſiũ ita
ſcripta reperiũtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν
τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγ
καμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν
ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων
ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ συνεῦσιν τῆς
ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris
iaculatione. Differentia autẽ eſt halterũ ipſorũ, aut enim proijciuntur
manibus extenſis & uiciſsim inflexis, aut in manuũ protenſione, quae F
quieſcunt, & ut plurimũ breui motu mouẽtur, ſolũ continentur; ipſi
uero, qui exercebantur, non ſecus ac pugiles, introibant & concutie-
bant, uel qui ſe exercebant, ſecũdum dorſi aſſenſum manibus uiciſsim
ſe flectebãt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halte
res huiuſcemodi ex eadem materia, atque eadẽ forma, qua ſaltatorum
põdera eſſe poſſent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo ma
nibus, ut ſaltatores, tenerentur; uerum etiã uarijs modis emitterentur,
perinde ac tẽporibus noſtris apud multos in uſu habetur, qui ſeſe exer
cent, aut pilam, aut lapidẽ vel terreũ, uel plumbeũ manibus, ac brachijs
extẽſis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Are-
taeus, auctor nõ minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis
τῇ ἁλτήρων βολῇ cõmendauit. Et ut poſsit certior formae huiuſce ex-
ercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteriſtarũ imagi
nes, quas ex gẽmis antiquis ſculptis acceptas ad nos miſit Pyrrhus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occaſionem aliquã D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἀλτῆρες ἀλητῆρα nõ pa
rum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a no
bis deſcriptum, nec non pondera a ſaltatoribus manibus apprehen
di ſolita ſignificat, ἀλτῆρα uero genus fuiſſe orcheſticae, ſiue ſalta-
tionis apud Sycionios uſitatũ refert Athenaeus. quo nomine Itha-
cenſes quoq. unam exercebant, quam non ſine Vlyſsis fortuna at-
que aerumnis conſtitiſſe arbitror; ſi quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer
ſibus, ex Hippocratis uſu, atque Galeni interpretatione mendicũ
atq. erroneũ ſignificat. Quales porro fuerint huiuſmodi halteres,
nihil aliud explicatum reperio, niſi id quod Pauſanias in v. Elia-
corum ſcripſit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέχονται σχῆ-
μα τοιόνδε· κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε-
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέ- E
ναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. ideſt, Hi autem halteres circuli ob
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactiſsimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum eſt figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei anſam immittantur: a quo paullo diuer-
Li. 4. chro. cap. 2. ſus ſenſiſſe uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos an-
tiquos, ubi ſcribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaeſtritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuſo, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuiſſe maſſulas quaſdam, ſiue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur: qui mea ſententia nedum ſo-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipſis circumfuſis, de- F
inde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hiſce temporibus multi, qui ſic aut rotulas ferreas, aut caſeos, aut
quid aliud ſimile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipſum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus ſcribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λωμένων, nil aliud animo concepiſſe, niſi quod illae tum lapidibus
a manibns, tum a fundis emiſsis inter ſe certare deberent. nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere conſucuiſſe indicauimus; unde ſub nomine lapidis a manibus
emiſsi ἁλτῆρα Platonem intellexiſſe non eſt prorſus rationi diſſen
taneum: ueluti certum eſt, fundam ab halteribus diuerſam funicu-
lum

A lum quendam fuiſſe, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero
cum anſula ne exiret, altero ſine ut dimitti poſſet, atq. in medio la-
tior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funi-
culo & ab uno capite dimiſſo uehementer proijciebant fundito-
res. quam proiectionis formam duabus de cauſsis a Phoenicibus,
quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut mi lib.7.c.56.
nus manibus ex lapidũm aſperorum attrectatione nocumentum
accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proice-
rentur. unde Dauidem ad proſternendum Goliatem funda uti uo
luiſſe exiſtimo, quoniam aduerſus robuſtiſsimum Gigantem maxi-
ma ui, & maximo armorum impetu opus eſſe cognouerat. Hoc ge
nus certaminis apud Balearium inſularum populos uſq. adeo cele-
brabatur, ut matres filios ſuos alijs auibus ueſci non paterentur, niſi
B quas funda ſibiipſis comparaſſent.
Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uerſu ap-
pellauit.

Stuppea torquentur Balearis uerbera fundae. 1.Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non ſecus exarſit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: uolat illud, & incandeſcit eundo.

Quod vero bellica gymnaſtica huiuſmodi exercitationem in uſu
haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unuſquiſque cognoſce-
re poteſt.

C

De Iaculatione. *Cap. XIII.*

QVAMVIS τῆς πάσης ῥίψεως ſiue iaculationis omnis
nomine apud Platonem quãdoq. omnem ſiue lapidis, 7.de leg.
ſiue iaculi, ſiue alicuius alterius proiectionem noſſe ua
leamus, nihilominus duas praecipuas illius ſpecies eſſe
ciſſe 8. de legi. dialogo uidetur, alterã τοξικήν, alteram ἀκόντισμα
uocans, quarum duarum Apollinem atque Aeſculapium praeſides
exſtitiſſe tradit Galenus; nos primam ſagittationem, ſecundam ia-
culationem cunctos fere Latinos ſecuti nuncupabimus. ſagittatio-
nem tribus praecipuis modis fieri ſolitam inuenio tum, ſolis amen-
tis, de quibus Silius lib. 14.

haſta iuuatur amento

cum arcubus, tum baliſtis, quibus ſagittas ſubtiles, exileſq. infigen

Gymnaſtica. I tes,

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. D
hi communi appellatione τοξόται uel τοξόται uocabantur; unde
uenenũ quoddam τοξικὸν nominari ſcribit Paullus Aegineta medicus, quod Barbari ſagittas ad feriendum letalius illo inficerent:
Iaculatio uero non modo ſine amento, arcu, baliſtaue efficiebatur,
uerum etiam grandiores ſagittas, craſsioresq. uirgas, & plerumque
graues palos requirebat; quinimmo ſagittarij ſolis brachijs ſeſe mouebant, ἀκοντίζοντες autẽ ſiue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorſum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tẽporibus noſtris, quos pali iaculatores appellant, factitare conſpicimus: utriq.
tamen in huiuſcemodi exercitationibus obeundis nõ paucis uiribus
Li. de aere, aquis, & locis. indigebant, unde non ſine ratione Hippocrates, multos ex Scythis
prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neque telum contorquere potuiſſe memoriae mandauit, qui pariter E
in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam eſſe ἐν ἀκοντισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδονήσει, ἄλλο δὲ ἐν λιθοβολίησιν,
ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emiſsione,
necnon pugilatu. Habebãt uero, qui ſic exercebantur, terminos, &
ſcopos ſibi propoſitos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quiſq. conabatur. qđ explicauit Horatius hoc uerſu.

Saepe diſco,

Lib. 1. car. ode. 8. *Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.*

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod baliſta fuit tormenti
Li. de re milit. quoq. genus, quo ſecundum Vegetium lapides, & ſagittae eiaculabantur; & quod ſimiliter ſagittas catapultis, & ſcorpionibus antiquos eijcere conſueſſe ſcripſit Vitruuius, de quibus tractare ad inſti- F
Li. 10. c. 15. tutum noſtrum minime pertinet: quas uero nos ſagittationes, & iaculationes tractamus, illae ſunt, quas gymnaſtica facultas tamquam
proprias ſibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae
gymnaſtica iaculationes, atq. ſagittationes pro ſanitatis adminiculis in uſu habuerit, (licet apud auctores raro ſcriptum inueniatur) in
In ſuaſau. ad bo. ar. de tamen conijcere poſſumus, quod antiqui, referente Galeno,
eoſdem medicinae & ſagittationis, iaculationisue Deos Apollinem
nempe atq. Aeſculapium effecerunt. At iaculationis utriuſq. tam
cum arcu quam ſine, praecipuum in bellica gymnaſtica uſum apud
priſcos fuiſſe, locupletiſsimum teſtem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hiſce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere ſolitas ſciebat, quas
Loco cit. Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & ſagittas eiaculari
con-

A conſueuiſſe, ſcriptum reliquit; ut ſileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, ſeſe iaculando exercere,
ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiã quantopere
iaculandi, & ſagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione
militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruiſſe, Hercules illius auctor fidem facere poteſt, quem ſagittãdi peritiſsimum
ea facultate centaurum Neſſum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixiſſe, harpyasq. uolucres in medio aere confeciſſe, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuerſae illae, atque
multiplices belluae, quas in publicis ſpectaculis, ac ludis athletae
modo ſagittis, modo alijs armis interimebant, clariſsimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq.
B exercuiſſe, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illuſtres uiros, atque etiam Imperatores ipſos, inter quos duo adnumerantur
Commodus uidelicet Fauſtinae Pij & prioris Fauſtinae filiae, &
Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano ſeceſſu ſagittis plerumque multis
uidentibus confodiſſe, ſcribit Tranquillus; illum centum ictibus in
arena totidem feras ſtrauiſſe tam ualidis uiribus, ut multas uno
conficeret ictu, tradit Herodianus: qui ſimiliter ſcribit adeo illi certam manum fuiſſe, ut, quidquid oculo deſtinaſſet, iaculo & ſagitta Libro 1.
contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in
medicinae gymnaſtica locum habuiſſe, compertum eſt; cuius quidem iaculationes duo potiſsimum inſtrumenta fuiſſe, diximus, arcum, & ſagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Perſen Perſei
C filium inueniſſe dicunt. Iam uero ſagittarum multas ſpecies fecimus, alias ſubtiles & exſiles, quae arcubus, & baliſtis eiaculabantur, Plinius. lib. 7. c. 56.
quaſque plumbatas fuiſſe exiſtimamus: quamplurimorum, & praeſertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & ſaxis
grandinat, niuit: nec non Ariſtotelis auctoritate ducti, qui in 2. de
caelo ſcripſit, ſagittas per aerem latas ipſum ignire, atque ipſum ita
ignitum plumbum poſtmodum quod in eis continetur liquefacere: alias craſsiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc craſsiores & grauiores, palos noſtri uocant.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER TERTIVS

De agendis, & de ratione praeſentis tractationis. Cap. I.

MVLTAS exercitationũ ſpecies ab antiquis
in uſu habitas ſuperiori libro, qua potui-
mus perſpicuitate, enarrauimus; multae
adhuc reſtant non minus fortaſſe ſcitu di-
gnae, quã illae, quarum maior pars tametſi
haudquaquã in gymnaſijs praecipue pera-
geretur, neq. itẽ ad ſaltatoriã pertineret, in E
quã, & palaeſtricam uiſi ſumus ſuperiori li
bro uniuerſam gymnaſticã diſtribuere, cũcta tamen tractari oporte
re duximus; quia illa etiam ſi nõ proprie, ſaltẽ cõmuniter exercita-
tiones uocari merẽtur, & propterea nullo pacto a gymnaſtica exclu
di debẽt. Amplius eadẽ ad bonum habitum corporis, atq. ad ualetu
dinẽ cõferre oẽs medici fatentur: unde, cum ſtudiũ noſtrum in hoc
praecipue uerſetur, ut eas oẽs corporis exercitationes tradamus, q̃
& ualetudinẽ iuuare, & optimũ corpori habitum parere iudicatae
ſunt, de hisq. ſingulis gymnaſticam cõſiderare ſtatuerimus, uel vnũ
aliquod intractatum relinquere praeter ordinẽ, & praeter inſtitutũ
noſtrũ foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de me-
dicinae gymnaſtica ſola ſermonẽ habere in animo habentes, multa
de athletica, plurima de bellica immiſcuerimus, atq. adhuc in ſequẽ F
tibus idẽ facturi ſimus: propterea quod primũ atq. praecipuum cõ-
ſilium nobis fuit de medicinae gymnaſtica uerba facere. at poſtea
tribus de cauſsis reliqua adiunximus, tum ut aliarũ duarũ condicio-
nibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perſpecta fo
ret, tum ut, quae cõfuſe de ſingulis ſimul, uel indiſtincte ſaltẽ ab au
ctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex diſtinctioni
bus noſtris perfecte diſcerni poſſent, neq. ulla lectoribus errãdi oc-
caſio relinqueretur, tum quia eaedẽ exercitationes ab athletis, a mi
litiae ſtudioſis, & deniq. a ſanitatis profeſſoribus uſitatae reperiun-
tur. quod ſi de medicinae dumtaxat gymnaſtica ſermonẽ habuiſſe-
mus, neceſſario paene ſecuturum erat, ut uel hanc unam exſtitiſſe
crederent lectores, uel ſaltem alias ab hac una & normas, & origi-
nem ſuſcepiſſe. quod quantos in auctoribus legendis errores pepe-
riſſet,

A riſſet, nemo uel mediocriter in bonis artibus uerſatus uidere non
poteſt, praeterquã quod ſi quae de gymnaſtica medica ſcripſimus,
quaeque uberius in ſequentibus dicturi ſumus, ijs, quae de ceteris
duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cogno-
ſcet profecto illa minimam partem obtinuiſſe, & proinde numquã
iure infitiabitur, quin manifeſte appareat nos de gymnaſtica arte
medicinae ſubiecta, & non de ulla alia tractare uoluiſſe: haec eſt
enim illa, quae tametſi corporis uni curae operam nauare uideatur,
ita tamen & illius, & animae ſimul exercitationis, quod in Timaeo
admonebat Plato, curam gerit, ut non ſinat ita corpus prae robo-
re, atque craſsitie inſolenter ferocire, quin animi motionibus ſe-
cundum rationem ſeſe domandum, caſtigandum, atque dirigendũ
ſubijciat: id quod athleticam non effeciſſe, & iccirco ab omnibus
B recte inſtitutis rebus publicis ſummopere damnatam atque igno-
minioſe exploſam fuiſſe, Galenus ſaepius praedicauit. ut etiam hac
ratione merito excuſari debeamus, ſi plura quam par aliquis iudi-
caſſet, de ea locuti ſumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natu-
ra ex ungue (ut aiunt) aeſtimata, & exercitationum, & in uiuendo,
ac conuerſando athleticorum morum prauitatem cognoſcere, co-
gnitam deteſtari, atque euitare liceret.

De ambulatione. Cap. II.

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambula-
tio praeſtet, ſatis aperte ſapientiſsima natura demonſtra-
uit, quae mirifico quodã artificio, ſingularique, & pro-
C pe diuina prouidentia nobis pedes nõ ob aliud fabrica-
uit, niſi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas
nati ſumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Co-
raceſium Pamphiliae animaduertiſſet, ne homines, qui in eum in-
cidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, hone-
ſteq. obire ualerent, pedes illis, ſicut refert Galenus, memorabili 3. de uſu
quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã partium.
ueluti neceſſariam, atque in primis commodam ſiue natura, ſiue
Deus nobis tribuerunt, quanto ſtudio cuſtodienda, atque adiuuan-
da ſit, nullus non uidet; eo praeſertim, quod ſi ullae exercitationes
corporis inueniuntur, quae ualetudinem conſeruare, imbecillita-
tem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum com-
parare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in
frequentiori uſu ſint, una profecto exſiſtit deambulatio, quam non

Gymnaſtica. I iij modo

modo medici praecipuam eorum gymnaſticae partem effecerunt, D
uerum etiam antiqui omnes uſque adeo aeſtimarunt, ut inter cete
ra priuatis exercitationibus deſtinata, & in gymnaſijs & extra loca,
nullius maiorem curam geſsiſſe, nulliq. magis ſtuduiſſe uideantur.
quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exae-
lib. 5. c. 9. dificarent. Nam (ut ceteros auctores fide digniſsimos omittam) Vi
truuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cē-
ſuerit, unuſquiſq. ex eius ſcriptis facile comprehendet: ego certe
ante & poſt Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulatio-
nibus loca magnifice extructa ſcio. quae omnia apud me tribus ge
neribus complectuntur, quia uel porticus erant, uel ſubdiales lo-
ci, uel ſubterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque
templis, & illuſtrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea
5. de tu. ua. cap. 11. ſimiliter fuiſſe porticus ambulationi dicatas, ſcribit Galenus; quan- E
doque ſolae & ſeparatae exſtruebantur, quales plurimae Romae
olim fuerunt, quarum ueſtigia nunc admirationem ſpectatoribus
pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus ſpatiare ſub umbra.

& Propertius libro 2.

Scilicet umbroſis ſordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neque Pompeia ſpatiabere cultus in umbra,
Nec cum laſciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus ſpatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porti-
cum ad deambulationes exaedificatam fuiſſe, quemadmodum &
quamplures alias in id conſtructas eſſe, apud Ciceronem tertio de F
oratore libro diſputatur. Quod porro ſubdiales quoq. locos ad de
ambulātium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores no
ſtri extruerent, atque illos modo arboribus conſererent, modo nu-
do relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnaſijs, & extra
gymnaſia quomodo fieri deberent, copioſiſsime edocuit, argumen
to quoq. ſunt xyſta illa a nobis ſuperius declarata, & praecipue de-
ambulatorium illud Athenienſium in Academia, quod pulcherri-
l. 12 c. 2. mis platanis conſitum ad id fuiſſe ſcribit Plinius, & ad cuius imita-
tionem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque
in ſuis aluiſſe exiſtimo. Subterraneos uero locos quoſdam ambula-
tionibus deſtinatos fuiſſe, quos ob id hypogaeos Hegeſippus, &
Petronius uocarint, haud uero diſsimile uidetur: quoniam tempo-
ribus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri poteſt, ut una
cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati ſint ad uitandas aeſti-
ui caloris moleſtias. niſi eos potius credamus fuiſſe crypto porticus
undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne am-
bulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis ho-
die Romae in uiridario Vaticano uiſitur, & quales fuiſſe illos ueri-
ſimile eſt, quos ſe inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tuſcu-
lano, quam in monte Pauſilippo uidiſſe, teſtatus eſt nobis Ligo-
rius: quoſue Plinius ſecundus in uillae ſuae Laurentini, & Tu- li. epiſt. 2. & 5.
ſcorum deſcriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro
apud Nonium, Non uides in magnis periſtylis, qui cryptas domi
non habent, ſabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare
poſsint? Qui enim ambulationibus ſeſe exercebant, omnes fere ſa-
B nitatis gratia illud agebant, ut neceſſario cogerentur ſecundum
temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudi-
nis offenſionem ambulationes perficerent. Soſtratum Gnidium ar
chitectum celebratiſſimum ambulationem etiam penſilem primū
omnium Gnidi feciſſe, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam
athletas ambulationibus numquam uti ſolitos ex eo credere debe-
mus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in ſacris
certaminibus, quibus omnibus inſeruiebant, umquam eos ambu-
lando contendiſſe legitur. Quod ſi locus in gymnaſijs athletarum
exercitationibus, & locus ambulationibus deſtinatus, quem Xeno- In Oecon.
phon, & Vitruuius Xyſtum uocatum ſcribunt, uicini erant, non
ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri ſolitos, ſed
alios in Xyſtis ambulare, athletas ſeorſum exerceri conſueuiſſe: niſi
C dicamus athletas quoque poſt uehementes exercitationes ambu-
laſſe, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uo-
catam eſſe, & non proprie exercitationem: quid autem apothera-
pia foret, inferius declarabimus. Militari ſimiliter peritiae ſtuden
tes ambulationem parum curaſſe credendum eſſet, poſtquam nec
Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad
iumentum effatu dignum praeſtare uidetur, niſi Vegetius edocuiſ- lib 1. de re mil cap. 9. & penult.
ſet ualde militibus futuris ex uſu eſſe, ut aſsiduo exercitatio ambula
re celeriter, & aequaliter diſcant, atque ob id ueterem conſuetudi-
nem permanſiſſe, nec non D. Auguſti, atque Hadriani conſtitutio
nibus praecautum fuiſſe, ut in menſe tam pedites, quam equites
educerentur ambulatum, & non ſolum in campis, ſed etiam in cli-
uoſis, & arduis locis deſcendere, atq. adſcendere cogerentur, quo
nulla res uel caſus pugnantibus accidere poſſet, quam non ante bo-
ni milites aſsidua exercitatione didiciſſent. Habuit uero haec exerci

 tatio

tatio multas ſpecies tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
ſumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
3. de uſu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete conſtare, motus ille, & per
conſequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut uehemens, uel remiſſa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum ſpecies, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnaſijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Oecon. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iſcomachus apud Xe-
nophontem, qui dum in agrum pedibus ſeruum ſuum equum du-
centem ſequeretur, meliori ſe exercitatione uti dicebat, quam ſi in
xyſto ambulaſſet; modo in locis planis, modo aſperis, modo are-
Coeli⁹ Au. li. Chron. 2 cap. 3. lib. de cauſis procat. noſis, quos pro paralyticis Aſclepiades, Eraſiſtratus, ac Themiſon
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copioſiſsime diſſe- E
ruit Ariſt. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu-
lationes, nempe quando uel ut auxilia ſanitatis, ac boni habitus ad-
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. poſtquam
enim grauiores exercitationes confecerant, ne ſtatim ad quietem
tamquam a contrario ad contrarium tranſitus fieret, ambulationes
paucas & remiſsiores adhibebant, ſicut & poſt medicamenta, ac uo-
mitiones, atq. uniuerſum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτι-
κὸν appellabant: quamquam etiam gymnaſtae in medijs laboribus,
potiſsimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijſſent, apo
3. de tu. ua. cap. 2. therapia interdum utebantur, quod Galenus ſummopere laudan-
dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-
betur, aliquos ad excitandam ſitim ambulatione uſos eſſe. nam in
lege Maenia ita ſcriptum erat: Exercebam ambulando, ut ſiti capa- F
cior ad cenam ueniret guttur.

An Erectum ſtare ſit exercitatio. Cap. III.

QVI rerum ipſarum naturas leuiter perſcrutati ſunt, ni-
hil ambulationi ipſi, motuiq. diſsimilius eſſe, quam pe-
dibus erectum ſtare iudicarunt. At quoniam profun-
dius quaerentes in hanc ſententiam eunt, erectos. ſ. pe
dibus ſtantes ſi non ambulāt, ſaltem aliquo pacto moueri, propter-
eaque ſtatum huiuſcemodi ab exercitationum cenſu excludi mini-
me debere: ideo etiam de hoc ſermonem facere decreui; eo prae-
ſertim quod multi falſis rationibus ducti hanc opinionem ita ani-
mis imbiberunt, ut pertinaciter credant, ſtantes pedibus nullo
modo

A modo ſeſe exercere, ſententiam ſuam huncin modum probantes,
uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercita-
tionem motum exſiſtere, cui motui ſtatum plane contrarium eſſe
praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum prin- In Soph.
cipia ſtatum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen
apertiſsime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes il-
li, qui pedibus erecti ſtant, licet moueri ſenſibiliter nullo modo ui-
deantur, attamen ratio ipſa, quod aliquo pacto moueantur, certiſsi
me perſuadet. Nam & multorum ueterum ſententia fuit, nō quae
moueri uideantur, ea moueri ſola, ſed multa immobilia apparere
unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri effica
ciſsimis rationibus, ac fere ſenſu ipſo demonſtrantur. Aues etenim
non tam quando modo ſurſum, modo deorſum uolitant, in motu
B eſſe cenſentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter
occupant. id quod ſic probatur, quia ſi auis quae ſtare in aere im-
mobiliter uidebatur, in eo ipſo inſtanti moriatur, protinus in ter-
ram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam niſi mor-
tuam in terris uideri, & uiuam ſemper in aere manere ferunt) non
ob aliam profecto cauſſam, niſi quoniam corpus illud in ſublimi
motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio conſiſtebat, quo
motu poſtea priuatum corpus, atque naturae ſuae dimiſſum ad cen
trum declinat, ſicuti dum contra naturae ſuae inclinationē ſurſum
ſuſtinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quieſcit, ſed
quaſi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorſum
a natura acti, altero animae ſurſum contra naturam corpus mouen
tis. Idem ferme euenit in hominibus erectis ſtantibus, quorum
C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra ſur-
ſum illa ſuſtinere obnitente motus quidam ſenſui immanifeſtus
ſuboritur. cuius indicium illud habetur, quod ſi anima a corpore
erecto ſtante exeat, illico ipſum in terram delabitur, quia motus il-
le deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram incli-
natum, ſurſum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino
cuiuis perſuaſum eſſe debeat, eos, qui pedibus erecti ſtant, ob conti-
nuos, & contrarios animae corporiſque obnixus aliquo pacto mo-
ueri, atque ipſorum muſculos omnes corpus geſtantes, & a terra
attollentes, erigenteſq. uehementer intendi: cuius intenſionis at-
que etiam ipſius occulti motus merito poſtea efficitur, ut ſtare ma-
iorem laborem, ac laſsitudinem moleſtiorem pariat, quam ambu-
lare, ſicuti praeclariſsime a Galeno ſcriptis mandatum eſt. Neque Lib. de tre. & rig.
Plato ubi inter principia rerum ſtatum perinde ac motui contra-
rium

rium collocauit,uera prorſus locutus eſt,cum Ariſtoteles. 5. Phyſi- D
corum libro longa oratione non ſtatum motui, ſed motum motui
contrarium eſſe demonſtrauerit;niſi potius aliquis dicat,Platonem
aliud genus motus ac ſtatus myſtice (ut ſolet) intellexiſſe, cum ex
ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat. Si igitur tot rationi-
bus ſatis comprobatur; erectos ſtantes aliquo pacto moueri,atque
interdũ non modice laborare,conſentaneum uidetur, ut nõ ob id
ſtatus ab exercitationũ ordine remouẽdus ſit,quod exercitatio defi
niatur eſſe motus,& ipſe minime motus appellationem mereatur,
quinimmo ſicuti quãplures motus, qui ſanitati,& bono habitui cõ-
ferre iudicantur,etſi uere ac proprie exercitationes non ſint, cõmũ
niter tamen eſſe a nobis ſupra abunde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſta
re erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vn-
de ſapientiſsimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, ſtare, & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit: quaſi in-
nuere uoluerit, dum corpus ſurſum uel ſedendo, uel ſtando deti-
netur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quen-
dam inter animam & corporis naturam generari,qui ulcera ipſa in
cicatricem coaleſcere minime permittat.atque hoc eſſe puto,quod
à Coelio in Epilepſiae curatione ſtans exercitium uocatur. Num
uero antiqui gymnaſtae inter alias corporũ exercitationes huiuſce-
modi ſtatum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim
cum nullum fere uſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis
imitatores recti ſtantes ſeſe ceteris a loco dimouendos oſtentandi
roboris gratia praebebant, uel ſtatu non per ſe, ſed ob alium ute-
bantur: ideo haudquaquam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi
uериſimile redditur. Quod quaeſo certamen in ſtando ſolum effe- F
ctum cerni poterat,quod aut ſpectatoribus delectationem afferret,
aut ſacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut ſtadijs inſeruiret,
uthorum gratia athletas ſeſe exercere,uel certare ſtantes ſolitos di-
camus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant,ſed non ob
aliud niſi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitu-
dinem capere ualerent,quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſq.
ſibi ferebat, quibus ad commode, & citra moleſtiam ſpectandum,
necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur,
iſque uſus primum M. Meſſalla & Caſsio Coſ. creuit, mox P. Sci-
pione Naſica cenſore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mil-
le paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedentiue ludos ſpectare licitum eſ-
ſet. Quod porro traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe,
ut adorantes ſtarent erecti,ſtantesq. Ioui ſacrificarent, quemadmo
dum

A dum Valerius Martialis de quodam ſcribit,

Multis dum precibus Iouem ſalutat,
Stans ſummos reſupinus vſque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in ſacris certaminibus,uel in celebrandis ſacri-
ficijs ludere ſolitos pertinuiſſe arbitror, quin potius altiori & ae-
quiore cauſſa illud factitatum pro certo teneo, ne ſcilicet ſedentes,
ſiue iacentes in adorando, ſomno (quod intente ſpeculantibus ſae-
penumero contingere conſueuit) caperentur,ſed attente ſimul, ac
uigilanter diutius in adorationibus perſeuerarent: niſi dicamus, il-
lud pariter ueteres effeciſſe ad praeſtandam Dijs ipſis reuerentiam
maiorem. Nam multa huiuſcemodi pro maioribus reuerentiae ſi-
gnis apud maiores noſtros habebantur, quae hodierna die ſecus re-
B putãtur, ueluti cooperto capite ſacrificari pro maxima reuerentiae
ſignificatione habebatur, ut in Romanis probl. ſcriptum reliquit
Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ inſinuat dicens. Quis
hic eſt qui operto capite Aeſculapiũ ſalutat? cum detecto capite ſem "
per ambularet. Haud ſecus itaque & erectum adorare pro maxima "
honoris demõſtratione reputabant, ſicuti nos genuflexum: quam-
quam & Pythagoras, uel ſecundum Plutarchum Numa adoratio-
nes fieri ſedendo uoluit, quo ſic uota rata,firmaq. eſſe debere ſigni
ficaretur. Vnde quod erecti ſacrificarent, nequaquam athletas in
ſacrificijs ſtatu uti conſueuiſſe,argumentum eſt. Bellicae ſimiliter
diſciplinae amatores parum utilitatis in ſtando conſequi potuiſſe,
ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi conſenta-
neum uidetur: ſi quidem ſola excepta tolerantia militibus profecto
C neceſſaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiu-
uare queat erecta ſtatio, nuſquam uideo, praeterquam quod neque
Plato, neque Xenophon, neque Ariſtoteles, neque Vegetius futu-
ros bellatores ſtando ſeſe exercere praeceperunt: tametſi Flauium
Veſpaſianum patrem dicere ſolitum acceperimus Imperatorem
ſtantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnaſtas
tam ſanos, quam ualetudinarios aliquos interdum ſtando exercuiſ-
ſe, numquam negarem; quoniam plurimos uſus tam ad conſer-
uandam ſanitatem, quam ad praeſtandum cruribus robur habere
conſpicio: dum enim muſculi omnes contenduntur,& corpori ani
ma obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quo-
que humores,& excrementa promptius ad inferiores ductus ferun-
tur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio abſoluitur,
honeſtius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-
tionis

tionis genus poſt ſumptos cibos in uſu eſſe potuiſſe, quando non D
minus ad accõmodandum in ſtomacho nutrimentum, quam ad ex-
citandum natiuum calorem, ſomnumq. prohibendum ualet, ſicuti
uulgaris illa, & non penitus abſurda opinio, quod a prandio ſtan-
dum a cena ambulandum ſit, comprobare uidetur. Illud uero hoc
in loco praeterire nolo differt, quisne erectus ſub ſole ſtet (ὑλιθερεῖ-
σθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam al-
terationem patiuntur niſi eam, quam ratione ſtatus oriri demon-
ſtrauimus; at illi qui ſub ſole perſtant praeter iam dictam alteratio-
5. partic. nem, non parum a calore ſolis mutantur: nimirum cum Ariſtote-
Prob. 34. les ſcripſerit, ipſos etiam uehementius incaleſcere, quam illos qui
mouentur, quod ipſi ea aeris perfrigeratione careant, quam iſtos
opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam me-
dicos, a quibus febres ex huiuſcemodi ſub ſole ſtatu generari cre- E
Epiſt. lib. ditur. ex quo minime ſatis mirari ſoleo, quomodo Plinius Caeci-
3. & 6. lius memoriae mandarit, auunculum ſuum Plinium alioqui in ui-
uendo ſolertiſsimum poſt cibum ſaepe, quem interdiu leuem, &
facilem ueterum more ſumebat, aeſtate, ſi quid otij, in ſole iacere
(quod ego ſtare interpretor) conſueuiſſe; atque etiam paullo ante-
quam ex Veſuuij concrematione interiret, ſole uſum frigidam bi-
biſſe. Non eſt praeterea ignorandum, erectum ſtare, perinde atque
ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodeſſe, ſententiamq.
noſtram, qua poſt cibos ueteres ſtare conſueſſe iudicauimus, ita in-
terpretandam eſſe, ut ſola haec exercitatio frequentius poſt men-
ſas uſurpata fuerit, non quod in uſu quoque ante cibum non exſti-
terit, cum quiſque apprime cognoſcere ualeat, eos, qui ceteris exer
citationibus obeundis haudquaquam apti ſunt, ſiue ſani, ſiue uale- F
tudinarij, poſſe aliorum loco ſi non aeque bene, ſaltem paullo mi-
nus pro ſanitatis conſeruatione in ſtando ſeſe exercere; atque pro
ambulatione leui diuturniore ſtatu ante cibos uti, modo reliquae,
quas inferius demonſtrabimus, condiciones obſeruantur.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*

QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atq. Graecos
ſcriptores multa ſignificare comperiatur, ea tamen, de
qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, niſi exer-
citatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter ſe dimi-
cabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & pe-
ritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-
cis

A cis certaminibus ſpectaculisq. coronas uictoriae conſequerẽtur, po
pulumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atq. ſani-
tatẽ ipſam acquirerent, tuerenturq. hos apud Euſeb. viij. Hiſt. Eccl.
cap. xviij. Μαχήτας nuncupatos exiſtimo, ut ij. qui pugiles eo in lo
co tranſtulerũt inepte feſellerint. Quomodo uero efficeretur, quo
niam ſatis quiſq. ex ſe conijcere ualet, in hoc explicando haudqua
quam immorabor: illud ſolũ praetermittere nolo, apud Oribaſiũ
duplicẽ pugnam in medicinae gymnaſtica exſtitiſſe: alteram cũ te-
lis ſemper, alteram plerumq. ſine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci,
umbratilẽ pugnã uocarunt noſtri. telorũ pugna efficiebatur, quan
do ſinguli inter ſe armis rudibus, uel incidentibus, & pungentibus
certabant, unde μονομαχίας nomẽ antiquitus utraq. ſortita fuit, &
B a Coelio Aureliano hoplomachia hoc eſt armorũ ficta cõfrixio uo 5. chro. pa.
cata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At ſcia- cap. ulti.
machiam fuiſſe, quando homo aduerſus umbram & brachijs & cru
ribus pugnabat, pter Platonẽ, q & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν
de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, q ex An-
tylli ſentẽtia tradit, ita certantes cõſueſſe nõ ſolum cum umbra ma-
nibus, atq. cruribus pugnare, uerũ etiã aduerſus columnam, & ad-
uerſus palum, de quo fecit mentionẽ Iuuenalis, aut murũ, nec non Sat. 6.
aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam
ſalientes, interdũ tamquã pedibus cedentes, id quod tunc potiſsimũ
ueteres facere cõſueuiſſe opinor, quando antimachus ſiue aduerſa-
rius deerat, ſiue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non
poſſet minimũ quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis
C quibusuis aduerſum alterum contẽdere ſolent. Primũ enim illud
innuiſſe uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, τῶν τε ἐμψύχων, 7. de leg.
καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτὲ, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἆρά γε οὐκ ,,
ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc eſt, Si ,,
oĩbus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorũ, qui no
biſcũ exerceantur, inopiã, aduerſus noſmetipſos uere umbratili pu
gna certare audebimus. & poſt ipſum Plutar. 7. Prob. cõuiuialiũ: Prob. 10.
ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴκοι ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα:
ideſt, Sed uideo, ait, uos iam vmbratili pugna aduerſus idola certare
paratos. Neq. uero admirari quis debet, qđ antiquos cum umbris
pugnaſſe (quaſi id ridiculũ ſit) affirmarim; quoniam etiam hiſce tẽ-
poribus nõ pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, ut exerceantur, aduer-
ſus aerem pugnis, brachijs, armiſq. certant, uel quando aduerſarius
abeſt, uel qñ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apoſtolus lo-
quẽs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, i. Ita pugnis certo, quaſi
aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & bra- D
chijs nudis huiuſcemodi exercitationem uſurpatam eſſe rationi eſt
conſentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae ſpecies, quas maio-
res noſtri exercitationũ loco in uſu habuiſſe reperitur: ita ut nulla
gymnaſtica exſtaret, quae inter alias exercitationes hanc nõ recepe
rit. quod enim athletica uetuſtiſsimis uſq. tẽporibus pugnandi ar-
mis incidentibus exercitatione uteretur, locupletiſsimũ teſtem Plu
2. Prob. tarchũ habemus, qui in 5. Sympos. ſcriptũ relinquit, antiquitus mo-
nomachiam .ſ. aut ſingulare certamen in Piſa Ciuitate, & in Elide
Peloponneſi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto
quolibet anno, hoc eſt, ut Pindari interpres teſtatur, alternis olym-
piadibus, ſiue menſibus quadraginta octo, aut quinquaginta certa-
mina olympica Ioui ſacra celebrabãtur, uſq. ad mortem deuictorũ
cadentiumq. iugulationem procedere cõſueuiſſe. Praeterea narrat E
Galenus, ſacerdotes in Pergamo priſcum morẽ retinuiſſe, ut aeſta-
tis tẽpore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat ſoli
Graecorũ nationi proprias exſtitiſſe, adiundus eſt Athenaeus, qui
in quarto dipnoſophiſton auctoritate Nicolai Damaſceni Philoſo-
phi peripatetici refert, Romanos monomachorũ ſpectacula nõ mo
do in feſtis, atq. amphitheatris, uerũ etiam in conuiuijs a Tyrrhenis
conſuetudinẽ mutuatos adhibuiſſe; quamuis Romani nõ monoma
chos, ſed gladiatores hos oẽs nuncupare maluerint, quos Iulij Cae-
ſaris aetate in foro nouiſsime pugnaſſe, quoſq. pugnãtes Smaragdo
Lib. 15. ca. 18. & lib. 37. c. 5. Neronẽ ſpectaſſe ſcribit Plinius. Hi quoniam artẽ plurimis abſurdis
plenã exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre
dignoſci poſsint, nonnulla de ipſis breuiter exponã. Nam illud pri
mum deteſtandũ plane habebant, quod certantes quã grauius po- F
terant, ſeſe ferire ſtudebant, & non ſolũ (quod ſcripſit Scribonius
Largus, qui Tiberij Caeſaris & Meſſalinae aetate medicinã Romae
exercuit) cõtuſiones in luctationibus patiebantur, ſed etiã non raro
uſq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen
protẽdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum, atq. Plutarchũ,
3. de cõp. me. p gen. Galenus quoq. teſtatur, qui ſe gladiatores grauiter uulneratos cu-
raſſe, & ob id a ſuae ciuitatis põtifice in eorũ medicum cooptatum
Lib. 7 c. 3 fuiſſe ſcribit. Quin auctor eſt Gellius, gladiatori compoſito ad pu-
gnãdũ pugnae hanc propoſitã ſortẽ fuiſſe, aut occidere ſi occupa-
uiſſet, aut occũbere, ſi ceſſaſſet. ut id uerum putare debeamus, quod
M. Tullius. 2. Tuſculanarũ quaeſtionũ memoriae mandauit, athle-
tas etiã uulneribus confectos ad dominos mittere ſolitos, qui quae-
rerent, quid uellent, ſi ſatiſfactũ ijs eſſet, ſe uelle decũbere. nã uſq.
adeo

A adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiſcerent,
nec multũ mutarent, huiuſmodi uero nefandas hominũ caedes cũ
ſuſtinere oculis non poſſet optimus Imperator Antoninus narrat
Dion eum edicto cauiſſe, ut gladiatores nõ acuto ferro, ſed obtuſis
gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi
arti diſcendae operã nauant. Secunda turpitudinis ſpecies, qua mo
nomachiae huius profeſsio notabatur, fuit ciborum genus: ſiquidẽ
Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia lib. 17. c. 7.
antiquitus hordeo uictitabant, ſicut poſt Plinium Galenus eoſdem Primo de
& faba, & ptiſana ueſci ſolitos ſcriptum prodidit. Tertium gladia- alim. fac.
torum abominandum inſtitutum erat, in ipſo certamine ſanguinẽ
ex uulnere aduerſarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum ani-
mum & uires efficaciter conferret, nec non poſt pugnam cinerem
B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praeclare ad- lib. 28. c. 1.
modum ſic a Cypriano declamatũ eſt. Paratur gladiatorius ludus, & li. 36. c. ulti.
ut libidinẽ crudelium luminum ſanguis oblectet. Impletur in ſuc- li 2 epiſt.
cum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorũ moles ro- „
buſta pingueſcit, ut ſaginatus in poenam carius pereat. Homo occi „
ditur in hominis uoluptatem; & ut quis poſsit occidere peritia eſt, „
uſus eſt, ars eſt, ſcelus non tantum geritur, ſed docetur: quid poteſt „
inhumanius, qd acerbius dici? diſciplina eſt, ut perimere quis poſ- „
ſit, & gloria eſt, quod peremit. Quid illud, oro te, quale eſt, ubi ſe fe „
ris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honeſta ſatis for „
ma, ueſte pretioſa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis ſuis „
miſeri gloriãtur, pugnant ad beſtias nõ crimine, ſed furore: ſpectãt „
filios ſuos patres. Frater in cauea, & ſoror praeſto eſt, & ſpectaculi „
C licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus „
ſuis mater interſit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam im „
pijs ſpectaculis, tãq. diris eſſe ſe nõ putant oculis parricidas. Hacte- „
nus uir ille Chriſtianus, cuius orationẽ hic exſcribere placuit, quod
ad gladiatoriae exercitationis prauitatẽ oſtendendam, nil luculen-
tius haberi poſsit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius
exiſtimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Impera-
torum temporibus rari fuerint ſiue nobiles, ſiue ignobiles, ſiue cõ-
ſulares, ſiue imperatores, qui ſpectacula adeo inhumana, ac omni
flagitio, & ſaeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non
intuerentur. Numquid autem cuiuſuis generis homines, an igno-
biliſsimi dumtaxat gladiatoriam exercerẽt, anceps ualde ſum. quod
enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Te- lib. 35. c. 7.
rentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria
in

in foro per triduum auo ſuo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod D
uenales eſſent, & tria illa neſanda a nobis praedicta profiterentur,
mihi certe perſuadent ex omnium hominum ignobiliſsimo ſimul
ac impuriſsimo genere ueluti ſeruis exſtitiſſe. Ex altera parte cũ Ga-
3. de frac. lenus referat, ſacerdotes monomachiam exercere ſolitos, cũ Athe-
lib. hiſt. 1. naeus ſcribat illuſtres uiros, atq. Duces monomachiam exercuiſſe,
cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperato-
rem gladiatorem eximium fuiſſe, & in publicis theatris, ſpreta Im-
peratoria dignitate, gladiatoris partes adimpleſſe ſcribant, cum tra-
dant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium,
ac uenationes edere conſueuiſſe, ut ciuium ſanguine ſic effuſo pu-
Spartianus gnae quadam imagine Nemeſis ſe, ideſt Fortunae uis quaedam ex-
i Pupieno; pleret, uel ut inſueſcerent milites uulnera, atq. caedes inſpectare.
& Albino. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Athenien- E
In Anach. ſibus fuiſſe, ut iuuenes cothurnicibus ſiue qualeis, ac gallis pugnan-
tibus ſpectandis ſtudium impẽderent, quo illi uolucres uſq. ad ex-
tremam uirium defectionem roſtris certantes, intuentes, ad fortiter
ſubeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenero-
ſiores apparerent, inflammarentur, cuius ſtudij mentionem quoq.
fecit Aeſchines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap.
2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quaſi credere co-
gor, tum nobiles aliquãdo, tum ignobiles ut plurimum athleticam
hanc atq. gladiatoriam pugnandi ſpeciem exercuiſſe: quãdo etiam
apud Athenaeũ reperio, nonnullos teſtamento cauiſſe, uti pulcher-
rimae etiam puellae monomachorum inſtar decertarẽt, aut qui in
delicijs fuiſſent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acu-
torum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandã eſſe. F
quos ſciamachiam quoque interdum, ſiue umbratilem pugnam
exercuiſſe, inde ſatis conijcere poſſemus, quod Glaucus Caryſtius
athleta ſtrenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pu-
gnandi excellentiam celebratus ſit, eique ſtatua habitu, formaque
in umbra pugnantis erecta, ut Pauſanias narrat, tradatur: niſi cer-
tius comprobarent illud haec Dionyſij in libro de diuinis nomi-
cap. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν
περὶ δυ- ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμε-
νάμεως νοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκια-
„ μαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: i. Quod ſa-
piens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur,
qui ſaepe antagoniſtas imbecillos eſſe ſupponentes, prout ipſis
uidetur, necnon aduerſus eos abſentes fortiter umbratili pugna
certan-

A certantes, aduerſarios ipſos uiciſſe putant. Habuit & Athletarum
gymnaſtica pugnae aduerſus palum exercitationem: cum Vege- lib. 1. de re
tius ſcribat, palorum uſum non tantum militibus, ſed etiam gladia- milit.
toribus plurimum profuiſſe, necumquam aut arenam, aut cam-
pum uictores ullos declaraſſe, niſi qui diligenter ad palum fuiſſent
exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Ariſtoteles in
Polit. & Iuuenalis Saty. 6.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat aßiduis ſudibus, ſcutoq. laceßit
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicã gymnaſticã, pugnarum armatarũ utrarumq. exer-
citationibus minime caruiſſe, abunde demõſtratũ eſt & a Platone, 7. de legib.
& ab Ariſtotele, qui in libris Politicorum ſemina quaedam huiuſce
B exercitationis monſtrauit, ac fortaſſe in illis perfecit, quos ab eo
ſcriptos a nobis deſiderari oẽs docti ſciunt. quamuis credibile eſt,
dum ad perdiſcendũ exercerentur, rudia tela plerumq. in uſum ue-
niſſe. quod enim huiuſcemodi cõcertationes maximã ad belli peri-
tiã utilitatẽ praeſtarent, nemo qui hiſce tẽporibus eorũ profeſſores
ſpectauerit, negaret, quando ſimiliter Plato tanti eas facit, ut cete-
ris exercitationum generibus pro offenſione ſimul & defenſione
praepoſuerit, in ipſiſque mulieres & uiros elaborare uoluerit.
Hanc rudibus armis factam militarẽ monomachiam illã fuiſſe, quã
Hermippus Mantinaeos inueniſſe, & Cyreneos aemulatos eſſe Athenæus
ſcribit, ego ferme credo: ſicuti ſimiliter exiſtimo, quam ſcrimiam lib. 4.
uulgus dicit, eam ipſam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus
in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falſo
C autumarunt, eſſe, de qua locutus Plato mea ſententia uidetur,
quando in Lachete ſcripſit, iuuenibus conducere, ut armis pugna-
re diſcant, quoniam ſic habitus corporis robuſtus acquiritur, nec
ulla exercitatione inferior haec eſt, aut minus laborioſa. In hac
haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores ſe uſque ad
necem feriebant, ſed rudibus telis quaſi ſeſe petere inuicem ſimu-
lantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictio-
nes, & auerſiones ediſcebant. Aliquando tamen cum umbra ar-
mis etiam pugnabant: quod Celtas poſt cenam factitaſſe, Poſsido-
nius auctor eſt. Iam uero omnium frequentiſsime pugnam aduer-
ſus palum exercebant, qui militarem diſciplinam comparare opta-
bant. quam exercitationem ita factitatam ſcribit Vegetius, quod a lib. 1. de re
ſingulis tyronibus ſinguli pali defigebantur in terram, ita ut mica- milit. c. 11.
re non poſſent, & ſex pedibus eminerent: contra illum palum ue-
Gymnaſtica. K luti

luti contra aduerſarium ſcuto, & claua tamquam gladio ſe quiſque D
exercebat, nunc quaſi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus mi naretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, inſultaret, inſiliret, & quaſi praeſentem aduerſarium, ſic palum omni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnaſtica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoſcet ille, qui Antylli orationem apud Oribaſium penſitauerit. (6. collect.) Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in uſu habuiſſe, ſed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, ſcribit, additque Romanos primos eam, quae pro ſanitate exerceretur, inueniſſe, quos idoneis quibusuis locis, rudibusque telis primo eam exercuiſſe, & deinde in gymnaſia inuexiſſe uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnaſtae munera etiā armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui conducentem recenſeat. E Nam gymnaſticos tam armorum, quam umbrae pugnam propoſita ſanitate uſurpaſſe, ſatis clare monſtrauit Galenus, (2. de tu. ua. c. 11. & 12.) ubi ad exercenda brachia, atque crura ſciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo ſtatui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuiſſe, praeter nominis ipſius rationem, non modo Galenus teſtatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonſtrauimus, nec non Martialis, (Lib. 8.) qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, ſiue potius aduerſarium grauiter & praeſertim in oculis ferientem, hiſce uerſibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Feciſti medicus, quod facis hoplomachus. F

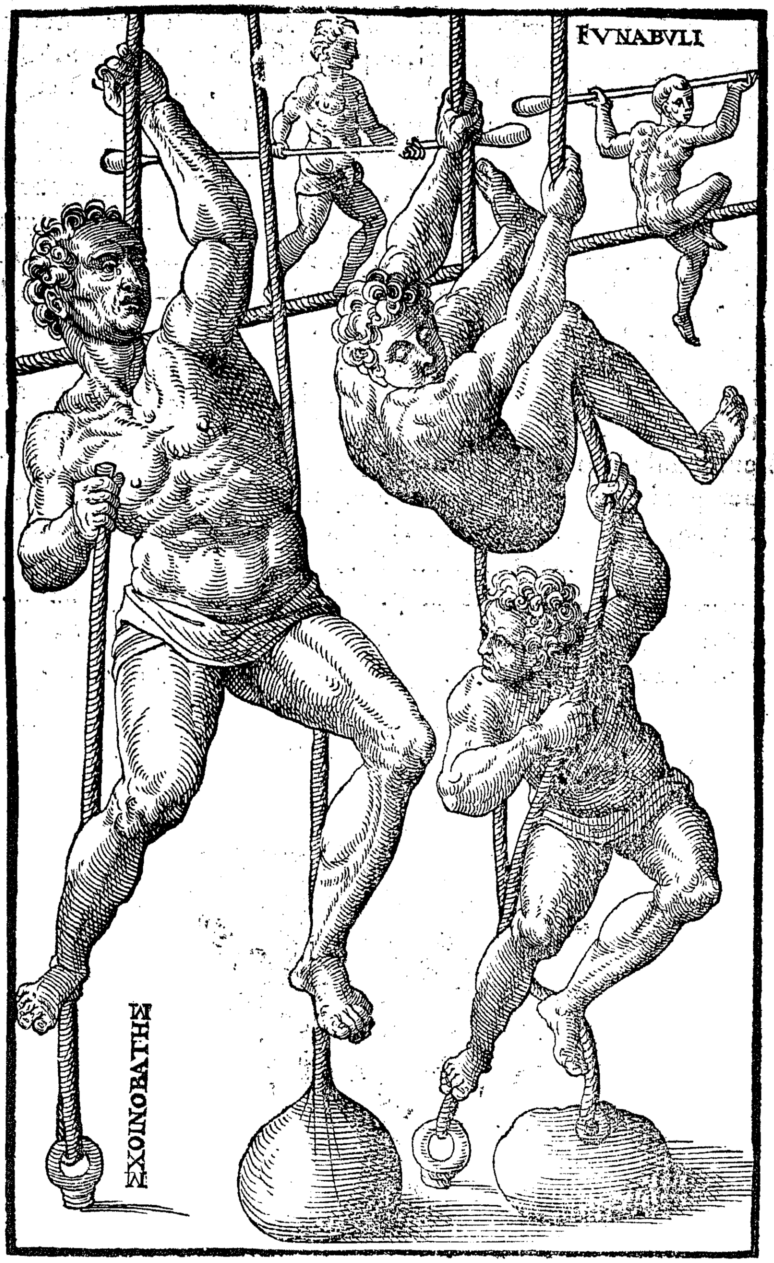
Quamobrem ex his omnibus perſpicuum cuiuis eſſe poteſt, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnaſticae ſpecie locum habuiſſe. Iam ad alias, quae reſtant enarrandae, antiquorum exercitationes, tranſeamus.

De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus. Cap. V.

PRAETER exercitationes, quas iam perſpicue quantum in tanta licuit rei obſcuritate, explicauimus, multae aliae exſtitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occaſiones poſtulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnaſijs effici conſueuiſſe, Galenus ſentire uidetur. Eae uero ſunt τὸ διὰ χοινίυ ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκρο-

χειρί-

A χειρίζεσθαι, τὸ πλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν ideſt, per funem adſcendere, manibus colluctari, ac plethriſſare, & pytiliſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, ſchenobatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerum etiam Terentij in Hecyra locupletiſſimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita
„ populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat.
„ Funambulis non admodum diſſimile fuit genus id ludi, quod apud Heſychium, & Pollucem σκαπέρδα uocatum inuenitur, in eo B enim trabs ſolo depacta erigebatur in cuius ſummo foramen erat per quod funis traijciebatur ex una parte funiculi, alter auerſus circumlegabatur, alter ab altera trahebat, ſique trahens ſocium uſq. ad ſummum traxerat protinus uictor denunciabatur, ſin alter reſiſtens minime ſe trahi ſinebat, penes ipſum uictoria iudicabatur.

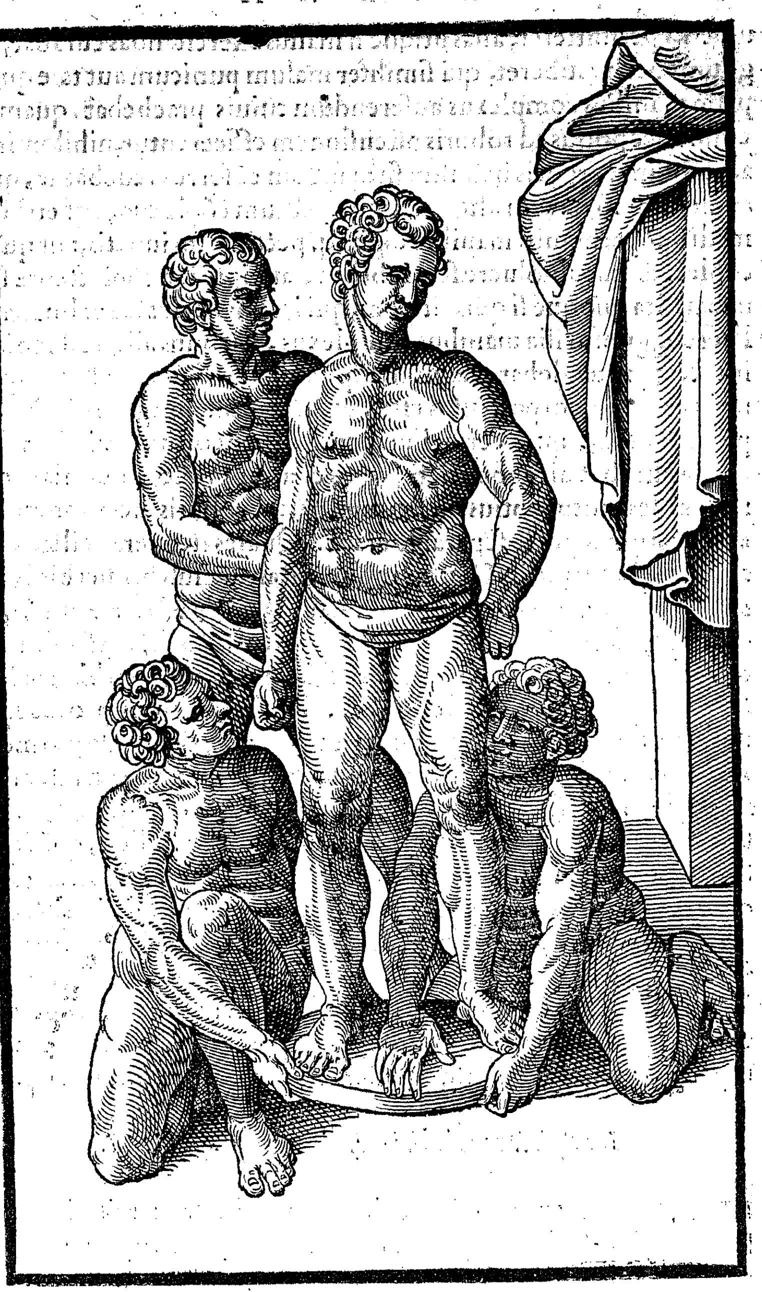


A ἀκροχειρίζεσθαι non deſuerunt, qui luctae partem quandam fuiſſe putarint, quando ſcilicet luctatores primoribus tantum digitis inſertis periculum roboris faciebant. Sed hos male ſentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. ſtatim luctam ab acrochiriſmo diſiungit. Erat igitur acrochiriſmus colluctatio quaedam ſummis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipſis digitis tangebatur, donec aduerſarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis ſpectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad uſum reuocabant, ſi quidem apud Pauſaniam legimus, Soſtratum cognomine Pancratiaſtem in huiuſcemodi certamine maximam laudem conſecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν 6. Eliac.
quaſi per excellentiam nominatum, cum aduerſariorum ſummas manus tam fortiter apprehenderet, vt non prius eos dimitteret,
B quam eliſis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant. interdum ἀκροχειρίζεσθαι ſolebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora ſimili ratione effici ſibi ipſis perſuaderent. De Celtis refert Poſidonius, quod in armis exercitati inter ſe acrochiriſmo certabant. Porro ualetudinis ſtudioſos huic exercitationi operam nauaſſe, & Galenus, & Paullus Aegineta concorditer aſſerunt Hippocratem, ſiue Polybum ſe 2. de tu. va. cap.
cuti, qui in libris de diaeta acrochiriſmum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctiſsimus explanauit, lib. 2. li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.
dum vterque verbis plane ijſdem ſcripſit, ecplethriſſare, fuiſſe, cum in plectro, ideſt in ſexta parte ſtadij, quis prorſum, retrorſumque viciſsim, idque ſaepe in utramque partem ſine flexu curſitans
C uno quoque curſu breue quiddam de ſpatio demebat, quoad denique in unico greſſu conſtitiſſet, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio ſtetiſſet. Ceterum πιτυλίζειν idem fuiſſe quod geſticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditiſsimum toto caelo aberraſſe, In Miſc.
facillime ex Galeni, ac Auicennæ oratione conuincitur, a quibus pytiliſſare definitur fuiſſe, ſi quando ſummis pedibus quis ingrediens, uel ſtans, ut ſentit Auicenna, tenſas in ſublime manus hanc antrorſum, illam retrorſum celerrime mouiſſet. qua exercitatione maxime ante parietem ſtantes uti ſolebant, quo ſi interdum aberraſſent facile pariete apprehenſo erigerentur. De hoc ſermonem habuiſſe poteſt Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim In vita Lycurgi.
propoſito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum ſublatis efficiebantur, uetuiſſe, ne quis laborando conſueſceret de-

ſatigari. de hoc item locutum eſſe Iuuenalem arbitratus Scaliger D
Sat. 11. legebat.

Qui Lacedemonium pityliſmate lubricat orbem.

Sed nos aliter ſuperius legendum demonſtrauimus. Praeter haec
2. đ tu. ua. enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti ſi cuipiam alter iuſsiſſet, vt ſe violenter detraheret, inflecteretque, dum ipſe non manibus modo, verumetiam cruribus, ſpinaque conſtans, & non flexus reſiſtebat: quo genere Milonem ipſum exercuiſſe ſe ferunt, dum alias conuellere ſe, mouereq. e diſco inuncto, ſuper quem erectus manebat, vt ex praeſente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique ſi manus exercitandas curabat, pu D
gnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quip-
piam manibus complexus auferendū cuiuis praebebat. quamuis
enim haec potius ad roboris oſtenſionem efficerentur, nihilominus
ad bonum corporis habitum firmandum cōferre credebatur, quē-
admodum item cum alterum quis medium cōplexus, aut etiā ipſe
medio cōprehenſus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem
cōplectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a cōplectente ſol-
uebat. Ita quoque ſi quis alterum, qui ipſum uerſus ſe inclinabat, a
latere aggreſſus ilia manibus complexus, ſeu onus aliquod ſublatū
inuicem protendebat, reducebatq., ac magis ſi dum geſtabat ipſe,
nutu renutuq. corporis uſus eſſet, exercitationem agere dicebatur,
perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac
alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam om- E
nes ſimiles motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quā
exercitationes per ſe ſeparatae erant. Quales item erant illae quae
a Socrate in Platonis Theaeteto ſignificantur ſub his uerbis: κατὰ
σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκό-
τες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ
ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ᾽ ἀμφοτέρων
ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. i. Paullatim enim procedentes
in medium amborum ignoranter cecidimus, & niſi aliquo modo
noſmet ipſos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque
illi, qui in palaeſtris in linea ludunt, quando ab utriſq. capti, in con
traria diſtrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quādo de-
ſcribens ludum diſtractorum haec verba habet: ἡ δὲ διελκυστίνδα
παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ F
ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι,
ἔστ᾽ ἂν καθ᾽ ἕνα μεταστήσονται, παρ᾽ αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc eſt.
Dielcyſtinda autem, plerumq. in palaeſtris luditur, ueruntamen
etiam alibi. Duae autem ſunt puerorum partes, alij trahentes alio,
ſiq. ad illam partem tranſmigrauerint, penes illam uiſtoria eſt.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*

SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, &
praeſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis re-
poſitas fuiſſe, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. ualet.
lib. & ante ipſum Goelius Aurelianus inter medicos nō
infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti ſciunt, quando cuncti
thoracis

A thoracis muſculi, qui circa coſtas habentur, uſque adeo intendun-
tur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae
ſunt, quae uniuerſam ſpirationem complent, inſpiratio ſcilicet, &
exſpiratio. Inſpiratio ea eſt, quando aer ad temperandum cordis
feruorem, ſpiritusque generandos in pectoris ſpatia trahitur. At
exſpiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ip-
ſius pectoris extra educuntur. unde cum per muſculos thorax, ce-
teraque ſpirationi deſeruientia inſtrumenta coarctantur, ita ut
nec aer intus ingredi, nec fuliginoſa recrementa exire queant, re-
ſpirationem intercipi ſiue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum
gymnaſtae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, &
& auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum
gymnaſtae duplicem ſpirationis cohibitionem in uſu habebant,
B alteram, in qua uniuerſi thoracis muſculi tendebantur, remiſsis,
qui ſunt in ſepto tranſuerſo atque abdomine, ut facilius excremen
ta deorſum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque mu-
ſculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae ſub ſepto ſunt, uiſcera,
exercitationis fructum ſentirent. in ambabus uero faſcias quaſdam
adhibebant, quibus thoracem, atque coſtas nec non uentrem cin-
gentes felicius propoſitum aſſequebantur. Propoſitum autem ha-
bebant huiuſcemodi exercitatione, modo calorem in exercitatio-
nibus acquiſitum, ſiue ipſum natiuum auctum confirmare, modo
ſpiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare;
ſi quidem ſpiritus in tali inhibitione undique compulſus, dum in
anguſtos ſe meatus recipere cogitur, eosque, ſi amplius rurſus pro-
pulſusque fuerit, etiam penitus pertranſire, extenuati iam excre-
C menti ſecum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius per
uim coactus impellitur, tanto magis ab ipſo quaedam impelluntur,
quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt:
attrahuntur, quae ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motu utra-
que coacta. ut nemo his rationibus peſpectis mirari debeat, quod
Eryſimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Ariſto-
phanis ſingultum ſpiritus cohibitionem in primis commendarit.
quam poſtea Ariſtoteles non ſolum ob antedictas cauſas ſingul- Prob. ſect. 33.
tum exſtinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere-
re, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & aſſeuerauit, 3. de Sympto. cauſis
& clariſsima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque
his de cauſſis a gymnaſticis inſtitutam ſpiritus cohibitionem, le-
gitur, quos, ut melius res ipſis ſuccederet, etiam hanc regulam
obſeruaſſe arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps
uehemen-

uehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis contineri, im- D
perarent, demum relaxari iuberent, ita namq. ſecundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκπροσαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluiſſe reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forſan non vterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis deſeruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes ſpiritus quoque retentione duabus de cauſſis uſos credo, tum ut a laſ-
3. đtu. va. cap. 2. ſitudine recrearentur, perſpirabileque ſimul & purum ad ſubſequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſignificaſſe uidetur; tum (quod rationi magis conſentit) ut maius robur in impulſionibus, compreſsionibus, ſaltibus, atq. ſimilibus ex ſpiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quo-
dã modo uires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant one- E
ra geſtantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cer-
2. partic. prob. 1. nimus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, ſicuti dicebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus uenas implet, itaque humores exire, diffláriue non patitur: vnde poſtea retentis illis neque laborantes ſudoribus diffluunt, delaſſanturue, neque uis, quam in humoribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes fatẽtur, ulla ex parte flaceſſere, aut diminui ſolet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis ſanitatis, conſueuiſſe aliptas, dum athletas fricabant, ipſis iubere, ut ſpiritum interciperent, ſicque fricationibus contra niterentur, quaſi ita partes corporis inunctas, & contrecta-
tas diſtenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, F
τείνοντας, legendum eſſe, omnis ratio pſuadet: etſi bonus. Eraſmus diligens nimis interpres hoc non viderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retẽtione adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodum medicinae gymnaſticos eandem quam plurimum aeſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum eſt. Immo vero etiam athletas oſtentationis, & ſpectatorum voluptatis gratia in ſpiritus retentione ſe quãdoque exercuiſſe. inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praeſertim fronte ac etiam coſtis & pectore robuſtis vittis ligato tamdiu ſpiritũ retinuiſſe legimus, quouſq. prae impetu intumeſcentes venae ligamina illa diſcinderent. id quod ſatis confirmare poſſunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illuſtriſſimi Ferrariae Principis ſummi bonorum patroni ſigna ſe inueniſſe, atq; ab eis haſce.

propria manu expreſsiſſe nobis ſignificauit. In ipſis namq. videre D
licet faſcias pectori, & coſtis vt meminit Galenus circumuolutas,
tum ventres atque ſcrotam (ſicut fit in ualidis ſpiritus retentioni-
bus) magnopere inflata: cur uero ſint raſo capite, ſolis quibuſdam
in ſummo uertice capillis apparentibus, ſimulque halterem e bra-
chio ſiniſtro pendentem gerant, puto quod & ſerui eſſent, & hal-
teribus quoq. ualerent, qui ueluti in ſpiritu retinendo celebres ab
artifice repraeſentati fuerunt. etenim ſeruos apud multas nationes
caput raſiſſe legimus, quemadmodum & Dacas ſeruitijs nobiles to-
to capite raſo, atque cirro tantum in ſummo uertice relicto incede-
re conſueuiſſe, memoriae proditum eſt.

De Vociferatione, & riſu. *Cap. VII.*

E

INTER ceteros, quos plurimos, atque neceſſarios in hu
mana uita uſus habet ſpiratio, non infimum locum ob-
tinuit uociferatio. quae cum nil aliud ſit, quam aeris ue
hemens percuſsio, tam materiam, quam effectorem, &
formam, uel a reſpiratione ſola, uel ſaltem non abſque ipſa ſuppedi
tari, Ariſtoteles, & Galenus praeclariſsimis in id editis commenta-
rijs probarunt. & iccirco non ab re futurum eſſe duxi, ſi, poſtquam
de ſpiritus retentione uerba feci, ſtatim uociferationis tractatio-
nem ſubiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit,
quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucisſi-
ma de uociferatione ſcriptis tradiderit, quaſique eam inter exerci-
tationes numerari debere non cenſuerit: quandoquidem Antyl-
lus apud Oribaſium medicus celebratiſsimus non modo eam ex- F
ercitationem eſſe uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuerſo-
rum curationem, tum ad uocis ipſius cultum ualde aeſtimatã fuiſ-
lib.i.ſer. 3. ſe ſcripſit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna
cap. 5. Arabs uno ore poſterioribus ſaeculis comprobarunt. Numquid ue
li. 1. fen. 3. doc. 2. c 2. ro athleticae profeſſores, aut militaris diſciplinae ſtudioſi hoc exer
citationis genus in uſu haberent, & ſi apud nullum auctorem no-
tatum aduerterim: perſuaſum tamen mihi eſt, neutros horum uo-
ciferationem tamquam propriae ipſorum profeſsioni aut conue-
nientem aut ſaltem neceſſariam exercuiſſe. Quod ſi dicat quis,
& athletas in certaminibus, & milites in pugnis conſerendis cla-
3. de bello moribus non ſine utilitate uſos, quando Caeſar haud fruſtra anti-
ciuili. quitus inſtitutum fuiſſe ſcribit, ut in bello committendo ſigna un-
dique concinerent, clamoremque uniuerſi tollerent, quibus re-
bus

A bus & hoſtes terreri, & ſuos incitari exiſtimauerũt: propter hoc mi-
nime ſequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus,
militari diſciplinae addiſcendae cõferre. Duo ſolum hominũ gene
ra uocis exercitationi ſedulo operam dediſſe reperio, hiſtrionicae
uidelicet profeſſores, & medicorũ gymnaſticos. Hiſtrionicã enim
profitentes, ſub quibus praecones, choriſtas, tragoediarum, & alia-
rum fabularum ſimiliũ recitatores, nec non uocibus certantes col-
loco, uociferationibus exerceri ſolitos, locupletiſsimus teſtis eſt
Plato in Ione, & Ariſtoteles in problematum libris, in quibus legi 11. & 19.
tur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus tẽporibus tragoedias, partic.
comoedias, dithyrambos, atque leges ipſas cantu recitari cõſueuiſſe.
ob qđ uocis exercitatio tantae exiſtimationis fuit, ut, ſicuti de athle
tica monſtrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Au lib. 5. chro.
B reliano ſub modulationis agoniſticae nomine intellecta propoſi- cap. ult.
tis uictori praemijs inſtituerentur. quem morem uſque ad Galeni
tẽpora perduraſſe, ex eo conijcere poſſumus, quod 7. de medicamẽ
torum compoſi. ſecundum locos lib. multa medicamenta recenſet,
quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum
ante, tum poſt certamen utebantur. ubi ſimiliter narrat, tempore
ſuo phonaſcos omnes, citharaedos, ſ. praecones, nec non tragoediã,
ac comoediam perſonatos repraeſentantes, qui magno uocis exerci
tio utebantur, ſi quando uocem contendendo oblaeſiſſent, balneis
multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti ſolitos. Ex quibus uer-
bis cuiuis intelligere licet, non modo hiſtrionicae profeſſores uoce
& cantu (quod dixit Plato) ſimpliciter in recitandis drammatibus, In Ione.
rhapſodijs, alijſue imitationibus ſuis, uerum etiam alta uoce uſos,
C atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs, & mutatis, ueluti in
tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam fa-
ctum olim, ſcribit Ariſtoteles. Quare mirari debet nemo, quod 19 partic. prob.
Cornelius Celſus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem li 7. c. 25.
fuiſſe, uocis gratia adoleſcentulos infibulare; quandoquidem illi,
qui hiſtrionicae operam nauare ſibi propoſuerant, cum opus ma-
gna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua ſummopere illa
labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipſa in
tam frequenti uſu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijſue hi-
ſtriones infibularentur. quemadmodum Martialis atteſtari uidetur
his uerſibus, in quibus de duobus hiſtrionibus uerba facit.

Menophili penem tam grandis fibula veſtit, Lib. 7.
Vt ſit Comoedijs omnibus vna ſatis. & alibi:
Dum ludit media populo ſpectante palaeſtra,

Heu

Heu cecidit miſero fibula, verpus erat. D
& quemadmodum Iuuenalis inſinuat ubi ſcribit.
Sat. 6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &
Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem uendentis praetoribus.

Satis itaq. conſtat, uociferationis exercitium maiorum noſtrorum
tẽporibus in uſu exſtitiſſe hiſtrionibus, magiſtroſq. phonaſcos, ſicu
ti artẽ phonaſciam a Theophraſto fuiſſe appellatã. Sed ubi nam lo-
corum perageretur, & cur inſtitutum foret, quid apud probatos au
ctores legerim, in medium afferam. De loco certum eſt, tam Grae-
lib. 1. Atti. cos, quam Romanos locum ſecundũ Pauſaniã imagine theatri con
ſtructum habuiſſe, in quẽ deferebantur poemata, priuſquã in thea
tro agerentur, & ex quo certamina muſica ſpectabantur, ᾠδεῖον a
Graecis, a Latinis ipſis odeum uocatũ, in hoc uocis exercitationes, E
atq. certamina praedicta effici conſueuiſſe exiſtimo, quando Sue-
tonius Tranquillus Neronẽ, muſicũ certamen inſtituiſſe, Domitia-
numq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atq. pſallocı-
thariſtae certarent, excitauiſſe ſcribit. quamquam alibi quoque &
praeſertim in gymnaſiorũ exedris, in quibus philoſophos, & retho
res diſputare ſolitos accepimus, ueteres uociferationibus certaſſe, ſe
ipſoſq. exercuiſſe ſuſpicor, cũ ad formandas excollendasque uoces
alios in concauis locis, alios prope maris liuora, ut de Demoſthene
fertur, uociferari, legere, & cantare conſueuiſſe, legamus, quẽ De-
moſthenem cum lingua ob ſpiritus imbecillitatẽ haeſitaret Neopto
lemo hiſtrioni decẽ millia drachmarum numeraſſe, ut cũ uno ſpiri-
tu uerſuum periodos proferre faceret auctor eſt Plutarchus in decẽ
oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuſcemodi exercitationes F
ueteres in uſum prouexerint, multiplex fuit, ſicut a Platone, Ariſto
In Prot. tele, ac Plutarcho intelligere poſſumus: nam uociferationibus exer
In lib. de tuen. ſan. cebantur uel ut in choris, in Sophiſtarum ac aliorum ad hoc inſtitu
In xix. par tis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιςέφους ſiue aduerſarios
tic. prob. ſuperarent, uel ut in ſcena & theatro quiſque munere ſuo cum lau
de fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exer-
citatatio, & ad hiſtrionicum, & ad medicum uſum tracta fuerit,
haud quaquam certo ſcio. ſed cum animaduerterim, Corne-
Lib. 1. c 8. lium Celſum inter exercitationes imbecilli ſtomacho conferentes
lib. 1. chro. claram lectionem cõmendaſſe, ſimiliter & Coeliũ Aurelianum an-
c 1. & lib. tiquum inter latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiũ ana
2. cap. 6. phoneſin a Graecis uocatum probaſſe, nec non in uocis amputatio
ne, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptore admini-
ſtrandum

A ſtrandum conſuluiſſe, ad credendũ adducor, aetate illa uocis exer-
citationem in medicorum gymnaſtica locum habuiſſe, atque ipſos
gymnaſtas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluiſſe:
tametſi poſtea Plutarchi atq. Antylli tẽporibus ipſa maius incremẽ
tum ſuſceperit, nempe quando pluribus iam experimentis compro
batum erat, exercitationẽ uocis rite initam non modo ad uocis con
ſeruationem, & ad aliquorum morborum curationem, ſed etiam
(quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinẽ, & ad corpo- In lib. de tu. ual.
ris robur uerum efficaciſsimam eſſe, utpote quae thoracem, ac uo-
calia inſtrumenta perbelle exerceat, naturalem calorẽ excitet, par-
tibusq. maxime uitalibus, & principaliſsimis uim internam, uigo-
remque firmum, & genuinum inſerat. ob quae fortaſſe refert Galẽ 4. Meth.
nus, Theſſalum illũ, aetate Neronis, ut ſcribit Plinius, magna in exi lib. 29 c. 1.
B ſtimatione habitum & a ſe ipſo iatronicem appellatum, eam etiam
curandis malignis ulceribus adhibuiſſe. Modus autem, quo huiu-
ſcemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap.
de furore proditur; quod principia leni uoce promebantur, narra-
tio uero, & demõſtrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus de-
miſſa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cũ
aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores
partes, faciesq. ſpõgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius
ſenſim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquã
prius deambulabant, poſt uero ad uociferationem accedebant, in
qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quae uc
clara & multas habere lenitatis & aſperitatis mutationes habere ui-
debantur. ſin autem uerſus ſciebant, iambicos dicebant, & tertius
C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his
omnibus praeſtãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &,
ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis In lib. de tu. ual.
uociferationibus, & iurgioſis clamoribus uti: in primis uociferaban
tur, uocẽ quam grauiſsimis fieri ſonis poterat, producendo, tum ad
acutiſsimos eam redigendo: deinde cum non multũ in acuto ſono
permanſum foret, retro uiciſsim reflectebant, paullatim uocem di
minuendo, donec ad grauiſsimam, a qua ductum initiũ erat, reuer
terentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio abſoluebatur,
adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, conſuetudinis, & deniq.
aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conſeruanda ualetudi
ne inſcripſit, copioſe diſſeruit. ea autem omnia agebant tam accum
bentes, quã ſedentes, aut ſtantes: ut hac ratione loca ampla huiuſce
modi exercitationi minime neceſſaria iudicauerit Socrates. Ad hoc
pertinet

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum eſt, D
Neronem Principem lamina pectori impoſita ſub ea cantica excla-
mantem alendis uocibus demonſtraſſe rationem. Et quoniam dixi-
mus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo
dulos obtinuiſſe, merito quis a nobis ſiſcitari poſſet, qua ratione il-
lud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuerſam &
paene contrariam gymnaſticae muſicam effecerit, quod altera ani-
mum, altera corpus reſpiciat. Cui reſpondendum eſſe iudico, muſi
cam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque compoſita eſt, om-
nino a gymnaſtica ſeparari, quia ſic animorũ ſolatio atque iucun-
ditati ſolummodo ſtudet, moresq. hominum aliquo pacto compo-
nere apta eſt: ob quod eam Plato & Ariſtoteles in optimis rebus pu
blicis pueris addiſcendam ſtatuerunt. Quatenus uero muſica ipſa
uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios ſonos, E
qui nõ ſine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnaſtica
eam locũ obtinere perſpicuum fit. cuius rei illa aſsignari ratio po-
teſt, quod muſica tota ordinatis uocis motibus plena exſiſtit, qui ſe-
19. partic. Prob. 38. cundum Ariſtotelis ſententiam naturam uiresq. noſtras & augent,
& ſeruant. ut hac de cauſa nemo infitiari debeat, quin muſica, per-
inde ac uociferatio gymnaſticae, medicorum exercitatio quaedam
lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus ſaepe teſtatum
fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abſciſ-
ſione curandis modo uocis exercitium muſico monitore compoſi-
tum, modo anaphoneſim adhibito praeceptore, & temporum or-
dine ſeruato, modo eandem ſub magiſterio aliptae, uel muſici prae
cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym
naſticas uocis exercitationes recenſeri debere cenſeo, nempe qui ul- F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere ſemper ſibi aſſociatos gerunt,
lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum
exercitationum inſtar exinanire poſſunt. Et iccirco Ariſtoteles
7. Polit. cap. ult. iure eos improbandos eſſe uoluit, qui pueris lege ploratus prohi-
bent: ita enim ab ipſo ſcriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
” παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
” τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
” γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
” ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id
eſt: Puerorum uero diſtenſiones atq. ploratus, qui in legibus pro-
hibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum ſint
quodammodo exercitationes corporum, ſpiritus nanque cohibitio
laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-
ſtenſis

A ſtenſis contingit. Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum &
exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero 2. Tuſc. q.
athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mã-
dauit, quaſi illud ad augendas actionum vires non parum adiuua-
ret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, mi-
nime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordio-
rum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, vt eſt apud 2. de part. animaliũ. & 35. parr. prob. 6.
Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue
muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis
viſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atque intellectum hu- In lib. de nat. hom.
manum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non
parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum ri-
dent, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus
concuti? innumeriſque fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae
B ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mor-
tem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falſum
dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui In Paed. Cyri.
riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus pro-
deſſe credidit.

De Cricilaſia, Troco, Petauro, & Pilamalleo. *Cap. IIX.*

SI ea omnia, quae antiquis temporibus vſitata, ac, vt ſic
dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita,
ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, 2. de anat. admini. in princ.
aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interiiſſent, mul-
tos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac anti-
C quatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra vllam iacturam
effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateque
obſoleuerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcripto-
rum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum ne-
gligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc fa-
ctum eſt, vt in dies cogantur homines obſoleta renouare, deprauа-
ta reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis
ſplendorem reſtituere, necnon in tanta obſcuritate coacti, ſom-
niantes quandoque a veritate procul aberrare. inter quos cum ego
quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam
olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emor-
tuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione di-
gnus videor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

a quibus inſtitutum meum dirigi queat, ne ſileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus noſtris deſueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue eſſent, diuinandum eſt potius, quam certi quidquam affirmãdum. Quemadmodum de Cricilaſia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quae circuli impulſum latine ſonat, modum atque figuram tametſi Oribaſius ex Antyllo explicaſſe uideatur, tamen res ipſa uſque adeo tenebris inuoluta eſt, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoſcere. Sed ne quis nos uel craſſae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuſte notare queat, ipſius Oribaſij uerba graeca ex Vaticano codice deſcripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum.6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26. Ἐλάσσονα δὲ ἔστω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώπου, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύλινον ἔχων τὴν λαβὴν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττοὺς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψόφος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ, E

ideſt, Habeat uero circulus diametrũ hominis longitudine minorem, ita ut ipſius altitudo uſq. ad mammas pertingat, neq. ſecundũ longitudinẽ, ſed in trãſuerſum impellatur, ſi autẽ impulſor ferreus ligneam anſam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpoſitos ſuperuacaneos eſſe putarũt: at hoc minime ita ſe habet, quinimmo ſonus ab ipſis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga anſam habente in tranſuerſum latus impellere conſueuiſſe, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epiſt. ad Atti. ix. ſcripſit. feſtiue mihi crede, & minore ſonitu quam putaram orbis hic in repub. eſt conuerſus, ſed cum hac aetate in uſu non habeatur, poſſumus ſane aliquid diuinare, at eius formam & condiciones penitus cognoſcere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum: F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem poteſt; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque ſit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortaſſe in animum induxerit ſuum; uerumtamen rem ſecus ſe habere facillime perſpiciet, dum ſcire uelit, id machinam quandam ligneam fuiſſe, qua homines rotis quibuſdam in aerem iactabantur, ut,

A ut, praeter nominis illud indicantis uim, teſtatus eſt tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty. 14. hoc uerſu.

An magis oblectant animum iactat a petauro
Corpora, quiq. ſolent rectum deſcendere funem

& Martialis libro 11.

Quam rota tranſmiſſo toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilaſiae aſſimilari patet. quamquam credo petauro ualde ſimilem eſſe iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur aſſere funibus quattuor ad laquearia ſuſpenſo, & ibi ſedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus ſub oſcellarum appellatione a ueteribus ſignificatum puto: atq. id forſan eſt, cuius
B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum ſudorem laudat, ut aeger ponatur ſuper inſtrumentum, quo pueri, uel iuuenes ſolent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Feſtum ait, petauriſtas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, ſiue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis uſurpatum fuiſſe apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex hiſtorijs unicuique perſpectum eſſe poteſt. Nec minus iſtud indicant Auguſti, atque Tiberij Caeſarum nummi, in quibus hunc in modum oſcellarum ludus repraeſentatur.

A Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit quo ad modum, nihilominus re ipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere uideatur non ſecus luſores quaſſari ſolitos fuiſſe, atq. nunc agunt, qui ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonum eſt raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton uocatum uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſsimile fuiſſe. Iam uero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiae aequiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit. 5.chron. cap.ult.

Inducenda rota eſt, das nobis vtile munus, lib. 14.
Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
B *Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni,* lib. 11.
Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum anſa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & verſi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſsime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. Quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi- C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ᾽ ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔςρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. idest:
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſq. ſuum in triuio.

Et quem appoſitiſsime deſcripſit Virgilius his uerſibus 7. Aeneid.

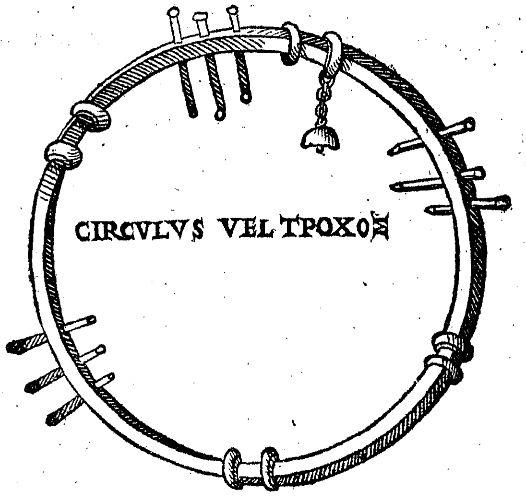
Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur ſpatijs, ſtupet inſcia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

 Dant

Dant animos plagae, D

minime trochum eſſe, ut uoluerunt nonnulli, ſicuti & exercitatio illa, quae hodie ſupra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me ſimilitudinem paruã gerit. Nam trochus primo in publicis gymnaſijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum ſeu anulos habebat ſtrepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes ſonitu audito longius ab incurſu trochi cauerent. Poſtremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec ſeparatim, nec ſimul in turbine, ſeu trucho noſtris reperiri ſenſus ipſe docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuerſum antiquorum trochum exſtitiſſe, quem (ut ego puto) apprime repraeſentat haec figura,

E



F

a Ligorio ad nos miſſa, quam ſe ex forma in uetuſtiſsimo, atq. ampliſsimo cuiuſdam Comici uel Satyrici poetae monumẽto expreſſa in uia Tiburtina prope Romam accepiſſe retulit. niſi quod praeter anulos dentes quoſdam circulo infixos & mobiles monſtrat. quos ad ſtrepitum maiorem edendum appoſitos fuiſſe uero conſonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, diſciue, trochiue quieſcit,
Ne ſpiſſae riſum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnaſiorum exercitationes recenſeat: pro-

A proculdubio ad gymnaſticam aliquam pertinuiſſe, conſentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, ſupereſt medicinae gymnaſticae exercitationem fuiſſe, & illius praeſertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His diſsimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuerſa fere Europa uſitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorſum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo aſſociatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non ſit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruiſſe forſan contendat, cum apud Auicennam in- loc. citatis.
B ter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alſulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur, quas condiciones apprime noſtra pilamalleo conuenire unuſquiſque uidet, niſi alias tacuerit Auicenna, quod ſuo tempore notiſsimae eſſent.

De Equitatione. Cap. IX.

HACTENVS eas exercitationes proſecuti ſumus, quas homines a ſeipſis citra alterius rei adiumentum obibant. Supereſt de ijs modo ſermonem habere, in quibus homines quidẽ ſponte, & quodã modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.
C quod enim Galenus iſtis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad inſtitutum noſtrum pertinet: ideo 3. de tu ua.
illud ſemper dimiſſum hac ratione intelligatur. Inter haec poſtrema primum locum iure ſibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior ſit, & liberum hominem, ut ſcipſit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriuſque exercitationis naturam, illius ſcilicet, quae a nobis ipſis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, ſecundum Galeni ſententiam ſapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exſtitiſſe, auctor eſt Plinius. poſt Bellorophontẽ Theſſali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim uſq. adeo creuit, ut Hippocratis tẽpore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob aſsiduas equitationes coxarum doloribus cru- lib. 7. c. 56. lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum poſt aures inciſionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant in-
fecunditatem eam a Dijs proficiſci ſuſpicantes, quos Hippocrates
redarguit, quod diuites ſemper Dijs amici, pauperes uero minime
1.Rheto. ſint, (ut etiam Ariſtoteles id ab Hippocrate mutuatus confirma-
uit,) & propterea aequum fuiſſe potius inopes, quam opulentos
eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Poſt Hippo-
cratis tempora equitatio ſemper, quemadmodum in Hippia a Pla-
tone traditur, in maxima exiſtimatione habita fuit, & iccirco om-
nes gymnaſticae ſpecies eam inter reliquas ſuas exercitationes rece
perunt. Nam quod in circis & ludis maiores noſtri equitationis
certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uiceſi-
ma quincta Olympiade equorum curſus certamen inductum tra-
dunt; teſtatum facere poſſunt quattuor illae Romanae factiones, E
Albati ſcilicet, Ruſſati, Veneti, & Praſini, quae tum in circis, tum in
ludis, ac alijs equeſtribus certaminibus adhibitis equis ſiue ad equi-
tationem, ſiue aurigationem ſemper certabant, tantumq. ſtudium
7.Metho. equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixe-
rit, Venetae, ac Praſinae factionis homines etiam ſtercora equo-
rum odorare ſolitos, quo ex illis animalium habitus atq. tempera-
turas internoſcere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, ſi qui-
dem harum factionum contentiones potiundi uictoria cauſſa tales
erant, quae nec ullis ſumptibus, nec ullis laboribus ac ſtudijs parce-
re quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quaſi qua-
dripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla
pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in qui-
bus certaminum tempore de huiuſcemodi factionibus aut ſtudio- F
ſiſsime non diſceptaretur, aut ſaltem ſermo non haberetur, quem-
admodum ex Plinij ſexta noni libri Epiſtola, atq. his Martialis uer-
ſibus quiſque coniectura aſſequi poteſt.

lib. 11. *Saepius ad palmam Praſinus poſt fata Neronis*
Peruenit, & victor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu ceſsiſſe Neroni.
Vicit nimirum non Nero, ſed Praſinus,
De Praſino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula noſtra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Praſi-
nae factioni fuiſſe tempore ſuo, quando Martialis quoq. floruit,
teſtari uideatur his uerſibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem
Per-

A *Percutit, euentum viridis quo colligo panni.*
Nam ſi deficeret, maeſtam, attonitamq. videres
Hanc vrbem, ueluti Cannarum in puluere victis
Conſulibus.

Has uero in fauendo diuerſis factionibus hominum acerrimas con-
tentiones inde ortas ſemper exiſtimaui, quoniam Romanorum
quorumlibet ueſtimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur
uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, ſed praecipue rubeo ma-
gis fuſco, ut Martialis hiſce uerſibus indicat, de Canuſina lana ru-
bea fuſca ſermonem habens,

Roma magis fuſcis veſtitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae ſibi ſimilem
B colorem profitebatur. Etſi huic ſententiae reclamare uideantur ea
Ouidij uerba.

Cuius equi venient, facito ſtudioſe requiras, 1. de arte
Nec mora, quiſquis erit, cui fauet illa, faue. amandi.

Sed de equitatione ludorum, & ſpectaculorum, quam & athleticā
uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditiſsimus Panuinus
luculentiſsime ſimul, & copioſiſsime in libris de ludis, quos iam
edere parat, uniuerſam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam
gymnaſticam accedo, quam ad acquirendam equeſtrem pro bellis
diſciplinam equitationis exercitio uſam fuiſſe, locupletiſsime teſta
tus eſt Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exer- 8. de leg.
ceri ſtatuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire conceſ-
ſit, easq. inter ceteras bellicae gymnaſticae ſpecies, ſiue partes eui-
C denter collocauit, ſicuti Xenophon pariter ſentire uidetur, apud
quem Iſchomachus uitae ſuae rationem Socrati exponēs ſic loqui- In Oecon.
tur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασά-
μην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ
ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε
ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι
μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. i. Poſt haec autem equum adſcendens
ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello neceſſarijs
equitationibus, quam per me fieri poteſt ſimillimam exerceo mo-
do per tranſuerſum, modo per decliue, modo ſupra foſſas, modo
ſupra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne
claudum reddam ualde ſtudeo. Quae uerba, poſtquam multis alijs
eius uiuēdi rationem declarantibus addidiſſet Iſchomachus, ei tan-
dem Socrates ita reſponſum dedit: νὴ τὴν Ἥραν ὦ Ἰσχόμαχε ἀρεσκόν-
τως

τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγατὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc eſt. Per Iunonem o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Iſchomachi, & Socratis ſermonibus clariſsimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: niſi quoque Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes repoſuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſsimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis & apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuerſas operationes ſuo loco explanabimus.

(Margin: D … E … F; 2. de tu. ua. cap. 11. — Loc. citat.)

De Curruli vectatione. *Cap. X.*

DIXIMVS duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolum mouētur alterum ab alijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuapte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in ſequentis uerba facere polliciti ſumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem explicauimus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus uectatio, quam antiquiſsimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſi quidē, ut

(Margin: 2. de tu. ua. cap 11.)

A ut Arati uetuſtus interpres teſtatur, primus, qui equos curribus iunxerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum ſcribit Manilius primo aſtronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuerſus exſtitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuſcemodi lignis currus fabricaſſe, qui prioribus illis ſaeculis duabus tantum rotis conſtruebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas poſtea etiam ſex rotis currus conſtruxiſſe memoriae tradidit uetuſtiſsimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus ſtanno ornabantur, at poſterioribus ſaeculis non modo rotas, ſed tota uehicula ebore ornata fuiſſe, legimus apud Plautum in Aulularia, ſicuti Plinij tempeſtate tota eſſeda atque uehicula auro, ac argento inſignita conſpiciebantur. B Varijs praeterea rebus coperta fuiſſe uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis ſcriptum reliquit Plutarchus: ſicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi ſolita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monſtruoſa animalia, ſed etiam feminas nudas curribus iunxiſſe, ijsque ipſum uectum eſſe, tradunt. Haec porro geſtatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipſa uti ſenatuſconſulto uetare, coacti ſint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter ſeſe conſpiraſſent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciſcerentur, Romanos mutaſſe ſententiam, atque iterum illis curribus uti permiſiſſe, ſcriptis mandauit Plutarchus. C In quibus deinceps ne ſederent, neue equis per urbes ueherentur. M. Aurelius Antoninus philoſophus, matronarum conſulens modeſtiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnaſticos haec ipſa geſtatio aeſtimata reperitur: quando, ſiue ludos, & ſacra certamina ſpectes, ſiue medicorum libros perſcruteris, in omnibus ea uſitata apparebit. Quis quaeſo neſcit nona & nonageſima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas noſtras Plato in Phaedro elegantiſsime aſsimilauit, nec non bigas, quadrigaſue curruum genera in publicis ſacris frequenter certaſſe? quod poſtea ſtudium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica ſpectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia propoſita ſpectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

(Margin: li. 16. c. 42. & 53. — lib. 7. c. 56. — lib. de aere aquis & locis. — li. 34. c. 17. — Lampridi' in uita Heliogab. — lib. 27. c. 7.)

tur, pro praemio uictorem abſinthium bibere conſueuiſſe, quaſi D
ſanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae diſciplinae adipiſcendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Exiſtimo
In paed. Cyri. tamen, cum ab Homeri aetate uſque ad Xenophontis tempora, atque etiam poſterioribus ſaeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebãtur, quo fierent bellis gerendis aptiores: ſimiliter & in curribus ſe exercere ueteres conſueuiſſe, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuerſorum agendi currus modorum expertes ſuperarentur. Ceterum quod medici gymnaſtici ſimilem uectationem tam pro ſanis conſeruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in uſum receperint, clariſsime teſtati ſunt Galenus, Antyllus,
Oribaſius li.6.c.25. Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnaſti- E
cae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod pauciſsimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quaſi
2.de tu.ua. cap.11. duo genera effeciſſe uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti ſedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentiſsime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco ſcri-
In probl. Rom. ptum eſt a Plutarcho, Romanos coactos fuiſſe in Septimontij feſto prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & feſti celebratio non relinqueretur. Nũquid autem ſani ſimul, & ualetudinarij in iiſdem uehiculis exercerentur, indicaſſe mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis geſtari ſolitos, atque illos a principio per triginta ſta-
dia moueri, deinde ea conduplicare; hos a ſtadijs triginta, aut F
quadraginta initium ducere, & uſque ad ſpatium altero tanto maius progredi conſueuiſſe. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis ſine ullo diſcrimine uſos eſſe, uériſimile fit: etſi fortaſſe principes tectis potius, quam detectis uectos credere poſſumus, quando refert Dion hiſtoricus, Claudium Caeſarem, dum proſpera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto geſtatum eſſe, ſicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem ſe aliquando uſum illo teſtatur Epiſtolarum libro ſe-
„ ptimo, ita ſcribens ad Cornutum ſuum: Pareo collega clariſsime, &
„ infirmitati oculorum, ut iubes, conſulo. Nam & huc tecto uehicu-
„ lo undiq. occluſus, quaſi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoſcere licet, talem exercitationem non minus cete-

ris

A ris a gymnaſticis probatam fuiſſe, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac geſtatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexiſſe, ſcribit Galenus. quaſi haec exercitatio, 2. de tu. ua. cap. 11.
quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirũ aurigas ſi poſſideret; inſuperq. communi totius artis magiſtro ſubijceretur, qui & modum & menſurã, & qualitatem, & tempus in ſimili exercitatione obſeruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plauſtrum, Eſſeda, Petoritum, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thenſam, Ciſium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant ſimilia; diſtabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non eſt quod loquamur, cum uectatio omniũ fere eadem eſſet,
B & iccirco medici cuncta ſub uno Currus genere ſint complexi.

De geſtatione in Lectica & ſella. Cap. XI.

LECTICAM, atque ſellam ob commoditatem potius eorum, qui uel ſenectute, uel morbo impediti ambulare pedibus nõ poterant, uel ob delicias, quibus ſemper homines ſtuduerunt, inuentam fuiſſe, quam ob aliud, non deſunt qui opinentur: nec forſan ſine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior cauſſa, qua inducti ueteres huiuſcemodi inſtrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; niſi dicamus, Imperato-
C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a ſole, a uento, pluuia tempeſtate, atque ſimilibus offenderentur, lecticas & ſellas undiq. obtegi, & retegi aptas inueniſſe, quas alij poſtea diuites luxus, ac uoluptatis, ſiue commoditatis gratia, & poſtremo medici gymnaſtaeq. ad uſum hominum ſibi ipſis concreditorum traduxerint: utcumque ſit, conſtat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnaſtas illas ad exercenda ſaepe ualetudinariorum, rarius ſanorum quoq. corpora uſurpaſſe. Quae uero tam lecticae, quam ſellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat, attamen uériſimile eſt, in ea puluinar, & lectulum ſtratum fuiſſe, quo & iacere, & ſedere, prout libebat, qui geſtarentur, poſſent. an in ceteris fuerit noſtrae diſsimilis, uel potius ſimilis; credo non admodum diſsimilem extitiſſe, niſi quod noſtra a mulis, uel equis fere ſemper geſtatur, illa antiquorum ut plurimum a ſeruis

ſex

ſex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uer- D
ſibus Martialis perſpicuum fit, in quibus Afrum quendam paupe- Lib. 6.
rem, & iuuenem deridet, quod lectica geſtari uellet.

Cum ſis tam pauper quam nec miſerabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum vinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum ſex onus eſſe iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio ſi ſpatiere foro,
Non aliter monſtratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. vehit ſimilem belua nigra Lybin
Inuidioſa tibi quam ſit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

ſimiliter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam ſandapilae ſiue fere- E
tro mortuorum ſimilem haberet.

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua ſit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua ſit Zoile ſandapila.

Nam ex his liquido intelligere quiſq. poteſt, lecticam fere ſemper Lib. 6. libro 1. ad uxoré ſuá.
a ſex ſeruis eſſe geſtatam. (In quem uſum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos ſcribunt) ſiq. interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluiſſet, protinus fuiſſe notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam inſanum uocat, quod ab octo ſeruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem oſtentationem per urbem geſtaretur,

Octaphoro ſanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu ſi ſanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita ſe haberet, non modo pro ſede F
commoda, uerum etiam conciliando ſomno dum claudebatur inſeruiebat, ut Iuuenalis teſtatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit ſomnum clauſa lectica feneſtra.*

tamq. frequens illius erat uſus, ut caſtra lecticariorum, qui ſolum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac geſtandis, ut eſt apud Iureconſultos mentio, deſtinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipſis dabantur, & alia in caſtris fieri ſolita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem geſtari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi ſpectaculaq. publice edendi ius tribuiſſe ſcribit. At qui ſellam duplicem fuiſſe tradidit Antyllus, ſiue potius eius interpres; alteram, in qua ſedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta ſinebatur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria ſella, ac lib. 1. chro. cap. 1.
fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant: primam quoq. temporibus noſtris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magiſtratum gerentes olim geſtari conſueuiſſe, atque inde curulis ſellae, in qua tantum ſedebatur, nomen emanaſſe arbitror: ſecundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego ſciam, niſi dicamus lecticam noſtram illius uicem gerere, atq. ipſis eandem rem ſignificaſſe lecticam, & ſellam iacendo, ſedendoue idoneam. Cui ſententiae plane ſubſcripſiſſe uidetur Aetius Amidenus, qui inter geſta- lib. 3. c. 6.
tiones, ſellas omittens, ſolum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. ſ. in qua lecti ſedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum ſella inſtrumenta quaedam, quibus diuites, ſenes,
B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a ſeruis uehebantur, quibusq. medici gymnaſtici ad exercendos ualetudinis gratia tam ſanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuen- 6. de tu. ua. cap. 4.
do ſolertiſsimum, ſi quando longius ire uellet, modo ſella, modo
uehiculo geſtari ſolitum. Narrat ſimiliter Plinius ſecundus, auun- lib. epiſt. 1.
culum ſuum Romae ſella uehi ſolitum, ne caeli aſperitas ullum ſtudij tempus eriperet. Vnde iudicari poteſt, ſenes tam in exercendis ſeipſis, quam in obeundis priuatis actionibus geſtationes in ſellis in uſu habuiſſe, perinde ac etiam in languentibus medici eaſdem uſurpaſſe animaduertuntur, in quibus is modus ſecundum Herodotum obſeruabatur, ut neq. minus quinq. ſtadijs, neq. plus quam huius duplum ſimiles geſtationes producerentur, atq. ita ſequenti die ob
C ſeruaretur; tertio uero die quinq. ſtadia ſingulis diebus uſq. ad triginta ſtadia addebant. Et ne quis forſan ſuſpicetur, ſellam, atque lecticam idem exſtitiſſe, prae ceteris unum Martialem adducere Orib. loco citato.
poſſumus, apud quem obſcurum eſſe nequaquam poteſt, illas diuerſas fuiſſe, cum ait.

lib. 10. *Lecticam ſellamq. ſequar? nec ferre recuſo*
Per medium pugnas, ſed prior ire, lutum,

quod ſimiliter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur,
„ Ipſas quoque iam lecticas, & ſellas, quis in publico quoque dome-
„ ſtice, ac ſecrete habebantur, eierauere. Iam uero ſellarum alias fuiſ-
„ ſe pelliceas, alias oſſeas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo ſciri poteſt.

De

De agitatione per lectos penſiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII. D

QVOD agitationem per cunas, & lectulos penſiles, quos
duos ſub κλίνης vocabulo a Græcis complexos ſentio, fa
ctam inter gymnaſticae exercitationes recenſere velim,
forſan aliquis mirabitur, cum hac tempeſtate cunae ſo-
lis pueris eblandiendis inſeruiant, paucisſimiq. ſint, quibus medici
penſiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari deſinet, ſi
Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam dili-
genter legere placuerit: qui cum huiuſcemodi agitationes inter a-
lias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me
ſilentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros po-
tius, quam adultos excogitatas fuiſſe non equidem diffiteor, ſed
puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E
tum ad conciliandum ſomnum non parum adiumenti praeſtare
Oriba.lib. 6. collec. lib.3.c.6. poſſe, vt praeclare ſcriptum eſt ab Antyllo, & Aetio, apud quos le-
ctus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea ſen-
tentia ſignificat, quam cunas ipſas, quas etiam intellexit Celſus,
„ vbi dixit, ſi ne id quidem eſt, uni lecti pedi certe funiculus ſubijcien
„ dus eſt, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & ſi Oribaſij inter-
pres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & icc irco om-
nes illos prorſus falli credo, qui in gymnaſtica medicorum eas nul-
lum vſum habere cenſeant. Quibus ſimilis quoq. eſt exercitatio illa
puerorũ, dum in ulnis a nutricibus geſtantur, quae & a medicis, & a
7. de repu. Platone pro ipſorum valetudine mirum in modum probatur. Eadē
prope eſt tam lectulorum, quam balneorum penſilium ratio. quae
omnia quoniam ab Aſclepiade Pruſienſe frequenter uſurpata apud F
lib.26.c.3. Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac iucunditati-
bus inſeruiens penes homines auctoritatem adipiſceretur, ſicuti in-
uentori ſuo gloriam, atque exiſtimationem incredibilem pepere-
runt, ita quoque utentibus multam vtilitatem ſimul, atque delecta-
tionem attuliſſe rationi conſentaneum videtur; atque inde ema-
naſſe, vt poſteriores medici ſimilem motum ad exercendos homi-
nes comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego ſciam) ta-
lium inſtrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a
quibus certo admoneamur frequentem illorum vſum aliquo tem-
pore exſtitiſſe. niſi credamus, antiquos ſcriptores propterea huiu-
ſcemodi res ſcribere neglexiſſe, quia uulgatae, & omnibus manife-
ſtae eſſent. Quae temporibus noſtris cum a plerisque ignorentur,
opere-

A operae pretium me facturum ſpero, ſi breuiter, quid ſentio, in me-
dium afferam. Nam de lectulis penſilibus, quos primum ab Aſcle-
piade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuiſſe lectos quoſdam lib.26.c.3.
paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores
noſtros etiam argenteos lectos habuiſſe ſcripſit Plinius) conſtru- li.33 .c.1
ctos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligaban
tur, ita ut terra ſublati aliquantulum quaſi in aere pendere uide-
rentur. Balnea ſimiliter penſilia a Sergio Orata teſte Plinio, pri- lib.9.c.53.
mum inuenta, non quae ſupra tecta fiebant, aut concamerata lo-
ca, ut uoluerunt aliqui, ſed nulla alia fuiſſe credo, quam labra illa
uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem
laquearibus appenſa, quo minimo quolibet manuum impulſu alias
leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu-
B cillum ſcribens nobis manifeſtauit his uerbis. Balnearum ſuſpenſu-
ra inuenta eſt: ne quid ad lautitiam deeſſet. His igitur motibus
quoſcũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potiſsimum ſtu-
debant, ut motum citra laborem, laſsitudinemue ullam afferrent:
deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas deſiderare-
tur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperie-
batur, nempe quae praeter ſuauiſsimum illum motum, aquae de-
lectationem addebant, dum ea molliſsime blandaque titillatione
quadam ſingula corporis membra tangebant. ſi namq. balnea pen
ſilia ea fuiſſe intelligantur, quae ſupra tecta fierent, quomodo in
illis maior illa uoluptas, ob quam ſecundum Senecam & Plinium
excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pen-
ſili lecto dixit Herodotus, geſtationem in illo tamdiu faciendam
C eſſe, quãdiu quiſpiam in ſella geſtatus quadraginta ſtadiorum iter
conficiebat. alteri tamen eiuſdem auctoris ſententiae libentius ac-
quieſco, uidelicet huiuſcemodi exercitationem, quãta eſſe debeat,
facile numero definiri non poſſe. quod non tantum in his, ſed &
in omnibus alijs ſentio ob uarias, ac diuerſas aegrotantium affe-
ctiones, quibus non eadem ullo modo conuenire poſſe, omnes
uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo
penſili ſimile aliud inſtrumentum ueteres habuiſſe inuenio, quod
σκιμπόδιον Graeci, ſcimpodium Latini eodem uocabulo appella-
runt. hoc licet nuſquam appenderent, erat tamen uel lectus par-
uus, uel quid in formam lecti penſilis conſtructum: atque ipſo per
urbes, & per uias tam uiri quam mulieres geſtabantur, ut Dion hi-
ſtoricus demonſtrat, ſcribens, primo Auguſtũ ac Tiberium in ſcim-
podijs quandoq. uehi ſolitos, cuiuſmodi mulieres tempore ſuo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo- D
dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti
figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſ-
ſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum,
ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte,
qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederen-
tur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuue-
nalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Al-
dus Manutius Paulli doctiſsimi, & eloquentiſsimi filius eruditiſsi-
mus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit.

D. M E

L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECA-
VIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi mo-
dum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωςοῦντα βού-
λομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegro
tantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Liba-
lib. 19. c. 10. nius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum do-
miſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam F
idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pe-
dibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inue-
niſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maiori
bus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum
etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum
corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud
li. 3. c. 6. & machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aurelia-
lib. 5. c. ult. no uocatum, qualiſq. apud eundem recuſſabilis ſera Italica nomi-
nata, quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum
eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque fa-
ctam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius
ſit Coelij contextus deprauatus.

A *De Nauigatione, & Piſcatione.* *Cap. XIII.*

INTER geſtationis ſpecies, quae plures exercendis cor-
poribus exſtiterunt, nauigationem quoq. repoſuit An-
tyllus, quem ſecutus Aetius, & poſt eum Auicenna ma-
nifeſte eam pro exercitatione habitam demonſtrat; id
quod utrique non tam ab experientia meo iudicio deſumpſerunt,
quam ab antiqua diuini Hippocratis ſententia, qua nauigationem
& mouere corpus, & perturbare dixit. niſi quod Auicenna nauiga- 4. Aph. 14.
tionem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates ue-
ro eam corpus magnopere perturbare aſſerit, id quod potius uehe-
mentis quam remiſsi motus argumentum uidetur. Hac nauigatio-
nis exercitatione duas praeſertim gymnaſticas, ſed non admodum
B uſas inuenio, medicam ſcilicet, & bellicam. Medici ea utebantur
uel ad aliquorum ſanorum habitus conſeruandos, uel ad nonnul-
lorum aegrotantium ſanitatem comparandam. ad ſanos utebantur
nauigatione, quod (ut ab Ariſtotele ſcriptum eſt) mare ob placidas 1. partic.
aſpirationes ſalubritatem inſignem facit, unde nauigantes ſemper Prob. 54.
coloratiores exſiſtunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos ue
ro, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem
ſrequentiſsime inſuetis praeſertim parit, tum uentis ac uaporibus
ſiccis exſiccare natum eſt. quare dicebat Auicenna nauigationem 3. 1. doc. 2.
leprae, hydropiſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus, nec non in-
flationibus eiuſdem magnopere prodeſſe. Plinius uero & phtiſi- cap. 2.
cis, & ſanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallio lib. 31. c. 6.
nis poſt conſulatum ita curati exemplo teſtatus eſt. qui item ab hu-
C iuſcemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipſam, ſed pro-
pter nauigandi longinquitatem cenſuit; ut etiam eius Nepos Pli-
nius ſecundus Zoſimum libertum ſanguinem reiectantem eo ſe lib. 5. epiſt.
miſiſſe, & confirmatum a ualetudine rediſſe narrat. quamquam
auctor ille nomine Plinij falſo inſcriptus in lib. 1. de re med. ſenſe- Cap. 6.
rit phtiſicis utilius eſſe in ſaltibus morari, ubi pix naſcitur, quam in
mari nauigare, & marina loca uiſitare. quod etiam traditum eſt a
Marcello medico. nam & Galenus 1 x. de ſimpl. medic. ubi de terra
Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id
in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixiſſe, poſtea uero
morbum recruduiſſe, ubi non pari cura uiuebant. Modus in naui-
gatione ualetudinarijs obſeruatus ſic ab Herodoto deſcribitur,
quod a ſexaginta ſtadijs incipiebant, & in duplum horum deſine-
bant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut pla-
In lib. de cauſſis na. cidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum eſt a Plutar-
cho, eam minus nauſeam producere, quam mare, quod tam odor,
quam timor e maris adſpectu proficiſcentes corpora perturbant, at-
que ſic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit.
contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris
praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipſe in-
quit) fluminales, uel portuoſae nauigationes, nec non ſtagnorum,
incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione
humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. ſenſim cor-
pus aperiunt, & ſalſae proprietatis cauſſa corpus adurunt, atq. eius
habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymna-
ſticos medicos nauigationis uſus, quam pariter bellicae ſtudioſos E
amplexos fuiſſe diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae
a Romanis in circo uel aliquo terrae ſinu prope Tiberim manufa-
cto tali exercitationi deſignato repraeſentabantur, fuerunt qui-
dem ad populum oblectandum ſecundum aliquos praecipue inſti-
tutae, quales illae quas ab impuriſsimo Heliogabalo in Euripis ui-
no plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabi-
le eſt quoq. apud me, huic ſummopere illas inſeruiſſe, ut in ipſis
ad naualium pugnarum diſciplinam acquirendam milites exerce-
rentur. atq. ad hoc exiſtimandum ea ratione potiſsimum adducor,
quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthagi-
nienſibus mari bellũ indicturi milites in nauali diſciplina exercue-
runt. ſicuti etiam ſcribit Suetonius, Auguſtum, dum contra Pom-
peium pugnaturus eſſet, in portu Iulio apud Baias a ſe effecto mi- F
lites in nauali exercitatione tota una hieme detinuiſſe. ut hinc cla-
rum eſſe poſsit, Romanos exercendis copijs ſuis tam mari, quam ter-
ra operam ſemper dediſſe, atq. huius ſtudij gratia naumachias inſti-
tuiſſe, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupa-
tum, quem concrematum ex larice in Raetia caeſo Tiberium refe-
lib. 26. c. 3. ciſſe ſcribit Plinius, habuiſſe, uerum etiam locum peculiarem, cu-
ius ueſtigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta
aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, ſicuti uenuſtiſsime
Martialis demonſtrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperato-
re editam hoc carmine deſcripſit.

lib. 1. *Si quis ades longis ſerus ſpectator ab oris,*
Cui lux prima ſacri muneris ipſa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? ſpectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora eſt, dices hic modo pontus erat.

Sed ne fruſtra in ſuperioribus dixiſſe uidear, gymnaſticam medi-
cinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuiſſe,
illud unum ſciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem eſ-
ſe oſtendimus, aliquando ſimilem exercitationem locum habuiſſe,
at propter ingentem apparatum neceſſarium raro fieri conſueſſe.
quod enim Virgilius de Aenea in Anchiſae funere, una cum cete- 5. Aen.
ris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exſtitiſſe, aut
non ſine ueri imitatione credendum eſt, quandoquidem alios lu-
dos qui ibi facti a Poeta pinguntur, ſi ueri non fuerunt, ſaltem ue-
rorum imitationes fuiſſe, nemo negabit. Inter nauigationis ſpecies
B piſcatio non ſine nauigijs facta ſimiliter ab auctoribus adnumera-
tur, atque apud Plautum exercitationis gymnaſticae uicem ſubijſſe
uidetur, cum in Rudentis fabula piſcatores ita loquantur,

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnaſtico, & Palaeſtrico hoc habemus. quae ta-
men piſcatio cum a Platone improbata ſit, quod neq; animus, ne- In ſophiſt. & 7. de leg.
que corpus in ipſa exerceatur, iure merito eam tamquam nulli uti-
lem omnes fere gymnaſtici reiecerunt, niſi quod Galenus ipſam in- 2. d tu. ſan. cap. 8.
ter exercitationes, quae ſimul opera ſunt, repoſuiſſe uidetur, ſicut
& Auicenna ingredientem piſcatorias naues debiliter exerceri cen-
ſuit. quorum ſententias duabus de cauſsis infirmas reputare debe-
mus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piſcatio,
declarauit, quaſi exercitationem huiuſcemodi non admodum pro-
C barent, ſed communem potius quandam ſermonis conſuetudinem
ſequerentur; tum quia ipſemet Galenus piſcatorum habitus du- 6. d comp. med. ſm l.
ros atq. aridos eſſe dixit. cuius ariditatis ratione Ariſtoteles piſcato- 38. partic. prob. 2.
res marinos pilis rufis praeditos eſſe antea ſcripſerat. unde medici
qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere ſtudent,
quomodo durum & aridum efficere piſcatione uelint, non uideo;
praeter quam quod cunctae prope piſcationes ſub ſole, & in locis
ſaepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his
omnibus credere cogamur, piſcationis laborem medicos parui
aeſtimaſſe. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis
cuiuſdam gratia interdum piſcarentur, ceu de Caeſ. Auguſto ſcri-
ptum eſt a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo
ita ſcribit: Vſus uiuendi eidem hic fuit. primum ut ſi facultas eſſet,
id eſt ſi cum uxore nõ cubuiſſet matutinis horis in lario ſuo, in quo

Gymnaſtica. M iij &

&diuos principes, ſed optimos electos, & animas ſanctiores, in D
queis & Apollonium, & quantum ſcriptor ſuorum temporum di-
cit Chriſtum, Abraham & Orpheum, & huiuſcemodi deos habe-
bat, ad Maiorum effigies ſacra faciebat. Si id non poterat pro loci
qualitate uel uectabatur, uel piſcabatur, uel deambulabat, uel ue-
nabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piſcatorij ludi, qui
quotannis menſe Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piſca
toribus Tiberinis, auctore Feſto, agebantur; nondum ita certus
ſum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnaſticam, cuius lu-
dos fuiſſe diximus, piſcationis exercitium habuiſſe.

De Natatione. *Cap. XIV.*

MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit ſemper na E
tationis exiſtimatio, tantumque per plura ſaecula illius
uſus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam
prima litterarum elementa edocerentur: quo tempore
cum nulla maior ignorantiae nota inuri poſſet, quam dum aliquis
nec litteras, nec natare ſcire dicebatur, factum fuit, ut poſteriores il
lud in prouerbium contra bardos, & prorſus inertes continuo rece-
perint, adhucq. ita loquendi conſuetudo permaneat, quando natā-
di peritia ſi non eoſdem honores obtinet, quibus anteactis ſaeculis
afficiebatur, ſaltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio
enim, qua impulſi maiores noſtri natandi ſcientiam tanti fecerunt,
haec una iudicio meo exſtitit, quod primis illis temporibus apud
Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4. — reſpub. quaſcunq. uiri fortes prae ceteris, ut ſcribit Ariſtoteles, ho
norabantur, quaſi ab his ſolis & ciuitatum ſalus, & imperij propaga F
tio, penderet: & ob id quiſq. uel ſaltem maior nobilium, atq. etiam
aliorum pars comparandae fortitudini uſque a primis incunabulis
incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc
frequentius committebantur, in tranſeundis uadis, ac fluminibus
homines nandi arti confiſi pericula magis euadere poſſent, mi-
nusue formidarent, (quando ſaepenumero milites mare ingredi
coacti ob nandi ignorantiam ſuffocabantur, quemadmodum exer-
De Cyri minoris expedi. — citui Cyri eueniſſe memoriae prodidit Xenophon) ſicq. fortiores
inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua
etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius ſcribit, quos tot bella, &
continua pericula militarem diſciplinam docuerant, campum Mar
lib. 1. de re mili. c. 10. — tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exer
citationes inirent, in altero ſudorem, pulueremq diluerent, ac ſi-
mul

A mul natare perdiſcerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate
facile ſit iudicatu, militarem gymnaſticam natandi exercitatione
non caruiſſe. Ceterum poſteriori tempore non modo natatio ob
dictas rationes uſurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis con
ſeruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis
gymnaſticis ipſam probatam fuiſſe Antyllus teſtatū reliquit. quod
item ſenſiſſe uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi labo-
rantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingre-
diantur, ibiq. madefiant, &, ſi uelint, etiam natent. Quod enim na-
tatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribaſij auctorita- 7. collec.
tem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de
qua libro poſtea decimo fuſiſſime ſcripſit ſeparantis, ipſa quoq. ra-
tio perſuadet, nempe quia in huiuſcemodi motione inſigniter uni
uerſum corpus & mouetur, & laborat, ut Ariſtoteles aliquando 23. partic. Prob. 3.
B eam curſui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros 4. De locis affect.
temporis ſui in aquis γυμναστικάς παιδιάς facere conſueuiſſe ſcri-
pſerit. Quo pacto uero ſimilis exercitatio perageretur, tamquam Oribaſius l.b. 6. c. 27.
res uulgatiſsima ſilentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno exce-
pto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxiſſe, & frictione
corpora praecalfeciſſe, deinde e ueſtigio in aquam ſe proijcere de-
bere uoluit, quaſi omnes ſanitatis gratia natantes eas regulas obſer-
uarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud
auctores obſeruaui, aliquando in ipſis gymnaſijs, ſiue priuatis bal-
neis, aliquando extra eſſe factam. In gymnaſijs adhuc duobus mo-
dis natabant, uel in piſcina, quam in frigidario fuiſſe ſuperius de-
monſtrauimus: (tametſi piſcinas apud Varronem, & alios Latinae
C linguae auctores proprie loca piſcibus alendis, & saginandis dicata
ſignificare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae ui
ſuntur. Quod in piſcinis, quae in frigidario thermarum aedificatae
erant, quaſq. thaſio lapide aliquando circūdatas fuiſſe tradit Sene-
ca, natarent, omnium clariſsime oſtendit Caecilius Plinius, qui in Epiſt. 7. & 13. lib.
Epiſt. lib. 2 uillam ſuam exactiſsime depingens de balneis eius ita
ſcribit. Inde balnei cella frigidaria ſpatioſa, & effuſa, cuius in con- „
trarijs parietibus duo baptiſteria ueluti eiecta ſinuantur, abunde „
capacia ſi innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocau- „
ſtum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegan- „
tes quam ſumptuoſae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuſcos ſuos „
deſcribens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei la- „
xum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptiſterium amplū, „
ſi natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus ſatis apertum „

 eſt,

eſt, in gymnaſijs ſiue balneis ueteres nare ſolitos, atq. in frigidarij D
baptiſterio alias piſcina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptiſmo, & de qua exiſtimo locutum Galenum dum in 7. Methodi ſiccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocẽs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. ideſt, in piſcinis natando inſtitutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piſcinam interdum in area gymnaſiorum aedificatam credo, ut teſtatur Plinius loco nunc citato, in quo poſt dicta
,, uerba ait. In area piſcina eſt: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiuſdam inſulſi importunitatem deſcribens dixit,

In thermas fugio, ſonas ad aurem,
Piſcinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piſcina locutum eſſe, quã fuiſſe Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento ſub E
porticu Capitolina intelligere poſſumus, ubi Vici publicae piſcinae
,, clara mentio habetur, de qua ita Feſtus Pompeius. Piſcinae publi-
,, cae hodieq. nomen manet, ipſa non exſtat, ad quam & natatum, &
, exercitationis alioqui cauſſa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
,, Pro obtuſo ore pugil, piſcinenſis res eſt. De huiuſcemodi piſcinis ſcriptum eſt a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aquarum calidarum natatoria inſtituiſſe. Quod uero in labris illis ſimiliter natarent, uel ſaltem natantium inſtar mouerentur, conijcio cũ ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piſcinis gymnaſiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiã in arthriticis curandis natationem minime ſub dio factam, nec non F
feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonſtrat, primum in locis clauſis & etiam apertis, qualis erat areae piſcina, alterum tã in aqua calida, quam frigida natari ſolitum, unde elicio natationẽ feruentem ſolum in labris factitatam. ꝙ ſi Plinius in locis paulo ante citatis piſcinae calidae mentionem fecit, ſub hiſce uerbis, Cohaeret piſcina calida mirifice ex qua natantes mare aſpiciunt, de calefacta ui ſolis, & maritimo ſitu potius quam de ferueſacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba feciſſe uidetur. Quae extra gymnaſia, ſiue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latiſsimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipſo mari agebatur. de quibus ſermonem habens Ariſtoteles, dixit, melius in mari, quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae ſuae corpulẽtia craſsitieq. maiora, quam dulces aquae ſuſti-

23. partic. Prob 12. & 14.

A ſuſtinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & conſequenter minus illa penetrare poteſt, cum dulces aquae ob tenuitatẽ ſuã citius & leuius illabãtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando conſtruebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, ſicuti legitur apud Ioannem Euangeliſtam de Ieſu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres tranſtulit. Itaq. natationẽ arcendis morbis, ſaniſq. corporibus exercendis & conſeruãdis uſitatam fuiſſe, iam ſatis patet: quando item Ariſtoteles ſcripſit natantes in mari ſalubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & ſiccitates temperandas homines natare conſueuiſſe, cuius gratia in aeſtate dũmtaxat natari ſolitum fuit.

Cap. 9.

B

De Venatione. *Cap. XV.*

PRAECLARISSIMA extat Galeni ſententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utiliſsimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & icciro ſapientiſſimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quaſiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non poſsit, maior ne ſit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipſa, quae animalia cuncta hominis cauſſa produxit, uenationem quaſi praecipere, & acceptam habere, ut ſcripſit Ari-
C ſtoteles, uidetur, quum in ipſa proprias poſſeſsiones acquirere conetur, ſpectaculumq. nullo ſcelere contaminatum exhibeatur, ſed ſimul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nõ uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & ſanis conſeruandis uenationẽ tantopere aeſtimarunt, cuius nimirũ ſtudio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aeſculapius uſque adeo, ſicut refert Xenophon, arſerunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, ſibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero ſolam medicinae gymnaſticam huiuſcemodi exercitationem, ſed bellicam quoq. & athleticam recepiſſe, probaſſeq. credendum eſt; ſi quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinẽ, quibus bellicae gymnaſticae exercitatores inuigilabant, ſi ſpectemus, cumu-

In lib. de ludo paruę pilæ.

1. Polit.

In libro de ven.

cumulatiſsime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D in eo praeſertim, ꝙ non in auibus decipiendis; ſed in terreſtribus animalibus ſine dolo capiundis laborioſe uerſatur, de quo magis noſtram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne ſine illuſtrium auctorum teſtimonijs hanc ſententiā audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnaſtica uenandi exercitatione uſa ſit, iam inceptam uiam inſequens demonſtrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini aſſequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletiſsime teſtatū fecit Plato, qui poſtquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi diſciplinam in tres ſpecies, aquatilium ſcilicet, uolatilium, & terreſtriū animalium diſtinxiſſet, improbatis alijs duabus pro iuuenū educatione, de terreſtriū uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. πεζῶν δὴ μόνον θήρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ᾽ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τὸ εὐδόν τῶν αὐτῶν, κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ᾽ E ἡ τὰ διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ᾽ ἡ φιλοπόνου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρείων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν θήρᾳ σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. ideſt, Solum itaque terreſtrium uenatio, capturaue, athletis noſtris reliqua eſt, atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo nocturna uocata perſequitur, ſegnibus conuenit, nullamq. meretur laudem, ſicuti nec illa, quae laborum intermiſsiones habēs retibus, & laqueis non laborioſi animi uictoria ferarum robur euincere conatur. unde ſolam illam optimam eſſe relinquitur, in qua homines quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos F omnes ſuperant illi, qui fortitudinis diuinae poſſeſsionem curātes proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi operam nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipſo nūcupata, uenationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipſe ſub ἀθλητῶν nomine comprehendat, ſuperius indicauimus. Euidētius, quam Plato, locum hunc explicaſſe uidetur Xenophon, qui de Cyro in eius paedia ita ſcriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνεκα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην. ideſt, Exercitationis autem bellicae gratia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exiſtimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum optimam,

mam,

A mam, & equeſtris ueriſsimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere cenſuerit. unde poſtea in lib. de uenatione iuuenes ad capeſcendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum ꝙ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum ꝙ eos ad bellum maxime inſtituit, ſtrenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Ariſtoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi ſtudium conducere uoluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio ſuperſit, quin inter ceteras militari gymaſticae inſeruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuiſſe dicatur. Quod uero nec athletica profeſsio huiuſce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus ſaepenumero repraeſentatae B & apud Latinos ſcriptores mirū in modum celebratae demonſtrant: quae licet ab hac noſtra multum diuerſae fuiſſe appareant; illius tamen ſpeciem praeſeferebant, nempe cum beſtiarij, atq. alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras uſq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare conſueuerunt. De medicorum gymnaſtica, quod ſcilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non conſtare arbitror, quando, praeter Xenophontis ſententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis ſanitati inſeruientes eam repoſuit, ludoq. paruae pilae in hoc ſolum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter C iuniorem Plinium, qui uenatione corpus ſanum conſeruaſſe inſinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditiſsimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur, contigiſſe in quadam peſte, ut, dum omnes fere perirent, ſoli uenatores ob ſummam ualetudinem aſsiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint. ne ſilentio praetereā Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit. cui ſtatim reſpondit coquus, ideo illud eueniſſe, quia nec in uenatu, nec in curſu laborauerat, & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem, quem uſq. adeo ſanitatis, & uitae ſtudioſum fuiſſe ſcimus, uenationi ita auide operam dediſſe legimus, ut ſeptem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto uſus ſit. Ergo manifeſtum cuiuis iam eſſe poteſt, quantum in exercendis pro ualetu-

lib. 1. poli. cap. 5.

2. de tuen. ſan.

In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epiſt.

in 30 contract. 13. c. 5.

letu-

letudine corporibus uenatio apud ueteres aeſtimata fuerit. cuius D
cum multae eſſent ſpecies, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-
ſco,& aucupijs,aliae carniuoris,& rapacibus auibus,aliae canibus,
ſagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
lib. 25.c.5. ro inficere conſueuiſſe tradit Plinius, quia circunciſo uulnere ca-
ro tenerior ſentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terre-
ſtres belluas peragebātur: illas uenationes aptiores exiſtimatas arbi-
tror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currenses, quam
equis uecti feras canibus, & armis inſectabantur; nempe quas tum
corpora magis exercere, tum ſenſus omnes acuere, tum maiorem
animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem,
quae cum accipitribus & aſturibus aduerſus aues hiſce temporibus
exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
7. đ his aīa lium.c.36. quod, licet Ariſtotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
quae olim Cedropolis uocabatur, homines ſocietate accipitrum
per paludes aucupari conſueuiſſe; nihilominus genus illud uena-
tionis noſtrae ualde diſsimile fuiſſe uidetur; quandoquidem illi ip-
ſi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant,
unde aues ob ſtrepitum excitatas euolantesq. accipitres deſuper in-
ſectabantur, quorum metu aues perculſae terram repetebant, ibi-
que percuſſae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes
accipitribus diſtribuebantur; noſtrum uero accipitribus, atque aſtu-
ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignoraſſe & Conſtantini
Imperaroris aetate inuentum eſſe, inſinuat Iulius Firmicus: ſicut
etiam ignorarunt eam venationem, quae canibus arte quadam in-
ſtructis,& retibus aduerſus qualeas, perdices, & faſianos exercetur.
Sed de his ſatis. F

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER QUARTUS

De ratione agendorum, & de exercitationis uſu. *Cap. I.*

CVM gymnaſticae originem, eiuſq. ſpecies,
& ſpecierum (ut ſic dicam) ſpecies ab anti-
quis traditas, ac in uſu habitas, iam clara,
quantum conceditur, effecerimus, ad perfi-
ciendum tractationis noſtrae inſtitutum re
linquitur, prius uniuerſales, communesue
B exercitationum omnium regulas tradere,
quarum ductu non modo ſingula cogno-
ſcere, uerumetiam uti unuſquiſque poſsit: deinceps ad particularia
& magis propria tranſeundum erit, ut in ſingulis exercitationibus,
quid boni, & quid mali reſideat, faciliter pernoſcere, & cognitum
partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuiſſet profecto inanis
prope labor, ac uanum ſtudium exercitationes uſque adeo apud ue
teres celebratas perueſtigaſſe, niſi etiam utilitates, & commoda,
quorum gratia totam gymnaſtam & condiderunt, & in quotidianū
medicorum uſum eduxerunt, perſpecta & clara haberent illi, qui-
bus haec noſtra lectitare, iiſque ad ſanitatis profectum non oſci-
tanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum
eſſe cenſeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
C ſecutus in omnibus quidē artibus, ſed praeſertim in medicina vni-
uerſales methodos parum iuuare clamat, niſi particularium tracta-
tiones, ac indiuiduorum ſpeculationes acceſſerint, quibus tum res
communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum ſi-
militudines ac diſsimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut
in Phaedro ſcripſit Plato, principium ſumit, probe diſcernantur.
Hanc igitur ab antiquis philoſophis, atque medicis laudatam uiam
incedentes, tractandorum omnium ab ipſius exercitationis natu-
ra initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam
corporis eſſe, atque omnem motum neceſſario differentiae non-
nullae ſequantur, nimirum uehementia, remiſsio, celeritas, tardi-
tas, & ſimilia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus
quod mouendum eſt, locus ubi moueri debet, tempus in quo mo-
ueatur, ac ipſius motus menſura, atq. modus ex neceſsitate requi-

rantur,

rantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male ſenſerunt D
opinionibus, primo differentias illas exercitationem conſequentes declarabimus: ſecūdo, quae ſint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonſtrabimus: tertio, qualis eſſe debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conſeruandae ualetudini ſtudent: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; ſicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis ſpeciem perferunt, ita ſimiliter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, niſi menſura exercitationis praeſcriberetur, ideo quincto ſubiungam quantum exercendum ſit. Addam & ſexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque ſic ad particularium exercitationum qualitates examinandas deſcendens nihil relinquere conabor, quod in hac ma- E
1. de dieta. teria iure deſiderari queat, & quod ab Hippocrate, ſiue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu neceſſarium poſitum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum eſſe iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri ſumus, tanti in uniuerſo exercitationum negotio momenti exſiſtere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare ſcriptum eſt a Ga-
2. d̄ tu. ua. cap. 7. & lib. d̄ cibis bo. & mat. ſuc. leno, opportune ac prudenter adminiſtratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commiſſos emendare, prorſusq. delere natae ſunt, ueluti M. Tullio contigiſſe fertur, quem mala ſtomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis ſui habitum robo- F
In eius uita. raſſe ſcribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina ſe ualidū reddiderit. Contra, ſi eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, nō modo optimas corporis a natura conſtitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorſus deſtruunt: uerumetiam plurima, ac ſaeuiſsima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam ſanam traducere, nulliſq. medicamentis indigere poſſent, ijdem ob exercendi negligentiam quaſi perpetua infirmitate crucientur, aſſiduiſue medicamentis opus habeant.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant, & de exercendi neceſsitate, ac commoditate. Cap. II.*

SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exſiſtunt, magnopere coarguendi ſunt, qui de corporibus exercēdis prauas omnino, atq. humano generi noxias ſententias diſſeminare non erubuerunt. Hos etenim in tres ſectas antiquitus partitos, eſſe ſcribit Galenus, quorum alij quaſcūque 5. d̄ tu. ua. cap. 11. exercitationes ueluti ſanitati potius noxias, quam utiles penitus ſuſtulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes aſſuetos ſolum exercendos indicarunt, inaſſuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re-
B cenſere, & refutare operae pretium duco, ne ſi uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel ſi irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam ſanitati conducentia interdum accipiantur. Eraſiſtratus itaq., Praxagorae, & Chryſippi in medicina ſucceſſor, necnon Aſclepiades Pruſienſis magnae auctoritatis medicus inter alias abſurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & ſanguinis miſsionis uſum in infirmis abrogandum crediderunt, in ſanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre ſtatuerunt, atque ad hoc poſtremum aſſerendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod ſanitas in humorum omnium iuſto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinētur ex ciborum moderata ſumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-
C cat ſomnus, magis perficitur, a motu qualis eſt exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipſa deprauata neceſſario humorum harmonia, & ideo ipſa ſanitas deſtruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem ſibi adnexum obtinet, labor ſicuti naturae noſtrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam ſanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. ſic ſanitati potius obeſt, quam prodeſt. Tertia ratio erat, per eadem ſanitatem praeſentem conſeruari, per quae amiſſa recuperatur, unde cum deperdita ſanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conſeruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & conſequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo ſanitatem corrumpere, & non conſeruare nemo dubitat, cum ipſa in moderato calore & in commenſurato natiuo hu-

mido

mido tota conſiſtat. addebant inſuper, multos diu in carceribus de- D
tentos ſanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus ua
care poſſunt, atque inde apparere ſanitatem abſque exercitationi-
bus conſiſtere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitatio-
nes corporis ſanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris
perſuadere conati ſunt. ſed eos uehemẽter aberraſſe, omnes plane
confitebuntur, ſi & exercitationis neceſſitatem, & naturam, utili-
tatemue penitus conſiderare uoluerint. Nam cum a corporibus no
ſtris continuo effluant corpuſcula, quae niſi inſtaurarentur, uitam
facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes
regenerentur, ſemper opus habemus; cibus autem, quantumuis
opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in ſubſtantiam
membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,
quae niſi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo E
temporis tractu uſque adeo accumulari, ut calorem naturalem ſuf-
focarent; quod praeuidens ſagax natura meatus, ac uias multas illis
expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum
non ſufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita
alias ſudoribus, alias ſenſibilibus, & inſenſibilibus exſpirationibus
a nobis ſeparemus. alioqui ſi otio, & torpore huiuſcemodi excre-
menta retineantur, periculum eſt, ne innumerae morborum exitia
lium ſpecies generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Plato-
nem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete de-
ſtrui; ab exercitationibus uero, & motibus conſeruari; quod forſan
6.epi.cõ 4. ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi ſanae uitae traducendae
rationem breuiter exponens, ita ſcripſit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τρο-
φῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc ſanitatis conſeruatio col- F
locatur, ut ſatietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in
frequenti uſu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine ex-
crementorum per exercitationem exoneratus robuſtior efficitur,
membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtu-
tes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
1.de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, ſiue Polybus, ἄνθρωπος
ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod ſcilicet homo, qui
comedit, minime ſanus uiuere poteſt, niſi laboret. Sed ne Eraſiſtra
tum, atque Aſclepiadem gratis refutare uideamur, quales ſint eo-
rum rationes, perpendemus. primo concedimus, ſanitatem in hu-
morum aequalitate ſitam eſſe, atque hanc aequalitatem ab optima
ſuccorum generatione, & concoctione conſeruari; dicimus tamen
concoctionem ipſam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu-
ne,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidẽ ſi, ut
nuper dicebamus, calor naturalis ab onere ſuperfluitatũ per exerci-
tationẽ leuatus ualẽtior redditur, magisq. excitatur, & ſic excitatus
concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae
ſuccorum optimam concoctionem non ſuggerãt, ſimulq. ſanitatis
conſeruationi non ualde conducant, non uideo. unde ſi motum in
tempeſtiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq.
illis aſſentimur; at ſi motum tempeſtiuum, qualem exercitationem
medici antiqui eſſe definierunt, idem efficere adſtruxerunt, in aper
ta falſitate uerſari eorum dogmata cuiuis perſpectum eſt; eo magis
quia exercitatis profundiores ſomni contingunt, quibus poſtea me
liores concoctiones perficiuntur: ut non ſine ratione dixerit Gale-
nus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi ſomni a laboribus eue-
niant, & tales deinde ſomnos optimae concoctiones ſequantur.
Quod porro in ſecunda ratione aſſerebant exercitationem labo-
rem adnexum gerere, & proinde uoluptatem ſanitati coniunctam,
ipſamq. ſanitatem adimere, partim confirmamus, partim nega-
mus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehemen-
tem motum anhelitum alterantem eſſe decreuimus, laborioſam
aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate care-
re; dicimus tamen, ſanitatem interdum cum aliqua moleſtia poſſe
permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo
tempore perduret, qualis eſt moleſtia exercitationi aſſociata, quae
momentanea eſt, non immoderata, immo maioris, & longioris de-
lectationis praeparatrix, nempe cum corpus a ſuperfluitatibus libe
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Ariſtotelis ſententiam de- Prob.ſect.5
lectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius 2. de abſti.
philoſophus adductus carnium uſum ad ſanitatem damnauit, re- ab anima.
ſpondemus falſum omnino eſſe, quod per eadem praeſens ſanitas libus.
conſeruetur, per quae abſens recuperatur; quoniam etiam ipſe Aſ-
clepiades, & Eraſiſtratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Libr. 1. in
Celſus, & Plinius teſtantur, multos affectus curabant, quam ſanita- prooe.
ti conſeruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praete- lib. 26.c.1.
rea Hippocrates, eiusq. ſequaces experimentis infinitis medicamen
ta ſanitatem recuperare, ſi opportune ſint adhibita, comproba-
runt; at ijdem ſanos non modo a medicamentis, nõ iuuari, ſed ſanita
tem apprime laedi, palam enunciarunt. unde ſatis patet, propoſi-
tionem, quam aſſumpſerunt, a ueritate longe recedere, ne longior
mea euadat oratio, ſi omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Gymnaſtica. N medium

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum ſibi debitum hoc eſt mediocritatem tranſire, & conſequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuerſus ſanitatis ſtatus dependet, exhauriri; at eam ueram minime eſſe facile conuincetur, ſi exercitatio debite adminiſtrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, conſideretur; quae tametſi calorem natiuum augeat, ſuperfluosq. humores inaniat, ſi tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonſtrabimus, tantum abeſt illam natiuum humidum conſumere, aut ſanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores diſsipando, ſuperfluitatesque abradendo, quae ipſum humidum turbare, ac inficere poſſent, idem conſeruet, & ſimul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra ſolidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenuſtiſſime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, ſiue caſeis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, ſiue adhuc coagulationem ſubeuntibus adſimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus concluſos ſine ulla exercitatione ſanam uitam degere, ſi intelligant ſine exercitatione proprie dicta quam uehementem motum eſſe definiebamus, uera dicunt, & nos quoque aſſentimur: at ſi de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit ſententia, dicimus in carcere concluſos uel frictione, uel aliquo alio motu fuiſſe uſos; alioqui ab omni motu penitus deſiſtentes, impoſsibile eſt, ut multo tempore ſani uiuant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione naſcentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laeſas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod ſi qui reperiuntur, qui in carceribus ſine ulla exercitatione degant ſani, illi per quam rari ſunt, & uſque adeo ualida corporis conſtitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obſiſtant. Neque putandum eſt, huic ſententiae noſtrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is peſtiferam illam in Thaſo aeris conſtitutionem deſcribens, prauosq. in illa genitos morbos recenſens, dixerit: Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρων, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. ideſt, Fiebant autem haec adoleſcentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaeſtris, & gymnaſijs exercebantur. quoniam ſi recte uerba auctoris uenuſtiſsimi examinentur, dictis noſtris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis reſtitiſſe, atque feliciori ceteris ſucceſſu euaſiſſe. Itaque nulli iam obſcurum eſſe arbitror, quam grauibus in erroribus uerſarentur illi, qui (audacter ne magis, an inſolenter, an quod nouarum opinionum ſtudioſi eſſent, ignoro) exercitationem ſanitatis conſeruationi nullam opem praeſtare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praeſtantius auxilium pro tuenda ſanitate reperiri ipſa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune adminiſtratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Perſae, uſq. adeo turpe reputarunt aliquos ſpuere, emungere, & flatibus plenos uideri, quaſi ſic (ut ſcribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis conſumere.

D E F (margin letters, p. 194); com. 5. de artic. aph. 1. — 6. coll. cap. 2. — 1. Epid. c6. 1. aph. 11.

A B (margin letters, p. 195); Lib. 1. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi ſentiebant. Cap. III.

REFVTATA eorum falſa opinione, qui exercitationem corporis ad ſanitatem nihil conducere aſſerebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes eſſe cenſuerũt: quos praedictis meliorem ſentẽtiam habuiſſe & ratio ipſa, & Galeni auctoritas perſuadent. Iſti etenim animaduertentes, Hippocratem hanc indefinitam propoſitionem enunciaſſe, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepiſſe, ut omnes homines ante ciborum ſumptionem ſeſe exercerent: ad haec ſententiam ſuam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi atteſtari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam deberein uſum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifeſtatur, ſicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in uſu poſitas ſanitatem bonum excellentiſsimũ praeſtare, nemo negat: alia ratio, qua moti iſti in ſimilem opinionem deuenerũt, fuit, quod ſi omnes homines neceſſario excrementa generant, quae cõtinuo expelli neceſſe eſt, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ con-

5. de tu. ua. cap. 11. — C (margin letter)

conſopirent, peſsimosq. morbos citra controuerſiam progignerēt, D
atq. huiuſcemodi excrementorum magna pars per exercitationem
expellitur, diſſlaturue; conſentaneum rationi plane uidetur, nullū
reperiri poſſe, qui exercitatione ad educendas quotidianas ſuper-
fluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem de-
ſiderare; addebant inſuper, quod ſi aliqui reperirentur, quibus
exercitatio minime conueniret, proculdubio eſſent illi, qui natu-
ra corporis imbecillimi ſunt, qui cum ab exercitationibus utilita-
tem capiant, ceteros quoſcumque ab iiſdem iuuari, & iccirco illis
uti debere conſequens eſt. His ergo rationibus perſuaſi cunctis paſ-
ſim hominibus ante cibum ſaltem iniungendas exercitationes eſ-
ſe praedicabant: ſed & ipſi apertiſsime alucinati deprehendun-
tur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones uſq. adeo
[2. de tēper.] diuerſae ſint, ut neminem inuenire (ſicut ſcripſit Galenus) alteri ſi- E
milem prorſus liceat, ſintq. quibus medicamenta noceant, quibus
[6. Epid. cō. 5. aph. 22. 1. partic. Prob. 51.] proſint, quos immodicus coitus, ſiue λαγνεία ſecundum Hippocra-
tem, Ariſtotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, &
ſic de ſingulis, pariter rationabile ſit, aliquos dari, qui non parum
ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monſtrabi-
mus, & proinde uniuerſale illud praeceptum non ſine ingenti diſ-
[5. de tu. ua. cap. 11.] crimine eſſe. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam ſibi fauere
ſunt arbitrati, haudquaquam (ut bene ſenſit Galenus) inſinuat,
quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine ex-
ercitationis, & cibi auctor ibi ſermonem habuit: quaſi innuere uo-
luerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos
debere: quod porro idem cenſuerit, exercitationem haud cunctis
[6. Epid. cō. 4.] prodeſſe in libro de graſſantibus morbis palam teſtatus eſt, ubi cali- F
das naturas quieſcere debere cenſet. Ratio uero prima, qua ſenten-
tiam ſuā adſtruebant, licet uera ſit, atque a Platone ac Galeno con-
firmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: ſiquidem
homines a natura profecto ad motus ſimpliciter inclinantur, & nul
lus eſt, modo ſanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nū-
quam moueatur; at quod iidem inclinentur ad eos uehementes mo
tus, quos ſub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nul
la ratio dictat, neque ullus ſanae mentis pronunciaret. Ex quo ap-
paret ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationi
bus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa
probabilitate non caret, reſpondemus excrementa continuo in cōr
poribus noſtris collecta neceſſario eſſe tollenda, at quod ſolis pro-
prie dictis exercitationibus huiuſcemodi exinanitio peragatur, fal-
ſum

A ſum omnino eſt: quando balneum, frictiones, inſenſibilis tranſpi-
ratio, geſtationes citra motus ullam uehementiam ſimili euacua-
tioni perbelle ſatisfacere poſſunt, quemadmodum appoſitiſsimis
Primigenis & alterius cuiuſdam exemplis demonſtrauit Galenus, [5. de tu. ua.]
quos ab imminentibus morbis exercitationis abſtinentia, ſoliusq.
balnei uſu ſe liberaſſe, ſanosq. conſeruaſſe teſtatur. quod uero po-
ſtremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes re-
quirant, alios quoſcumque etiam requirere, dicimus aſſumptum
uerū eſſe, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nō
parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem ſui [In li. de di- ctis, & fa- ctis Socr.]
ipſius exemplo probat, natura infirmiſsimos, ſi exerceantur, fortio-
res euadere, quam naturali fortitudine praeditos, ſed inexercitatos,
& poſt Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge
B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxiſſe, & qua
ſi nouum corporis, ac meliorem habitum regeneraſſe ſcribit: atta-
men conſequens falſum eſſe confitemur, neque enim ſequitur, im-
becillimi exercendi ſunt, ergo omnes alij; ſi quidem calidi & ſicci
immoderate, tametſi non ſint imbecilles, cauſsis antedictis exerci-
tationes non requirunt, quia uires non ſunt, quae exercitationem
inhibeant, ſed intemperies corporis, quae dum ab exercitationi-
bus augetur, eas prorſus noxias eſſe indicat. Concluditur ergo, om- [2. de tu ua.]
nes homines exercitationes proprie dictas minime deſiderare, atq.
illos, qui hoc aſſeuerarunt, toto caelo aberraſſe; quamuis exercita-
tionem communiter acceptam, prout quaſlibet uel minimas cor-
poris agitationes complectitur, nemini ſano negari poſſe fateamur,
quando nihil ſanitati tam hominum, quam brutorum aeque per-
C nicioſum, & letale inuenitur, atq. cuiuſlibet motus ceſſatio, conſu-
matumue otium, quibus non tantum uniuerſus corporis habitus
inſigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates ſu-
peruacuae creſcunt, moleſtusque quidam omnium uirium tor-
por connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta mem- [lib. de cib. bo. & ma. ſucci.]
bra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & ſubinde non raro
exitiales morbi naſcuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque [lib. de cau. morborū. li. 2. de fra.]
originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis
offenſionem perducunt.

D

Redarguuntur, qui aſſuetos ſolum exerceri uolebant. *Cap.* *IIII.*

RESTAT falſa eorum opinio condemnanda, qui aſſuetos ſolum exerceri debere, inaſſuetos minime exercendos eſſe iudicabant. quorum ſententia tametſi ſpeciem ueritatis quandã praeſeferat, ceteriſq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorſus errore uacat, dum aſſuetudini nimium tribuere, quaſiq. ſupra naturae condiciones illam ſtatuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuſte refellere credamus, & rationes, quibus adducti in eam ſententiam iuerunt, & errata, quae commiſerunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici poſsit. Iſti itaq. cum legiſſent apud medicorum 2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui conſueti ſunt ſolitos labores ferre, E etſi fuerint imbecilles, & ſenes non conſuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore conſueta ſunt, etſi deteriora ſint, inaſſuetis minus incommodare, aſſeueranter pronuntiarunt, neminem inaſſuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi; ſed dumtaxat aſſuetos, nempe quos partes exercitatas robuſtiores habere, & propterea laboribus ſine damno reſiſtere experientia demonſtrat. addebant his rationes, primo quos omnes illi, qui cuilibet rei inſueſcũt, magna ex parte naturae ſuae conuenientem conſuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus aſſueti in illis tamquam ſibi familiaribus conſeruari debent: qui uero quieſcendi conſuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto ſunt remouendi, quaſi tales exper F ti ſint ab exercitationibus ſe ipſos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philoſophorum, & medicorum placita conſuetudo in naturam tranſit, & iccirco non ſecus conſuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduerſus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod ſi conſueti quieſcere longo tempore ſani ita uixerunt, uerisſimile ſit, in eadem quiete reliquum uitae curſum ipſos ſanos peracturos; ex aduerſo uerendum eſſe, ne ijdem aegritudines diuerſas incurrant; ſiquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipſi conſequentia in contrarium ſtatum permutari, neceſſarium uidetur. Huiuſcemodi ergo rationibus inducti, iſti conſtanter affirmarunt, conſuetudinem non debere mutari, & ideo ſolitos exerceri exercendos eſſe, & ſolitos quieſcere in quiete permanere debe-

re.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam ſententiam ſecuti ſint, attamen neque ipſi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omni- 2. Aph. 56. bus ad inaſſueta tranſeundum eſſe iudicauit, ne quando ad illa deſcendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum eſt, quando illa, quae conſueta ſunt, nimis pernicioſa exſiſtunt, qualis eſt conſumata ab exercitationibus ceſſatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo ſenſu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, aſſentiri cogimur, aſſueta inſolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad inſolita quandoq. tranſeundum ſit, & praeſertim cum aſſueta ualde praua ſunt, & inaſſueta multo meliora. Primae itaque rationi reſpondemus, aſſumptum falſum eſſe uniuerſaliter intellectum, quoniam ſicuti multi conſuetudinem naturae eorum cõuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti ſtudijs, uel prae nimia ſtupiditate ſeſe laedi non ſentientes, in malis conſuetudinibus, & naturae ipſorum inimicis perſiſtunt; quemadmodum faciunt quieſcendo & aſſueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non ſentientes offenſionem ei aſſueuerunt; non autem quod eam tamquam ſibiipſis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad ſecundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & conſuetudinem parum differre; haud tamen ſequi ex hoc, quod numquam conſuetudo mutari debeat: quandoquidem ſi medici naturas prauas, ideſt naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut ſanitatem, & habitum bonũ corpori ingenerent, cur item peſsimae conſuetudines ab illis in ho- C neſtiores, & ſalubriores permutari nequeant, ignoro; eo praeſertim quod facilius exſuuntur, quae conſuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi conſuetudo pernicioſa eſt, quia (ut dicebat Celſus) poteſt Lib. 1. Cap. 3. incidere laboris neceſsitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis conſuetudinibus perſiſtunt, tametſi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inaſſueta deteriora non turbare, ſed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in ſimilibus conſuetudinibus uitam ſanam traduxerint: quoniam ſicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali ſucci uicti- 2. de alim. tant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occaſione peſsimos morbos incurrunt, ſimiliter quoque in peſsimis conſuetudinibus perſeuerantes ſaepenumero

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non per- D
cipiunt, quouſque humores praui otio nutriti & ſupra modum au-
cti incurabiles, & moleſtiſsimas aegritudines inducunt. Quamob-
rem elaborandum eſt uniuerſis ſanam uitam optantibus, ut malae
conſuetudini innutriti minime ſe uoluptate, atque damni ignoran
tia decipi ſinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim ta-
men, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς ſtudeant, illud pro
comperto habentes potius cum aliqua moleſtia permutandas eſſe
pernicioſas conſuetudines, quam in illis cum delectatione perſi-
ſtendum. Atque haec pro male de exercitationibus ſentientium
refutatione dicta ſufficiant. Tempus modo eſt, quae corpora exer-
citationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demon-
ſtrare: ſed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut ſupra pro-
miſimus, ipſiusq. tractationis ordo expoſtulat, exercitationum bre- E
uiter percurremus.

De exercitationum differentijs. *Cap. V.*

QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem
ſpeculari, & ſcriptis tradere agreſsi fuerunt, tres prima-
rias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρα-
σκευαστικὸν γυμνάσιον ſiue praeuiam exercitationem, al
teram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam ſimpliciter exercitationem nun-
3.de tu.va. ca 2.11.12. cuparunt. Praeuia ſiue praeparatoria exercitatio ſecundum Galeni
interpretationem erat motus quidam in menſura intra modum, in
qualitate ipſa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis mo-
tu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus ſimilibusq. alijs per- F
agebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendam-
ue laxitatem, ut plurimum poſt uenerem utebantur, quamuis
etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes,
3.de tu.ua. cap. 8. quod proprium athletarum fuiſſe ſcribit Galenus, ne ab immodi-
2.de tu.ua. cap. 3. ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium
abſque medio ſubitus fieret tranſitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercita-
3.de tu.ua. cap. 12. tio alia ut pars exercitationis, alia ut ſpecies a Galeno ponitur, atq.
utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra
ualentiorem nixum ſubinde quietem interponens, modo frictio-
nibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuſcemodi motibus factus,
qui tum emolliendis exſiccatis a nimio labore corporibus, tum la-
2.de tu.ua. cap. 12. xandis meatibus poſt grauiores exercitationes, poſt uigilias, poſt
maerores inſeruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema
exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere ſemper poſt
magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico tranſgre-
derentur, ipſam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequen-
tem interpoſitam quietem medium inter exercitationem ualidam,
& conſummatam quietem teneret. Porro exercitatio ſimplex apud 2. de tu.ua. cap.8.
medicos gymnaſtas multas differentias habuiſſe legitur, alias ab ex-
trinſecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipſius tum quan-
titate, tum qualitatibus deſumptas: quae ab extrinſecis accipieban-
tur, plerumque a loco nomen ſortiebantur, quando uel ſub dio,
uel ſub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uo-
cant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat ca-
lens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane ſic-
cus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab
B utendi rationibus acceptae huiuſcemodi exſtiterunt, quoniam aut
continuus erat motus, aut intermiſſus, etſi continuus, aequalis, uel
inaequalis; ſin intermiſſus, aut certo ordine, aut citra ordinem, prae
terea uel ſine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias mul-
to, alias modico; ſimiliter agebatur uel ſine oleo, uel cum oleo, at-
que ipſo alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipſius motus
quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales ſunt, quod
exercitationes uel multo tempore durabant, & multae diceban-
tur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocaban-
tur. Differentiae a motus quantitatibus deſumptae illae quoque
fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam ſi uis magna erat,
magna exercitatio; ſin parua, parua; ſin mediocris, mediocris ap-
pellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- 2.de tu.ua. cap. 8. & cap. 10.
C uenio, quod aut in breui tempore multum ſpatij metiebatur exer-
citatione, ſiue breue ſpatium ſaepius in modico tempore tereba-
tur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur,
qualis curſus, umbratilis pugna, achrochiriſmus, luſus paruae pilae,
& coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaeſtris actitaban-
tur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui ſpa-
tio inſumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nomina-
batur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tem-
pore mediocre ſpatium, ſiue breue pluries mouendo peragebatur,
ſicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia
praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμ-
νάσιον ideſt uehemens, robuſtaq. exercitatio dicebatur, ut celeri-
ter fodere, diſcum mittere, ſine intermiſsione ſaltare, graue telum
iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-
ra

ra celeriter agitari; alia ſine uelocitate fiebat, & ἔυτονον γυμνάσιον, D
ideſt ualens exercitatio uocabatur, ſicut fodere, per accliuia ambu-
lare, quattuor equos habenis ſimul coercere, funem manibus appre
henſam ſcandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod
enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna di
cõ.1.aph.6 ceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus ſexto popularium
morborum ſcripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes
& equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum
aliquali uelocitate fiebat, & remiſſa ſiue ἔκλυτος uocabatur, alia ſi-
ne ulla celeritate, & ἀμυδρὸς ſiue languida aut imbecillis diceba-
tur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in ſellis, lecti-
cis, nauibus piſcatorijs, & ſimiles geſtationes: alia neque uehemens,
ualens, remiſſa, languida, ſed harum omnium media erat, mediaq.
& mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & mo- E
deratae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuiſſe exercita-
tionum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & ſim-
plicem; ſimplicium alia ſub dio agebatur, alia ſub tecto, alia in mi-
xta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia
in ſicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, aſsidua-
que & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermiſſa, & uel inordina-
ta, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut ſine pulue
re, aut cum oleo modico, uel multo, aut ſine oleo, aut multa, aut
minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & len-
ta, aut mediocris, aut magna, & ſiue uehemens, robuſtaque, ſiue
ualens, aut parua, & uel remiſſa, uel languida, & imbecillis, aut
media. Superſunt modo dubitationes duae ſoluendae ex dictis no-
ſtris ſubortae, prima eſt, quod exercitationum differentias partien- F
tes aliam uehementem, aliam remiſſam, & paruam effecimus, cum
2. d tu. ua. tamen Galenus apertiſsime ſcriptum reliquerit, non omnem mo-
cap.2. & 1. tum eſſe exercitationem, ſed uehementiorem. Secunda eſt, quod
aph. cõ.16. inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem
Galenus non exercitationem ſimpliciter, ſed exercitationem ſi-
mul & opus eſſe iudicauit. Primae dubitationi facile reſpondetur,
exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias
fuiſſe partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem eſ-
ſe definiuiſſe, ſed potius exercitationem proprie uocatam; & pro-
pterea nullo modo ſententia noſtra illius ſententiae repugnare ui-
detur. ſed ſi quis adhuc a nobis ſciſcitaretur, numquid exercitatio
propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuſ-
cemodi, huic ita ſatisfactum iri uolumus, exercitationẽ propriam,
quam-

A quamquam ex ſe uehemens motus ſemper exſiſtat, nihilominus al-
teram alteri, atque etiam ſibi comparatam, modo paruam, modo
magnam, modo debilem, modo robuſtam nuncupari. Nam luſus
pilae magnae, & lucta ſunt proprie exercitationes, quae ſi alias re-
miſsius, alias intenſius ab eodem agantur, nunc magnae & inten-
ſae, nunc paruae & remiſſae uocabuntur: pariter hae eaedem ex-
ercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes
erunt, ſi laborioſe fiant, at in robuſto athleta reſpectu habito par-
uae & remiſſae apparebunt. Pro ſecundae dubitationis ſolutione
dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus do-
nari, & proinde eaſdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios cha
racteres, uariaq. nomina obtinere: ſi enim temperaturas corporum
humanorum gratia tantum ſciendi quis contempletur, ſciens &
B philoſophus naturalis uocabitur; ſin gratia eas uel conſeruandi, uel
corrigendi ſpeculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus.
Idem plane dicendum eſt de foſsione, cuius finis ſi ſit terrae cultu-
ra, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipſa uocanda
erit; ſed ſi finis dumtaxat exſiſtat, corpora ad ualetudinem exerce-
re, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus,
quando inter exercitationes alias fodere recenſuimus. & quod de
foſsione diximus, idem quoque de ſimilibus, quae opera uidentur,
intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex
mola tundere ſolebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμ-
νασίῳ χρώμενος. Quin noſter Galenus de ſeipſo refert aliquando 2. de tu. ua
hieme in agro deprehenſum eſſe, dum ligna finderet, hordeumq. cap. 8.
in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor-
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agreſtes agere ſolent.
Hoc idem Martialis poeta factitare ſe ſolitum fuiſſe, hiſce carmi- Lib 4.
nibus inſinuat.

Rure morans quid agam, reſpondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos poſt, arua reuiſo,
Partibus atq. meis iuſtos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, muſamq. laceſſo,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaeſtra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quieſco,
Dum paruus lychnus modicum conſumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, &
ob id non ignoranter foſsionem a nobis atque etiam a Galeno,
&

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transeamus.

De corporum morborum & ſanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduerſus male de exercitationibus opinantes diſputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes eſſe, demonſtrauimus: aequum eſt iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera eſſe traduntur, aegra, neutra, & ſana; quorum tametſi multae factae ſint ſpecies, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, ſolum has tres corporum ſpecies accipiemus; ea ſcilicet quae praeſenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaeſas habent, licet E alioqui nec perfecte ſana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma ſunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes ſenſibiliter offenſas habent, ut nullo modo opera ſanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media poſita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorſus aegra, nec omnino ſana noſtris ſenſibus apparent. His itaque ſic conſtitutis tertium aliud animaduerſione dignum ſuccedit, quod tria quoque exſtant morborum genera, primum in intemperie poſitum, ſecundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis ſolutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (ſub nomine corporis intelligo & humores, & ſpiritus, & membra ſolida) ſiue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exſiccatur, uel ſimul frigefit, & exſiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exſiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias ſimplicem, alias cum humorum affluxu nuncupaſſe reperiuntur, ſub appellatione ſimplicis eam intelligentes, quae ſuapte natura citra alterius affectionis ſocietatem corpus interturbat; ſub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud inſinuantes, niſi intemperiem, quae & ex ſe, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & ſanitatis ſtatum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotieſcumq. corpus, ſeu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iuſto numero, aut conueniente ſitu. Morbus in ſolutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, ſeu aliquod corporis

A poris membrum a natura unum factum diuiſionem patitur, ſiue talis diuiſio intrinſecus, ſiue extrinſecus proficiſcatur. Tot itidem modis ſanitas morbo contraria conſtat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, eſſentiam atque conſiſtentiam propriam obtineat. Nam de ſingulis iſtis τύπῳ ac in uniuerſum ſermonem habuiſſe ſufficit, cum illi, qui haec lecturi ſunt, ſi magis exquiſitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perſcrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs ſtudentes extra propoſitos limites nimis diuagari non poſſumus: ſed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B

DVBITATVM fuit antiquiſsimis uſque temporibus, an, ſicuti corpora ſana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conſeruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum moleſtias, quam ad recuperandam ſanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere aſſeuerarũt, primus exſtitit Petronas, deinde Prodicus ſiue Herodicus, qui curſibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate 6.Epid. in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus poſterioribus ſaeculis Aſclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, C quam ad ſanitatem ſpectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantiſſime ſcripſit Celſus) cubantis quoque luxuriae ſubſcribebat: ut non ſine magna ratione Plinius deinde Aſclepiadem iucundum curandi modum calluiſſe praedicauerit. Qui praeter hos ſimili ſententiae haerere maluerunt, Aeſculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: ideſt, quod aegrotos ſuauiter exerceret, quando prius ἤπιως uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum eſſe, ſed cunctos in quiete contineri debere, aſſeruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non ſimpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoſcumque quouis motus genere exercitari, ſed & in aegris ipſis, & in exercitationibus eligendis magnam diſtinctionem, & curam habendam eſſe iuſſerunt; ut quod morboſum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. ſuſtineat, optime pernoſcatur. Quocirca ſecun
dum iſtos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remiſſiſue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum ſuſci-
5. de tu. ua. cap. 11. pit, quemadmodum Galen. de Primigene ſumma caliditate labo-
rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im-
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere laedebatur. unde merito condemnandus eſt Aſclepia-
Li. 2. c. 14. des Pruſienſis, qui in ardentibus febribus referente Celſo geſtatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, ſiti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes inſtar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, geſtationibus, balneis, lectuliſq. penſilibus exercebat. In his E
etenim Galeni & Antylli ſententia exſtat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio tranſmitten-
In prohe. lib. chron. paſſ. dos, ut refert Coelius Aurelianus, falſo crediderunt) ubi acceſsio
urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
ſemper conferre, immo aliquando utiles eſſe motiones, exercitatio-
nesque; quod innuiſſe Hippocratem arbitror, dum in ſeptimo epi-
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi ſunt. quod item innuere uoluit Ariſtote-
Cap. 16. les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi ſcripſit febrici-
tantibus in uniuerſum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac inſi
gniter exſiccatum habent, ſi exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim poſside-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire ſcribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
Loc citat. re Galeno quamlibet motus ſed uehementioris tantum ceſſationē,
ſicuti nos hic de ſiccis corporibus intelligimus, quae geſtationibus,
& uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri poſſunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae ſint; alio-
qui ſicut ex moderato motu calor exſurgit, excitaturq., nec non hu-
mores paulatim euaneſcunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
ſtinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & ſicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo ſubijciantur, maioriq. cura opus habeant, Frigida porro ſimulq.
ſicca

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde re-
miſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affli
ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offen-
duntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida
aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex
ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo ta-
men non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intel-
ligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus imtempe
ratum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue,
aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſsit modus, quo
partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio
huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſa-
narum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nul
lum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exer-
citatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae,
& ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exer-
citationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus una-
quaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particu
lares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus.
De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia
determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nu-
per & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam
corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem
aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſo-
cientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &
C cōtorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa
eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa ape-
rire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercita-
tiones tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corpo-
ris molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitatio-
nes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos
detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Lib. de ſal. diaeta.
Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque po
dicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſcu- In 6. epid. cō. 3. Aphoriſ. 2.
lapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenua-
ta, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum Galen. de dſijs morborū. c. 9.
reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes in-
ſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur: ſic-
que macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem
acqui-

acquirant: ita ſane ſe multos & toto corpore, & cruribus extenuatos curaſſe, gloriatur Galenus, ſicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora ſubinde, a morbo in numero correpta, ſiue is ſuperfluus, ſiue mancus ſit, exercitationes ex ſe minime recuſant, & tunc praeſertim quando ſimilis morbus haud eſt innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concuſſioneque ab anguſtis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipſam ueſicam deſcendentes magnas aegrotis moleſtias adimunt. Corpora uero aegritudine in ſitu laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque ſitum amiſerunt, non modo reponenda ſunt in propria ſede, uerumetiam poſtquam repoſita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata priſtinum habitum repararint, alioqui ſi mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de ſecundo morborum genere mala formatione ſcilicet laborantibus corporibus dicta ſufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet ſolutione correpta, quae ſolutio uel in cute, uel in carne, uel in oſsibus, uel in neruis ac huiuſce generis ſimilibus contingere ſolet, atque modo ſola, modo febribus aſſociata; ubi corpus aliquam ex his ſolutionem febri aſſociatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, ſi raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod ſi citra febrem ſola continui ſolutio adſit, eaq. ſit in parte nobili, atque uitae maxime neceſſaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac ſimilibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & ſpiritus parti affectae neceſſarios ualde diſtrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos eſſe conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudeſceret. Alia membra ignobiliora ſi patiatur continuitatis diuiſionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec inſignis ſit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales ſcabioſi, quorum cutis cum ab humoribus ſalſis & acutis diſcindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per ſudorem, quam per occultam tranſpirationem euacuentur, atque ipſis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduerſione in his omnibus opus eſt, quo optime cognoſcatur in qui-

bus

In. 6. epid. com. 5.

Secũdo de tempe. 3. & 2. d tu. ua.

D E F

A bus morboſis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita ſemper prae oculis uniuerſali hac ratione, cuius ductu rariſsime contingunt errata, poſſuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna ſuccedant.

De corporibus ualetudinarijs, & ſenilibus exercendis. Cap. IIX.

QVAMVIS apud medicos (ut ſupra diximus) inter corpora aegra atque ſana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad noſtram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria ſtatuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes illos,
B qui recenter a morbis, ac decubitu euaſerunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum ſenes pleroſque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec abſque ratione, ſiquidem ſenectus, auctore Ariſtotele, eſt quidam naturalis morbus. unde, qui ſunt aetate graues, eam uiuendi rationem ſuſtinere nequeunt, quam ſani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaſerunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipſis accommodata praecipua eſt corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus reſtituitur. Eſt tamen omne ſtudium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remiſsi motus exſiſtant, deinceps, prout uires magis inualeſcunt, ſimiliter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum ſemper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum tranſitum maiora errata committantur, & pro uirium reſtitutione imbecillitas maior, ſiue proſtratio ſuccedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morboſa corpora quotidie exercenda eſſe uſque ad ſudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere conſuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abeſt, ut ualetudinarijs, ſiue morboſis (quemadmodum ipſe uocat) ullum effatu dignum beneficium praeſtet, ut potius uires adhuc debiles magis conſternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiſcentem fere exſtinguat, aut ſaltem inſigniter hebetet; ſiquidem bonus eſt in conualeſcentibus, ſed exiguus (ut ſcribit Galenus) ſanguis, atque una cum ipſo ſpiritus uitalis, & animalis; ipſae uero particulae ſolidae ſiccio-

5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult.

5. d gener. aial. ca. 4.

6. collec. cap. 6.

In arte medic. ca. ult.

res, & conſequenter eorum uires ſunt imbecilliores, atque earun- D
dem ratione corpus uniuerſum frigidius. unde ad emendandam
huiuſcemodi indiſpoſitionem neceſſaria ſunt quaecumque pro-
bum atque ſecurum exhibent alimentum; & praeter haec mode-
rati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes
motus, qui ſicuti ſolidas partes areſactas ſicciores reddunt, ita calo-
rem diminuunt, & uires imbecillas conſumunt. Ceterum ſenes,
quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum co-
piam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad ex-
purganda huiuſcemodi recrementa, tum etiam ad conſeruandam
atq. placidi cuiuſdam uenti inſtar excitandum, accendendumue ca
lorem, qui ſecus nimio torpore exſtingui periclitaretur. Attamen
in praeſcribendis ſenum exercitationibus quatuor animaduerti de-
bent, uires, corporis affectus, conſuetudo, & uitia particularia, E
quae plerumq. ſenum corpora infeſtare ſolent. ratione uirium,
quas ſenes ſemper imbecilliores habent, acutas exercitationes, ue-
hementes, & multas quae corpus ſiccant, extenuat, & infirmant,
maximopere cauere debent, ſequi uero mitiores, quales ſunt geſta-
tio, ac intra laſsitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi-
1.Rhe.c 5. nis ſtudioſiſsimus exſtitit, & ob id (Ariſtotele auctore) ea omnia,
quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recuſauit, iam ingraueſcen-
te aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia
ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis menſura
haudquaquam omnibus ſenibus accommodari poſſet, cum Plato
ipſe eum & ſibi, & alijs nimio exercendi ſtudio moleſtiam pepe-
riſſe dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus pluſquam octo
ginta, quotidie fere, ut ſcribit Galenus, domo ad forum ſtadiorum F
trium ſpatio, atque interim ad uiſendos aegrotos pedibus ambula-
re ſolebat. quod ſi ei longius ire neceſſe erat, ſella, aut uehiculo ute
batur. Ad haec narrat Plinius ſecundus, Spurinam uirum in uiuen-
do maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore inte-
gro, nec non agili ac uiuido corpore, ſeptuageſimum ſeptimum an
num attigit, hanc regulam conſtantiſsime ſeruaſſe, ut mane lectu-
lo contineretur, hora ſecunda indueretur, ambularetq. millia paſ-
ſuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde conſideret, tum
uehiculum adſcenderet, peractisq. ita ſeptem millibus paſſuum ite-
rum ambularet mille, iterum reſideret, uel ſe cubiculo, aut ſtylo
redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona,
aeſtate octaua, in Sole, ſi caruiſſet uento, ambularet nudus, deinde
pila moueretur, uehemẽter, & diu poſt modum lotus accumberet,
&

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercita-
tiones ſenum in hunc modum determinari debent, quoniam cor-
pus optimi ſtatus, ſicut in iuuentute ad uehementiſsimos quoſque
labores idoneum maxime eſt, ita in ſenecta ſe habet ad omnes me-
diocres, qui uero ſenes aut craſsis ſunt cruribus, aut lato pectore,
aut cruribus, ultra quod par eſt, gracilibus, aut quorum corpus exi-
guo eſt thorace, aut admodum anguſto, aut ualgum eſt, uarumue,
aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes ex-
ercitationes ineptum redditur, quae uitioſa membra magis offen-
dere, quam iuuare poſſunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio
crura, & ſimiliter. Iam uero conſuetudo maximam ſibi uindicat
partem ad exercitationis ſpeciem deligendam, quando Hippocra-
tes dixit, eos, qui ſoliti ſunt labores ferre, etſi fuerint imbecilles, uel
B ſenes, non conſuetis, fortibus, atque iuuenibus ſolitos facilius fer-
re. nam ſicuti conſueta minime laſſant, quos exercent, immo etiam
delectant, pariter inſueta tum moleſtiam adferunt, tum laxant. Se-
nes igitur omnes conſuetis laboribus exercitari debent, ſed tamen
uehementia eorum remiſſa, quia, ſi corpora ſenilia uigorem, calo-
rem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis re-
ſpectu exercitationes quoque minores requirere, rationi conſen-
taneum eſt. Vltimo uitia corporum ſenilium propria exercitatio-
num ipſis nequaquam conuenientium genus demonſtrabunt.
quae enim ex leui cauſſa, a uertigine, comitiali morbo, graui
ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput
offendentes euitare neceſſe eſt: ſimiliter & in omnibus alijs affecti-
bus, non ſolum ſenes, uerum & cuiuſq. aetatis homines ita ſe ge-
C rere debent, ut ijs exercitationibus ſedulo abſtineant, quae patien-
tes partes magis exercere & perturbare natae ſunt. Sic itaq. de uale-
tudinarijs, ac ſenilibus corporibus exercendis ſtatuendum erit.

De corporibus ſanis exercendis. Cap. IX.

QVICVMQVE corporis exercitationes ſanitati inutiles
minime reputarunt, in ſanis eas prae ceteris commen-
dandas eſſe dixerunt, tamquam neceſſarium prope ex-
ſiſtat, ſi exercitationes ad bonum habitum comparan-
dum, atque ualetudinem conſeruandam non ignobile auxilium
praeſtant, ut in ſanis maxime adiumentum oſtendere poſsint.
Hoc tamen uerum eſt, antiquos medicos multas ſanorum corpo-
rum differentias effeciſſe, inter quas primum locum obtinet cor-
O ij pus

D pus illud perfecta ſanitate praeditum, quod menſura, & regula ceteris poſitum fuit, potiusq. mente deſignari, quam in ulla regione re ipſa inueniri poteſt: (2. de tu. ua. cap. 7.) etſi Galenus multa corpora temperata in ſua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exſiſtente ſermonem non ſum habiturus, ſed de illis tantum agam, quae ita praeſente ſanitate fruuntur, ut ualeant ſine ulla moleſtia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex ſenſilium rerum exſiſtat, quae ſenſui ſeſe produnt, & non quae ſola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora ſana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, neceſſario multa excrementa generant, quae niſi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas diſpoſitiones ingenerant: unde prudenter (6. aph. 28.) E ſcripſit Galenus, hominem, ſi utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a ſuperfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in ſanis quoque plurima conſideratione digna ſeſe offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum ſciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam eſſe debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes foſſorum, & meſſorum nemini fere eorum conueniunt, qui proſpera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robuſtis commẽdantur, qualis lucta, diſcus, pila, & huiuſcemodi, eo magis ſi conſueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, conſuetudini, aetati, habitui uniuerſali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. F De conſuetudine ſaepius diximus etiam in omnibus obſeruari debere, ſiquidem quae conſuetae ſunt exercitationes, licet ſint aut nimis uehementes, aut nimis remiſſae, in aſſuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at ſi quis uel minus, uel plus quam conſueuit interdum exerceatur, protinus moleſtia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione (lib. de cauſ ſis mor. c. 2. 1. de dſijs feb. c. 2.) contingere, ſcripſerit Galenus dum exercitationes conſuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & ſenes remiſsiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poſcere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro ſua quiſque aetate ſufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes tranſſcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, ſiue Polybus in primo de morbis) ſi plus conſueto labo-

rent,

A rent, conuulſionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. ſtatim, & magis, quam ſenes tentantur; quod corpus robuſtum, & ſiccum habent, carnem denſam, ualidam, oſsibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur. quae omnia minus ſenibus inſunt, & propterea illi rarius huiuſcemodi malis capiuntur. De uniuerſali autem corporis habitu ſic determinandum cenſeo, quod pingues, & obeſi, quanto magis exerceantur, tanto proſperiore ſanitate utuntur, quando dicebat Ariſtoteles, a motu pinguedinem eliquari; (3. de partibus animalium ca. 9.) quod ſi etiam exercitationes ſint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere eſſe uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, (14. Meth. cap. 15.) quae ad extenuandum uirum illum obeſum quadraginta annos natum adminiſtrauit, ſe curſum uelocem adhibuiſ B ſe teſtatur. Contra Graciles in conſummata fere quiete detineri poſtulãt, (lib. de ſal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.) quia ſicuti corpulenti, & craſsi cõtrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipſorum ſalute expoſcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; ſicq. aliqui ſunt, quibus exercitatio prodeſſe iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remiſſa opus habent. unde ſapientiſsimus Hippocrates ſumma ratione (de ſal. diaeta. aph. 10.) iuſsit, ut graciles iter facturi lentis paſsibus incedant, quos item Mãgones & Medici craſſefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel ἔυσαρκοι, ſiue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exſiſtunt, ſi mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem inſignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conſeruetur, ſuperfluitatesq. quotidianae exhauriantur. C De particulari membrorum habitu idem dicendum, craſſas ſcilicet partes magis exercendas, tenues minus, niſi earum tenuitas ex nutrimenti diſtributione impedita, uel defectu proficiſcatur: quo in caſu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Pſilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonſorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirſutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & graſſas exercendae ſunt. In ratione uiuendi hoc inſuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, (2. aph.) iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non eſt; qui item uigilant, ab

exercitationibus arcendi, ne magis exſiccentur, neue moleſtiae mo- D
leſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
1. de tu. ua. dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis perſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitq. interiora, ut adacto cultello non aeque effluere
5. de hiſto. aīaliū. c.19 re ualeat, quemadmodum ſcribit Aristoteles, & ob id ſomnolenti omnes decolorati euadunt, unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, E
quo perſpirationibus aditus pateſiat, ſanguiſue ad exteriora ſeruanda atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae mentis dubitarit. Calidi quoq. & praeſertim acri, ac mordaci calore praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. 6. epid. cō. 4. aph. 15. 6. partic. Prob. 1. incaleſcant, ipſiſque, ut ſcribit Galenus, ſolae in neceſſarijs actionibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quaerens, cur alij ſedendo pingueſiant, alij macreſcant, ideo euenire dicit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non; & qui calidi ſunt, pingueſiunt ſedendo, cum eorum calor ſine motu cibi concoctioni ſufficiat, ſimiliter & non excrementoſi. Qui F
uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
6. Epid. ſect. 4. ſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit, quando dixit: Ἐν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uidelicet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuendum eſſe, & laborem & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
5. partic. prob. 9. tum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuuamen percipiant, nō immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles ſcri-

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exercentur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſsident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cōſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. 4. de gen. aīaliū. c.6.
Quaecunque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*

TANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plātarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

 ſcuntur,

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. D Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & E orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore ferueſcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec pernicioſis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas perſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſſime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. F Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in transtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſſimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc eſt,

2. de tu. ua. cap. 7.

A eſt, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus deſtinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, ſicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipſius nomine inſcripto ex ſententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris ſit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hiſce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους· φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, ideſt, Meo autem & tuo obediens ſodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem laſſitudinem parere, quam illas quae in curſibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum ſupra promiſerimus, nos plura dicturos, iam occaſio pollicita ſeruandi opportuna ſeſe offert, eo magis quod Marſilius Ficinus, uir alioqui doctiſſimus, B dum Phaedri ſententiam eſſe credidit, ut faciliores ſint ambulationes, quam curſus, duplicem errorem turpiter commiſit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut ſine neceſſitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde tranſtulit, ac ſi textus habuiſſet τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem ſe adſcripſiſſe non animaduertit: quis quaeſo adeo inſulſus, & ignarus eſt, quin cognoſcat ambulare facilius eſſe, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, ſententiam illam interpretatus eſt, cum Phaedrum fecerit dicentem ſalubriores eſſe ambulationes in uijs, quam in curſibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum ſit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati ſunt, δρόμους ſiue curſus apud ueteres Graecos fuiſſe C in urbibus uias planas, ſed ob lapides ſtratos aſperiuſculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Curſus nuncupantur. cui ſententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiuſdam facit, qui prope curſum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, ideſt, quidam prope curſum habitans nocte ſanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero ſiue uias dixerunt fuiſſe quaſcũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus ſtratas, ſed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel caſu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in curſibus probaſſe: quoniam ſicuti ſecundum Celſum, & ipſo antiquiorem Ariſtotelem fortaſſe Acumenum in hoc ſecutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. ideſt

lib. de dic. fac. Socrati.

lib. 1. ca. 2.
5. partic. Prob. 1. 37.

eſt ambulationum illae minus delaſſant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia ſemper ijſdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis diſtribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in curſibus nimirum aequalibus exſiſtentibus faciliores eadem ratione exſiſtunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exſtitiſſe loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, ſimilia ijs, quae in palaeſtra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clariſsimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id eſt, in ambulacris Academi Dei umbroſis. uias uero exſtitiſſe illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte ſenſiſſe, dum ambulationes in uijs minus, quam in curſibus defatigare cenſuit; quandoquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes ſaepe ac ſaepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quieſcentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus iſtis euenire perſpicuum eſt. Hos poſtremos melius ceteris ſenſiſſe, ſemper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior ſit, quam in curſibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē, qui non in locis breuibus & occluſis, ſed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod curſum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisſimilius eſt, quando & in principio Theaeteti ſimili uoce in eadem prorſus ſignificatione uti uidetur ſub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινὲς οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id eſt, nuper enim & ipſe, & iſti eius ſodales in exteriori curſu uncti ſunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuiſſe uidetur Antyllus apud Oribaſium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis conſiderandum, qui ob ſanitatem conſeruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, eſt, ut omne ſtudium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata ſpongiae inſtar quiduis recipientia labefactet: talia namque ſolent eſſe loca prope paludes, ſtagna, ſpecus, lacus, ſyros, atque huiuſmodi, quae ſedula, & ingenti cura ſemper cuitare oportet. Eadem ratione

D — E — F

5. partic. Prob. 1.

A tione & loca ſecundum mare ad meridiem aut occidentem ſpectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aeſtatem ſole exoriente caleſcit, meridie ardet, unde exercitari ſine magno incommodo nemo ibi poteſt. Quod ſi ſuperbisſimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut ſupra retulimus, erectae, ſi amplisſima illa gymnaſia ad hoc a maioribus noſtris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri poſſet, qui omnibus fere exercitationum generibus magis ſufficeret: ſed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquiſq. locum ſecundum condiciones iam explicatas eligat, illud ſemper mente reuoluens, tametſi multae ſint exercitationes, quae loca anguſta, & occluſa expoſcere uidentur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, ſi non omnes qualitates, aliquas ſaltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium propoſuimus, habeant. Quamobrem ſcitisſime conſuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi ſunt homines, hieme calida, aeſtate frigida, uel ſemper temperata eligatur; ſin minus, procuretur, ne ipſo praeſertim die calidior, frigidiorue ſit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus eſſe uidetur Aetius Amidenus, ubi geſtationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in ſalubri loco, & puro aere fieri debere ſcripſit. Aliae ſimiliter poſſent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas ſitus, planities, & huiuſmodi: ſed, quia partim explicatae fuerunt, partim ſuperuacaneae ſunt, plurimae ſub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, C cogi interdum homines ſeſe in loco a ſole percuſſo exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam ſedeant, uel quieſcant, ſiquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ſe exercentes ſub ſole magis uri dum ſedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu ſunt aerem agitant, quaſique ſpiritu uentilantur; cum uero ſedent, quia aer immotus permanet, uim ſolis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.

De tempore exercitationibus apto. Cap. XI. D

DVO ſunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, ſine quorum obſeruatione non modo res ad ſanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum eſt uniuerſale, ſub quo uer, aeſtas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod ſingulorum dierum horas ſeparatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium ſiue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, ſicut illa: nam tempus auſtrale, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut ſiccum, nubilum, ſerenum, lucidum, nebuloſum ſunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exer- E citandis corporibus in hunc modum breuiter ſtatuendum erit, uidelicet ſingulas illas temporum conſtitutiones euitandas eſſe, in quibus uehementiſsime uenti perſpirant, praeſertim quando peſsimi ſunt, ut auſtrales, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rareſacta, & infirmata ualde laeduntur. ſimiliter quoque fugienda ſunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis ſicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum ſuperari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Ariſtotele, pingue, a laboribus conſumptum, calorem, & teporem ſeruare non poteſt. amplius corpora motu perſpiratiora, & ſolutiora effecta, meatusq. per ſudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod ſeſe exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Ariſtoteles, currentes hieme, ma- F gis rigent ſtantibus, quod aer noſtra ambiens corpora, cum ſtamus, ubi ſemel concalefactus eſt, nullã amplius moleſtiam infert; cum autem currimus, alius atque alius ſubinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon ſiccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuerſum corpus immoderate reſoluit, altera magis, quam par ſit, humiditates exſiccat. Tempus item exercitationibus ſerenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obſcurum, craſſum; quando ſic aer deprauatus etiam abſque exercitatione apertos corporis meatus facile, ſubit, humoresque ſecum inuehens membris non ſine noxa affigit, & per conſequens grauiora non ſine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12.

A inceps grauat: quod in ſereno nuſquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, ſpiritusq. ſuapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perſpicuum eſt. id quod Hippocratem ſignificaſſe puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἁ κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres ſcilicet & ſpiritus temporis conſtitutionibus commutari. Porro de naturalibus tẽporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuerſale tempus, Ariſtoteles ex ſentẽtia omniũ ueterũ auctorum cenſuit potius exercenda eſſe humana corpora in aeſtate, quam in hieme, ſub nomine hiemis, ut Petrus Apponenſis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aeſtate calor naturalis languidus, ac debilis exſiſtens minus cibos, crudoſ- B que humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honeſtius, magisq. ſudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exſiſtente natiuo calore, & per conſequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa pauciſſima generantur, atque inde minus illa educi neceſſarium eſt, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne ſcilicet aer hieme madore oppletus corpora motu recluſa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetuſtiſsimus auctor Hippocrates, ſiue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut laſsitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, ceſſantes tamen priuſquam laſsitudinem, atque calorem ſentirent: Hippocratem deinde ſecutus Soranus Epheſius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aeſtate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum eſſe maluerunt, iudicantes aeſtate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere ſatis exſiccata, ſqualentiaq. reddita haud amplius per motum areſieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici ſequuntur, auctor bonus cenſuiſſe uidetur, quod ſicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri poſtulant, ſimili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in ſicco, ſicca in humido exercenda ſint: quaſi ſemper illud obſeruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33. & 42.

3. de dieta.

In Iſagoge medicinae cap. 5.

Lib. 1. c 53.

2. de tu. ua. cap 7.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praetermittendum cenſeo, quod Plinius iunior ſcribit de exercitatione aeſtatis tempore a ſe fieri ſolita, ubi a Fuſco interrogatus, quomodo diem aeſtate in Tuſcis diſpenſaret, in hunc modum reſpondit de exercitationibus: ubi hora quarta uel quinta, neque enim certum dimenſumq. tempus, ut dies ſuaſit in xyſtum me uel cryptoporticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adſcendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipſa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis cauſſa, quam ſtomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exerceor, lauor, & paullo poſt. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam ſi diu iacui, uel ambulaui, poſt ſomnum demum lectionemq. non uehiculo, ſed quod breuius, quod uelocius, equo geſtor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis deſcribendo Ariſtoteles aliquando motum eum (ut ipſi etiam imputat Plutarchus) qui poſt ſumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingeſtum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuerſum corporis ambitum retractus non ſolum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudoſq. & indigeſtos ſuccos intra uenas rapit. Igitur ſi Ariſtoteles hanc habuit ſententiam, in manifeſto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes denique probati medici uno ore pronunciarũt, ſemper exercitationem ante cibum eſſe faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. ideſt, quemadmodum enim ad ſanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus poſt cibum pernicioſiſsimus exſiſtit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. inſignis ſuccedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod ſuccos utiles in uniuerſum corpus, prout deſtinati ſunt, optime diſtribuit, excremẽtis faciliorẽ exitum praebet: quae alioqui ſi retineantur, obſtructiones, ac multos alios morbos retuſo natiuo calore progignere ſolent. Ex aduerſo ſi poſt cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuerſi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuerſalis ſuccorum coctio impeditur. id in omnibus euenire teſtatus eſt Teophraſtus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc in

D (margin, beside "cus contraria…")
E (margin, beside "ſomnum demum…")
F (margin, beside "ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν…")

lib. 9. epiſt. Epiſt. pen. ad Fuſcũ.

Plu. in lib. de tuẽ. ſan.

Loc. cit.

lib. de cib. bo. & ma. ſucci.

A in modum ſcripſit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi ſunt Eraſiſtratus, atque Diocles, qui falſis rationibus decepti ſanguinem excreantes phtiſicos, alioſq. plurimos ualetudinarios deambulationibus poſt cibum exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praeſertim quando mox dormiendum eſt, docet. quod etiam Ariſtotelem ſignificaſſe conſentaneum eſt, ubi ſcripſit ambulationem poſt cenam efficere, ne ad os uentriculi ſupernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obſeruanda eſſe iudico: primum eſt, ut nullus exercitationem moliatur, niſi prius excrementa per nares, os, aluum, & ueſicam expulerit, cum haud tutam eſſe exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Auicenna, & ad haec etiam heſternus cibus apprime concoctus ſit; quoniam ſi prius uel poſterius quis exercitationem, adeat, aut crudis humoribus, uarijſq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoſcetur autem cibum iam concoctum eſſe, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores ſunt, abſtinendum a motu demonſtrant, dum uero ex albidis flauiores euaſerunt, iam tempus exercendi adeſſe indicant. Secundum obſeruandum eſt, ne ſtomacho immodice uacuo ac plane eſuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingeſtus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a ſtomacho rabiente, & conſequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obſtructiones innumerae ſuboriantur, quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, C ideſt, ubi fames, laborandum non eſt. Tertium obſeruandum eſt, ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur, ſed modica interijciatur mora, quouſq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam ſedata appareat. id quod Spurinam ſenem in ſanitate conſeruanda diligentiſsimũ obſeruaſſe ſemper, auctor eſt Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Eraſiſtrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuiſſe, ſcribit; craſsi tamen qui tenuiores fieri ſtudent, excipiendi ſunt, quos Hippocrates ſiue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere conſuluit in libro de ſalubri diaeta. Ariſtoteles quoque hoc ideo non eſſe faciundum cenſuit, quoniam corpus ſtatim poſt exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quieſcit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare poteſt. ob quod minus etiam exercitati debent ſtatim frigida lauari, aut uinum, uel aquam frigidam

B (margin, beside "cenna, & ad haec…")

2. de ca. pl. cap 20. Coel. Aur. lib. 2. chro. c. 13. & 14.

2. de tu. ua. cap. 2. lib 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

2. Aph. 16. Auic. li. 1. fen. 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid. 3. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob. 18. & 30.

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus eſt, D
ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior eſt redditus, & ua-
cuus; uinum ſimiliter caput exercitatis ſtatim exhibitum uehemen-
ter ferit, qua ratione illud prorſus euitabant athletae poſt exercita-
3. de ſal. dieta. 22. tiones, ſi Galeno credimus: frigidũ autem ualde quodcunque poſt
exercitationes illico aſſumptum uentrem, & iecur offendit; non-
nullos item neruis oblaeſos, atque alios ſubito mortuos, quod poſt
uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, re-
2. de acutis. fert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines ſani,
de quibus fere tota eſt tractatio, exercitationibus corporis ualetudi
nis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, &
Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam eſſe,
quando aeris ſtatus temperatior exſiſtit: Aeſtate matutinam, ut diei
aeſtus, quantum fieri poteſt, euitetur, quam horam in deambulan- E
li. 3. de die. do commendaſſe ſimpliciter uiſus eſt Hippocrates, quamq. ſemper
adamaſſe Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum le-
gimus: dum is reiectis obſoniorum artificibus longe ſe commodio-
res ſecum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condien-
dum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam di-
ctitabat: Autumno & hieme ueſpertinam, niſi uel cibus mane ſum-
ptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hiſce temporibus mane aer
frigidior ſit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs neceſ-
ſarijs conſumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane
ſumptus nõ poſsit, niſi ueſpere, concoctus eſſe, ea ſola hora exercita
tionibus apta ab antiquis probata eſt, unde Marcus Antoninus Im-
perator, qui ualetudinis omnium fuit ſtudioſiſsimus, breuiſsimis die
6. de tu. ua. cap. 5. bus, ut refert Galenus, ſole occidente palaeſtram (ubi pila, curſu, & F
pugillatu eum ſe exercuiſſe puto, quando huiuſcemodi exercitatio
nes ipſi ſummopere placuiſſe, atque in ijs plurimum ualuiſſe, ſcri-
bit Capitolinus) ingrediebatur: longiſsimis autem hora nona, aut
ad ſummum decima: Quam horam una cum octaua fere commu-
nem omnium hominum in exercendis corporibus fuiſſe, teſtari ui-
detur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae diſpenſarentur,
ad Euphemum ita ſcribit.

A *Hora libellorum decima eſt Eupheme meorum,*
Praeparat ambroſias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caeſar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, greſſu timet ire licenti,
Ad matutinum noſtra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuiſſe conſtat, qui hora ab octaua diuerſa exer-
cerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentiſsimo con-
ſtat, de quo ſcribit Lampridius. Quod ſi neceſsitas cogeret, ante ››
lucem actibus operam dabat. Poſt actus publicos ſeu bellicos, ſeu ››
ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, poſt ››
lectionem palaeſtrae, aut ſphaeriſtirio, aut curſui, aut luctationi- ››
bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut ››
B caldarijs uel numquam, uel raro, piſcinis ſemper uteretur, in eaq. ››
una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus ››
ad unum prope ſextariũ. Egreſſus balneis multum lactis & panis ſu ››
mebat, oua deinde, mulſum, atq, his refectus aliquando prandium ››
inibat, aliquando uſq. ad cenam differebat, pranſus eſt tamen ſae-
pius. Horatius quoq. paullo diuerſius, & ſeipſium, & alios libere Lib. 1. ſer. Sat. 6.
uiuentes in exercitationibus efficere ſolitos, atteſtari uidetur, ubi
poſt multa haec ſcribit.

Ad quartam iaceo, poſt hanc uagor, aut ego lecto,
Aut ſcripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Aſt ubi me feſſum ſol acrior ille lauatum
Admonuit; fugio rabioſi tempora ſigni
C *Pranſus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domeſticus ocior, haec eſt.
Vita ſolutorum miſera ambitione grauiq.
His me conſolor uicturum ſuauius, ac ſi
Quaeſtor auus, pater atque meus, patruusq. fuiſſent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum exiſtimo,
quod maiores noſtri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel
nihil omnino mane manducabant, ſemelq. tantum in die ſatura-

ob praeuium ſomnum ualida, magis denique a quibuſuis impedimentis ſoluta ſunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus ſit: ſicut contra in ueſpere, cum nondum cibus concoctionem aſſecutus eſt, corpuſq. ſuperfluitatibus magis redundat, magiſq. grauatur, potius quieſcendum, quã exercendum eſſe, quiſque uidet: uti quoque animaduertiſſe Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere uſque ad ueſperam tardaretur, ſed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo noſtris hiſce temporibus mane ante cibum quibuslibet ſanis adeunda exercitatio, ſique ullus auctor inuenietur, qui poſt cibum exercitationem commendet, modo prudenter conſulat, non gratia ſanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, ſed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoſcetur. Eſt & aliud hoc in loco magnopere conſiderandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos ſemper dies, atque noctes ſeparatim in duodecim horas partitos eſſe; atque alias diei maximas ut in aeſtate, alias minimas, vt in hieme, alias aequinoctiales uocaſſe: numerum autem hunc ſcribit Galenus tanquam omnium utiliſsimum ab ipſis delectum eſſe, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & ſextum, & duodecimum: quae nullus alius poſt ipſum numerus uſq. ad uigeſimum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum eaſdem cum Italicis, & multis alijs noſtrorum temporum eſſe putans errandi in exercitationibus, aut alijs occaſionem habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in uſu habitam memoria tenere debet: ſic enim & conſuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

D E

li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

Lib. de cuiuſque animi pec. notitia atque medela. c. 5

F

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.*

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuã remediorum omnium adhibendorum menſuram eſſe, ſemper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quaſi eius cognoſcendae ſpe deiecti medicinae opera exercere recuſauerint. Quapropter & medicinae profeſſores, & illi qui exercitationum ope ſanitatem tueri ſtudent, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum ſuarum menſuram, & quantitatem cognoſcant, ſine quibus incredibilia erra-

ta

A ta committi ſolent, & plerunque (utar Plinij uerbis) inſcitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unuſquiſq. exerceri debeat, monſtrare conabimur. Et ne ſingula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuerſa quantitatis exercitationum tractatio ex his conſtabit, Quis eſſe debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum ſenes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant; quantum hieme, aeſtate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & ſicci; quantum ualetudinarij; quantum non aſſueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praeſens caput attinet, deſiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum ſermonem; tum quia paucas exercitationes requirunt; tum quia ſecundum morborum uarietates uariantur exercitationum ſpecies, atque menſurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribaſius, Auicenna, & Aetius Hippocratem ſecuti docuerunt, duplex eſt, unus, quando ſcilicet uapor ſudori aliquantiſper permixtus ſentitur, uenae intumeſcunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui ſuccos concoquat, concoctos nutriendis membris diſtribuat, atque demum inutilia diſsipet, niſi exercitatio tanta ſit, & ad ſimilem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri poſſunt. alter terminus eſt, ut tamdiu exerceatur unuſquiſque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motuſque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam laſsitudinem percipit. quod ſi calor euaneſcere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel laſsitudo iam immineat: illico deſiſtendũ eſt; ne, ſi ulterius progrediatur, corpus plus iuſto gracileſcat: boni ſucci una cũ malis exhauriatur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius deſtruantur. ſimiliter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique ſtatim deſinere oportet; itidem ſi in ſudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatiſue mutatio, quippe quem, & copioſiorem ſemper, & feruidiorem edi par eſt, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum ſcito corpus exhauriri, refrigerarique, & ſiccari plus iuſto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum ſignorum aliquod apparere

lib. 29. c. 1.

C C

5. de locis aff. cap. 5. li 6. c. 11. li 1. fen. 13. doc. 2. c. 3. lib. 2. c. 3. 6 epi. cõ. 2

parere

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi ſunt communes quidam termini, quos magna ſeſe exercentium pars continere debet. Succedunt poſtea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (niſi quid aliud obſtet) exerceri poſſunt, quamuis etiam uires aliquantiſper fatiſcerent; nimirum quae facillime reſurgere poſſunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui ſi in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco ſat ipſis erit incaleſcere citra ſudoris principium. Senes dum ſe exercent omni cura ſudorem effugere debent; nempe ſicci, & aridi exſiſtentes ita maiorem ſiccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute conſuetas in ſenectute congruere, hoc in loco ſciendum eſt, ſemper ſenes minus quam iuuenes ſolebant, exercendos eſſe, omninoque laſsitudinis ſenſum effugiendum, terminumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, ſicuti Socratem iam ſenem ſe exercitare, donec eſuriret, ſolitum legimus. Viri, ſub quibus comprehenduntur omnes intra adoleſcentiam & ſenectutem exſiſtentes, moderatas exercitationes poſtulant: uel enim offenduntur, ſi plus iuſto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, ſi minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expoſitus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo uſque ad tertium aetatis ſeptenarium multis laboribus probe ſufficere poſſunt. quocirca & incaleſcere, & anhelare, & ſudare & aliquantiſper defatigari ipſis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a ſudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo ſeptenario uiciniores exſiſtunt, ſiquidem intempeſtiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos ſui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. ſimiliter & Ariſtoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, ſicut & illas nationes, que athletarum habitum laboribus in pueris generare ſtudentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nā inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exſtiterunt, qui ijdem adoleſcentes, & uiri ſint uictoriam conſecuti, quod per uiolentas, & plurimas

1. de tu. ſa. c. x. 7. Pol. cap. 4.

mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, ſed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen ſudorem, ne frigus magis obſit, & quo ad uniuerſum corpus incaleſcat. Vere plus, & uſque ad ſudorem. Autumno minus, minime omnium aeſtate; quando, (quidquid dixerit Ariſtoteles) neque ſudare, neque incaleſcere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere ſatis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etſi paucis ſuperfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere ſecundum Galeni ſententiam uideantur, nihilominus & ipſi moderate exerceri debent, ne otio torpeſcentia membra, calorue ſopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus neceſſario genita retineantur. Incontinentes autem ſicut multa excrementa, multoſque humores ſuperuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque abſumant, quaeue profundos ſomnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; ſiquidem Galenus foſſores & meſſores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi ſentit, quoniam a laboribus in profundos ſomnos demiſsi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo iſti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari ſolet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis ſibi conſulent; ſiue incaleſcant ſolum, ſiue ſudent, ſiue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exſiccetur; unde iſta tamdiu exerceri poterunt, donec ſudor citra uirium defectum largus effluxerit, ſicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, ſudoremue in exercendo ſe exſpectare. Frigida quoad tota ſe calefacta percipiat, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda ſunt, nec umquam aut ſudorem, aut incaleſcentiam, aut inſignem anhelitus mutationem in ipſis exſpectare decet. Calida praeterea, & ſicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam ſiccitas ſimul augeantur. Frigidis, & ſiccis ratione frigiditatis, & uſque ad manifeſtam incaleſcentiam exercitatione opus eſt; ob ſiccitatem a ſudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam puſilla humiditatem ſuperfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. ſuc.

1. de alim. fac.

morboſas fluxiones parere ſolet. quocirca uehementem anhelitus D
alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere neceſſum
eſt. Frigida porro & humida eatenus exercenda ſunt, quatenus
anhelent, incaleſcant, atque etiam paulliſper ſudent. Summa-
tim huiuſcemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita
namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta ſunt, inaniun-
tur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes per-
ficiuntur. Demum ualetudinarios; qui mox a morbis reſurgunt,
exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quo-
niam horum uires infirmae ualde exſiſtentes, calorque debilis, &
membra exſiccata, ſi multa exercitatione agitentur, non poſſunt
non ſummum detrimentum ſentire: proinde iſti intra anhelitus
mutationem. intra caloris aduentum, intra denique defatigatio-
nem quamlibet exercendi ſunt: prout tamen iſti reficiuntur, ui- E
resq. creſcunt, & meliuſculi eſſe coeperunt, adijcere debent exer-
citationes. Poſtremo qui exercitationibus inaſſueti ſunt, cum pra-
uam illam conſuetudinem deponi debere, iam oſtenderimus, prius
expurgari ab humoribus, & ſuperfluitatibus ex ſegnitie ortis ſe-
cundum Galeni conſilium debet, alioqui periculum imminet, ne
a fluxionum pernicioſis morbis protinus tententur: deinceps pri-
mo parciſsime exercendi ſunt per aliquot dies, poſtea exercitatio-
nis modus paullatim augendus, quouſque ad terminum illum per-
uentum ſit, quem inaſſuetis ſufficere, & citra ullam moleſtiam
calefacere experientia docuerit: eo ſemper (quod ſupra quoque
demonſtrauimus) animaduerſo, omnibus immodicam exercitatio-
nem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra
colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F
Galen. 3. de ſymp. cau. terdum, ſicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in
libro de cauſsis prae inchoantibus; ſenibus immedicabiles laſsitu-
dines, atque ſiccitates parit; omnibusque tandem aliquid ſem-
per boni effluere facit. Quamquam Ariſtoteles ij. ethic. ad Eude-
mum libro, ubi uirtutem medium eſſe probat, exceſſum in exer-
cendo defectu magis laudat, ſicut in cibo contrarium, *οἷον* (inquit)
*καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλ-
λείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς*
& quae ſequuntur. Immodicae autem exercitationis haec ſigna
ſunto, dum articuli calidiores effecti ſentiuntur; dum uniuerſum
corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu ſenſus dolo-
ris cuiuſdam ulceroſi ſuboritur; dum labor coacte, & non ſponte
38. partic. prob. 5. dimittitur; dum poſt ſudorem pallor ſuccedit, ſicut in athletis im-
modice

A modice exercitatis euenire conſueuiſſe auctor eſt Ariſtoteles;
dum inſolita denique, ac ualde moleſta laſsitudo percipitur. Tota
itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praeſcri-
pta ſit. Quod ſi multa particularia a quoquam reperientur, quae a
nobis aut ignorata, aut praetermiſſa uideantur, illud ſciat, nihil
quod ad uniuerſam artem neceſſario pertineat, eſſe, quin uel expli
cite, uel implicite a nobis comprehenſum habeatur, quamquam
etiam multae exercitationes ſunt, quarum quantitatis terminum
non expreſsimus, quod a termino illo communi praeſcripto eorum
menſuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in
obeũdis exercitationibus ſumma cura obſeruari debe-
re demonſtrauimus, adeſt & modus, qui ut in illis ipſis,
ſic in pleriſq. alijs rebus recte peragendis tantũ poteſt;
ut, niſi is adhibeatur, cetera omnia ſuperuacanea reddantur, infini-
tisq. prope erroribus iam uia latiſsime pateat. Qua de re maxime ad
huius tractationis abſolutionẽ pertinet, ut modũ, quem antiqui in
exercendis corporibus tenuerunt, quoq. temporibus noſtris unus
quiſque ſanitatis ſtudioſus uti non ſine fructu poteſt, & debet;
apertum breui ſermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad ſa-
nitatem uſos legimus, fuit is, quem Oribaſius Pergamenus Iulia- 6. colle. ad Iul. c. 15
ni Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctiſsimus Libro I. ſer. 3 c. 2.
Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- lib. 1. fen. 3 cap 3.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exone-
rauerant, maior pars ſeſe exſuebant, mox fricabantur mediocriter,
uſque quo floridus color in ſumma cute reſidens, & artuum flexi-
bilitas atq. ad omnem motum agilitas perſuadebant; perfricati
oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetra-
ret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus appone-
batur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancra-
tio, puluere conſpergebantur, alij protinus in exercitationem,
prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, deſcen-
debãt, peracta exercitatione paullum quieſcebant, deinde ſtrigili-
bus, uel aſperiuſculis pannis ſtrigmenta a corpore eradebant, quo
facto aliquando rurſum fricabantur, *ἀποθεραπευτικὴ* dicta frictio
ne, ſimiliterq. ungebantur alias in ſole, alias ad ignem, ut Corne- lib. 1. c. 2.
lius Celſus teſtatum facit: ſicq. fere ſemper balneum ingredieban-

tur

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnaſijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando ſollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homines ſingulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari ſolitos, multi auctores, & praeſertim Columella trigeſimo ſexto lib. cap. memoriae mandarunt. de quo defricandi more, & modo, ſi Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisſimile fit quamplurimos alios exſtitiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatiſq. impediti; uel neceſſarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed frictionibus, E & unctionibus dimiſsis quaſcumq. poterant exercitationes amplecterentur; ſicuti & multi reperiebantur, qui praedictarum cauſſarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & ſanis medicamentis opus eſſe tradit Galenus.

Lib. 1 de cibis bon. & ma. ſuc.

Verumenim uero cum aetate noſtra gymnaſia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in uſu deſierint eſſe, neq. gymnaſtas, & paedotribas, neq. aliptas, & reunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, ſat erit illis, qui aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi otium nequaquam habent, ut potius quomodocumq. poſſunt, exerceantur, quā ſemper in cōſummata quiete degant; modo tamen hoc unū obſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationes eas quas gratia ſanitatis fa- F cere uolunt, ſolicite nimis adeant, ſed ſaltem aliquot horas interponant, quo quam minimum fieri poteſt nocumētum inde ſequatur. Porro qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori otio propriorū corporū curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obſeruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & ſputis accurate emundare, caput pectere, manus, & faciē abluere ſtudeāt, ne excrementa in uarijs corporū cauitatibus, atq. in ipſo ambitu latētia, a motu excitata uaporationib. offendāt; ſtrictiſq. meatibus nōnunquā infarcta, aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxioneſq. diuerſas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborē ipſi ſuperaddere nequeant, quaeue interim a uentis, ſi qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiā ſi aeſtus urgeat, feruorē nullo pacto augere, ſiue fouere queant; nā indumenta niſi

exer-

A exercitandis prudēter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praeſtare ſolent inſigne, faciunt quoque, & ut ſine motus debita menſura ſudēt, & alia incōmoda ſuſtineant; ſi quidem ſudor ita indutorū ſine motu multò eueniēs, veluti Ariſtoteles diſputat, deterior eſt eo, quia labore emanat. & huius argumentū eſt, quod ita ſudātes decoloratiores euadunt, cū humor per ſumma corporis paſſus, atq. incaleſcens ab externo aere refrigerari nō poſſit, & inde pallorem facile contrahat, ſimulq. corporis perſpiratio a qua gratus calor emanare conſueuit a veſtimētis inhibeatur.

2 par. pb. 30. & 38. partic. proble. 3.

Tertio obſeruandū erit, ut remiſſe, ac leniter unuſquiſq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionē augeat paullatim, uſquequo ad terminū, qui ſibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiā rurſum pedetentiū remittere eatenus conetur, quatenus ſibi iam ſatis B ſeſe exercuiſſe doctus experientia ſentiet: nā ſubito ab intenſis exercitationibus incipere, non ſolum imbecillibus, ſed etiā robuſtis corporibus ſumme pernicioſum iudicauit Galenus.

In con. de pu. epilep.

Quarto iis, qui inter exercendum ſudant, curandum erit, ut peracta exercitatione ueſtes ſudore madefactas exſuant, & ſiccas reſumāt, idque ſi fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut ſaltem neque frigido, neque uentis perflato. ſi etenim humecta illa indumenta retineantur, facile eſt carnibus a calore relaxatis iterum ſudores imbibi, ſicq. denuo corporis meatus obſtruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias moleſtias inducunt, atque inde febres interdum oriri ſolent. Quincto obſeruandum erit, ne (ſicut etiam ſupra admonuimus) poſt exercitationem quam primū quieti ſeſe dedat, aut cibum ſumat, ſed blando, & ualde remiſſo potius ali- C quo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abſtineat, quoad perturbatio illa, quaſiq. corporis fluctuatio aeſtuatione, ab exercitatione genita prorſus ceſſauerit, eiq. tranquillitas quaedā, & leuatio ſucceſſerit. Totus itaque erit exercitādi modus & ordo, primo corpus a ſuperfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, ſe accommodate induere, tardos, & remiſſos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paullatim remittere, madefacti ſudore indumenta exſuere, blande poſtremo moueri, & ſedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuerſali exercitationum ſpeculatione, & methodo diſputata ſufficiāt. Reſtat modo particulares ſingularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in ſequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praeſtare conabimur.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum; & de nonnullis ſcitu dignis. Cap. I.

SICVTI nullus ab exercitationũ particulariũ
cognitione fructus expectãdus eſſet niſi re-
cta atq. uniuerſalis methodus, quã ſuperio-
ri libro abũde ſatis (ni fallor) tradidimus,
optime poſsideretur; Ita profecto illa infru
ctuoſa, ac prope modũ uana euaderet, niſi
haec particulariũ fere omniũ exercitationũ E
tractatio, quã aggreſſuri ſumus, illi cõnecte
retur; ſiquidẽ incerta, ac ſallax ea cognitio uideri poteſt, qua exerci
tatio vniuerſali quodã pacto accepta iuuare intelligitur. ſed ſi qualis
exercitatio, quod nocumentũ, quãue cõmoditatẽ praeſtare idonea
ſit, cognoſcatur, proculdubio nihil amplius relinqui conſtat, quod
exercitationũ quarumuis ſcientiã optantis animũ explere iure de-
beat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnaſticae tractatio imperfe
cta relinquatur, in ſequẽtibus ſingulos exercitationũ iam enarrata-
rũ effectus proſequemur; atq. hos cũ ex antiquorũ auctorũ cõpro-
batis experiẽtia teſtimonijs, tum ex rei ipſius natura inſpecta, quam
12. Metho. eſſe uerã cõdiciones rerũ inueniendi rationẽ ſcripſit Galenus, dice-
re conabimur. Et ne citra ordinẽ totus futurus ſermo uagetur, ita
materiã huiuſcemodi declarare inſtituimus, vt primo cõmoda in cor F
pora humana ex unaquaq. exercitationis ſpecie emanantia, deinde
incõmoda ſigillatim explicẽtur: nã illud, quod quãplurimis medica
mẽtis euenire uſu cõprobatur, ut ſi alicui corporis parti, & affectui
proſunt, alijs noceãt, in exercitationibus itẽ cõtingere, nemo igno-
rat. In explicãdis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mẽbris ſupe-
rioribus principiũ ſumentes, ut plurimũ in ultima, atq. infima ſeria
tim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullũ corporis
particulare membrũ reſpicere uidebuntur. His autem ſic pertracta
tis, duo me ſaltem peracturũ eſſe ſpero: Alterum ꝙ maiori facilita-
te, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum in-
ſidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis ſtudioſis exercitationum
aſsiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucißimi committen
tur, ſicque demum multi eorum pernicioſorum morborum euita-
buntur,

A buntur, quos deſidia, laborum abſtinentia, ac exercitationis ignora
tio non contemnendos, quosq. intempeſtiuus exercendi uſus con-
tinuo parere ſolet: illud nãque a natura comparatum eſſe norunt
omnes, ut illa, quae corporibus noſtris admota inſigniter conduce-
re animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimentũ inferant,
ſi uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhi-
beantur. quod etiam in exercitationibus ipſis fere contingere, iu-
dicauit Galenus, ubi ſcriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque op In lib. de ci-
portune ſeſe exercent, haud exquiſita uictus ratione opus habere, bis bon. &
quin interdum Naturae in ualetudine commiſſos defectus corrige ma. ſuc.
re, quemadmudum ex aduerſo illos, & accuratiore uictu, & aſsiduis
medicamentis indigere, inſuperque natiuam ſanitatem corrumpe-
re, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore ſer-
B uatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uni-
uerſam gymnaſticam perficiendam ſuperſunt, praedictis adiunge-
re propoſitum mihi ſit, id ante cetera praefari opere pretium eſſe
duco, nos in ſuperioribus gymnaſticam facultatem non in curati-
ua, ſed in conſeruatiua medicinae parte collocaſſe. Et tamẽ omnes
ueterum medicorum ſectas, ac praeſertim Methodicos, quorum
principes Aſclepiades, Themiſon, & Soranus exſtiterunt, in cunctis
fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere
commendaſſe, ut ex libris Cornelij Celſi, qui Aſclepiadem in mul-
tis ſecutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei De chroni.
clariſsime intelligere licet. quod ſimiliter Galenus, & qui Galenũ
in dogmaticorum ſecta ſunt imitati, magna ex parte confirmarunt.
Sed ne uel me, uel illos omnes erraſſe quis putet, ita ſententias no-
C ſtras accipi debere uolo, ꝙ ſ. gymnaſticam principaliter circa ſani-
tatis conſeruationem uerſari, conſequenter circa curatiuam: nullã
etenim exercitationem, qualiſcumq. ſit, uſquam reperies, quin in
ſanis corporibus abſque noxa adminiſtrari queat, at paucis quibuſ-
dam exceptis, nimirum ambulatione, geſtatione, uectione, ac ſimi-
libus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõ-
cedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut
exercitationes commendantur, cum in ſanis omnes exercitatio-
nes ſolum fiant, quo bonam ualetudinẽ tueantur, optimumq. cor-
poris habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem admini-
ſtrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum inſtar
cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exerci-
tationibus aliquibus utendi cõſuetudinem in medium adducemus,
non erit, ꝙ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam
gymna-

gymnaſticam ſoli conſeruatoriae inſeruire ſtatuerimus, quoniam D
& nos rei ipſius naturam prae oculis habentes, ita determinandum
cenſuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs aſsiduis, alias
morborum cōdicionibus permoti paullo diuerſius ſentire quidem
uiſi ſunt, ſed re uera a ſententia noſtra non receſſerunt. Aliud inſu-
per hoc in loco ſumma conſideratione dignum exiſtimo, quod, li-
cet in multis exercitationibus diuerſus exſtiterit antiquorum mos
ab eo, qui hodie in uſu eſt fere apud omnes, ueluti pilae exercita-
tio, lucta, diſcus, pugnae atque ſimilia; nihilominus cum parum
noſtra conſuetudo ab antiqua recedat, ſolisq. accidentibus quibuſ-
dam, & non in rei natura differat, fere eoſdem effectus, quos illi ſuis
attribuunt, nos noſtris dare poterimus, modo unū, aut alterum ob-
ſeruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationi-
bus adhibere conſueuiſſe, quas nulli hodie, aut quam paucisſimi fa- E
ciunt; atque hoc multi momenti eſſe ad uariandas utrorūque qua-
2.ď diaeta. litates, quando de his Hippocrates uerba faciens ſcripſit, exercita-
iuxta finē. tiones in puluere, atque oleo magnas differentias ſuſcipere, cum
puluis frigidus ſit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hie-
me oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore
demat: Aeſtate uero caliditatis exceſſum faciens, carnem liquat,
cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodū
ex aduerſo puluis in aeſtate magis auget, feruorem aeris, & corpo-
ris remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea
maior pars hominum ſemel dumtaxat in ueſpere ſaturabatur, no-
ſtrates bis cibos ſumunt, quod item non parum refert ad uariandas
exercitationum condiciones. Vnde qui de noſtri temporis exerci-
tationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid un- F
ctiones, & quid una diei ſaturatio importent, exacte penſitare, to-
tumque illud noſtris adimentes in reliquis eoſdem uel parum di-
uerſos effectus exiſtimare.

De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus
Cap. II.

TRes praecipuas exercitationum differētias ab antiquis
Medicis excogitatas fuiſſe ſatis conſtat, quarum prima
exercitium παρασκευαςικὸν, ſiue praeparatorium, alte-
ra ἀποθεραπευτικὸν, tertia ſimpliciter exercitatio nū-
cupata. Exercitationē praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus
corporis denſandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, ſcri-
pſit

A pſit Galenus. qua de cauſſa athletae, qui denſitate corporum ſudo- 3.de tu.ua. cap. 11.
res impedire, & conſequenter robur conſeruare ſtudebant, ante 2.de tu.ua.
ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item uſurpa- cap. 3.
bant quāplures homines poſt coitum, ut laxitatem corporis in mo-
tu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum
ex nocturno oborta laxitas ſatis a ſomno curaretur. cuius rei gratia
magnopere Soclarum laudare ſoleo, qui apud Plutarchum noctu 3. ſymp. prob. 6.
coitum ob hoc exerceri debere aduerſus Epicurum medicum gra- lib. 1. c. 35.
uiſsime diſputat. ſicuti quoque Paulli ſententiam, Galeni, atq. Ae- 6. epid.
tij opinionibus praeferre conſueui, dum is contra ipſorum placita Lib. 1. ſer. 3. cap. 8.
tempus concumbendi ſecundum cibum in ueſpere antequam ſo-
mnus inuadat, oportunū exſiſtere credidit: quod laſsitudo ex coi-
tu contracta obdormienti ſtatim remittatur. Exercitationem apo-
B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro ſpecie acce-
ptam corpora ab immodicis laboribus exſucta emollire, meatusq.
corporis relaxando excrementa purgare, traditum eſt a Galeno: un 3. de tu. ua.
de iure merito poſt uehemētiores exercitationes, poſt uigilias, poſt cap. 2.
maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non pa-
rum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque com-
mendabatur, qui palaeſtrae laboribus aſſueti, ob uitae negotia co-
gebantur illos dimittere. Exercitationis ſimpliciter acceptae diffe-
rentiae, quae ab extrinſecis deſumebantur, eos effectus pariunt,
quos locorum ipſorum, a quibus ſumuntur, condiciones produce-
re poſſunt: & ideo, qui in calidis locis exercētur, magis exuruntur;
qui in humidis humiditatem contrahunt, ſicque de ſingulis. corpo
ra namque ab exercitatione rarefacta facillime diſponuntur ad im-
C bibendas quaſlibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab
utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exer-
citationes perpetuae, ſiue continuatae & aequabiles magis delaſ-
ſant, quam inaequabiles. ratio eſt eadem, quam attulit Ariſtoteles 5. par. pro-
in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque ble. 1. & 12.
multum eſſe motum, qui unus & continuus eſt, ac aequabilis. inae-
quabilem uero non ideo ſic delaſſare, quia ex mutatione naſcitur
requies, laborq. omnibus partibus diſtributus a ſingulis minus ſen-
titur: qua itidem ratione motus interciſus, ac ordinatus minorem
defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies
laſsitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non
modo praeſentem laſsitudinem mitigant, uerumetiam futurā pro-
hibent, ſiccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem
generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem ſuam oleo
extrin-

extrinſecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conſeruant corpora, efficiunt quoque, ne ſudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni ſententia emplaſticam vim, refrigeratoriam, ac repercuſſoriam. ut non temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, ſi pinguis ſit, corpus exercitatum minime extenuat; ſin autem aſper, inſtar pumicoſi, uel acer, qualis nitroſus, exſiſtat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differētias ab ipſius motus quantitatibus deſumptas primae ſunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus ſiccare, mediocres obeſum reddere, ſcripſit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polyſarchiam multas exercitationes commendaſſe. de quibus etiam locutum exiſtimo Ariſtotelem, quando ſcripſit, exercitationem ideo oculorum acumini obeſſe, quia uniuerſum corpus ſiccando, indurandoq. pupillae cutem conſequenter indurat, atq. ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quantitatibus ſumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, ſudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas ſecundum Galeni ſententiam acuta exercitatio, ſiue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & ſuccos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polyſarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & craſſitiem inducit: mediocris inter utraq. medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robuſta calorem quidem natiuum auget, ſomnos profundos generat, & concoquendis cibis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur quocirca mirari ſoleo, cur Celſus ſcripſerit inſanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cōducit. Remiſſa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obſcuriſſime parit' ſic ſanitati, ac habitui bono minimum iuuamētum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam ſanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robuſtis, tum magis remiſſis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco ſanitatis conſeruationem non parum adiuuāt. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus ſingulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametſi in recenſendis ſingulis non abſque animaduerſione ſuis lo-

cis

[Margin letters: D, E, F]

[Margin notes: 2. de tu. ua. cap. 12. — 5. de tu. ua. cap. 3. — Loco citato. — 5. chronic. cap. vlt. — Sect. 31. Prob. 14. — Gale. 6. de mor. vulg. com. 3. — 6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 — 14 Meth. — Lib. 1. ſer. 4. cap. 32. — Gal. de pu. epil. — lib. 3. c. 18.]

A cis praeterire ſtatuerimus nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuiſſe credo, quando iam ſaepius demõſtratum eſt, uniuerſales huiuſcemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti eſſe. Illud hoc in loco ſcire oportet, in ſuperioribus libris multa de gymnaſtica bellica, & athletica nos diſſeruiſſe, ut expreſſius tota medicae gymnaſticae natura innoteſceret: at in ſequentibus de medica dumtaxat ſermonem habituri ſumus. eo quod illarum effectus cognoſcere parum omnino confert, ad id quod optamus, aſſequendum, ſolosque ſanitatem, aut morbos reſpicientes addiſcere ſufficit.

De ſaltatoriae effectibus. Cap. III.

B QVICVMQVE ſaltationum ſpecies apud ueteres in uſu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tēporis, ratione, proportione, harmoniaque muſica non caruiſſe ſciet. & iccirco noſtra tripudia βαλλισμὺς, ac geſticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorſus diſſimiles exſtare cēſebit. Verumtamen illud inter antiquorū & noſtras ſaltationes intereſſe nemo non uidet, ꝙ, ſicuti illae aliquando ſanitati inſeruiebant, ita noſtrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conſeruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum poſt cenam, atque nocte inter ipſas commeſationes exercentur, quando potius quieti, & ſomno uacare praeſtaret. unde ſi ſaltatio opportune, quemadmodum maiores noſtri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, ſuperius demonſtrauimus, adminiſtretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubiſticam namque, quam primam eius ſpeciem fuiſſe diximus, brachia corroborare, ſimiliter & crura, nimirum quae potiſſimum agitentur, quiuis intelligere poteſt. Itaque qui brachia robuſta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput ſaltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri neceſſarium eſt, ſecundo uiſcera omnia quaſſari, inteſtinaq. ſuis locis dimoueri, & tandem dorſum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cōmouentur, magnopere pati, rationi conſentaneum eſt, ideo fugere ipſam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiſcera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel caſu aliquo ſortiti ſunt. Tertiae ſaltatoriae ſpeciei (de ſecunda in ſequenti capite tra-

ctabi-

[Margin note: lib. 4. c. 11.]

ſtabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus eius quam pluri- D ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum foret ſingulorum effectus percenſere. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in quibus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire ueriſimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, placuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniantur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue ueſica lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat, teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias ſubiret, uteri fetum abijcere cupiebat, conſuluit, ut ſaltaret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corruptum iri, ueluti poſtea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginoſis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uerſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſupercalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quam antiqui ſine armis obibant. quod ſi quis armatae, quam uocarunt, ſaltationis condiciones pernoſcere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incaleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

2. de diae. | Lib. 1. cur. chr. ca. 1. | In li. de natura pueri. | 2. de tu. ua.

A *De ludorum pilae effectibus.* *Cap. IV.*

LVDORVM pilae antiquitus cōplures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exſtitiſſe ſpecies, abunde in ſecundo libro iudicauimus; ex quo nullum operae pretiũ eſt hoc in loco, ubi ſolas exercitationũ qualitates explicare propoſuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & ſi noſtra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non reſpondeant: ſunt tamen magna ex parte ualde ſimilia: & ideo eorum commoditates atq. nocumenta ſingulatim enarrare ſtudebimus, ut facta noſtrorum cũ illis cōparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque ſimul cognoſci poſsit. ſed ne tractatio iſta confundatur, ſicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B proſequemur eodem ordine, quo ſupra uſi fuimus. In eo etenim cōuenire cuncta harum exercitationum genera cenſuit Auicenna, ꝙ fortes exſiſtũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuſcemodi ludis cōmodum percipitur, quod qui in ipſis, uel ipſorũ aliquo ſeſe exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborentur: peculiariter uero parue pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora craſſa, ut ſimiles exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio ſcriptum inuenitur, „Cum ſtudio in gymnaſio duplici corpus ſiccaſſem pila. „ Prima autem paruae graecorum pilae ſpecies, ſecundum Antylli ſententiam, carnē ſolidam reddit, brachijs, dorſo atq. pullulantibus coſtis magnā utilitatē praeſtat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborēt ad ac- C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae ſpecies praeſtantiſsima reputabatur olim, ꝙ corpus ſanum, & promptum ad motus cum robore cōiuncto praeſtat, adſpectum firmat, neque caput replet. Tertia uero ſpecies oculos, atque brachia iuuat, ſpinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cōmodum affert, crura propter curſum mirum in modum firmat. His porro omnibus parue pilae ſpeciebus cuncta illa cōuenire cenſeo, quae Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis uerbis cōplexus eſt, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae ſpecies prima ſecundum Antillum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. ſuperioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Ca. 4. & 5. | Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. | 2. de tu. ua. lib. 1. c. 18. | Orib. lib. 6. collec. cap. 32.

Lib.9. cap. ult. do ſermonem habuiſſe puto Alexandrum Trallianum, quando in D
curatione priapiſmi ſphaerae exercitium cõmendauit, quo materia
in diuerſum retrahatur, & ſpiritus flatulẽtus digeratur. Secunda ſpe
cies, quae plus iuſto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq.
manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, ſed nimis du
ras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualeſcentibus
eſt inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione affi-
cit. Inanis pila, quam tertiã effecimus, aeque exercet, ac motoria, in
qua curritur, attamen non admodum facilis eſt, neq. apta, atq. ideo
lib.9.c.ult. omittendã eam eſſe conſulit Oribaſius ex Antylli ſententia. Pilae,
& magnae & paruae exercitationem uertiginoſis obeſſe iudicauit
lib.9.c.ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽ
tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces ad-
numerauit Paullus, quas cum dictum a nobis ſit corpora craſsiora E
lib.5. chr. c.ult. attenuare, ſumma ratione Coelius Aurelianus ad diminuendã po-
lyſarchiã hanc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari
1.ð diaeta. ſcribit, adeo probauit, ſecutus in hoc (opinor) Hippocratẽ, qui co-
rycomachiã, & chironomiam idem praeſtare quod lucta tradidit.
Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus muſculoſum corpus
reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerſo corpori aptari, nec
non ob plagas, quas infligit, omnibus uiſceribus idoneum exſiſtere.
Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. ſi tamen quis
plagas in pectore a coryco fieri ſolitas cõſideret, facile ſentiet, eos,
qui pectore debili uexãtur, ſimili exercitatione periclitari, & quan-
doq. contingere poſſe ut in thorace uaſa rumpãtur. Atq. tot, quae
de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici poſſunt. Succedunt
luſus Latinorum genera, quae & ab ipſis quattuor ſpeciebus com- F
plexa omnia in uſum ſanitatis recepta ſuperius demõſtrauimus. Ho
rum primum locũ obtinet exercitatio folle acta, quae uniuerſum
corpus exercet, ſed dum brachijs impellitur, dorſum in primis atq.
Li.1.chro. cap.4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo
uerba feciſſe exiſtimo, quãdo in epilepticis humeros ſphaerae luſu
exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior uti-
litas contingit: ambo tamen uiſcera adiuuant, calculiſq. a renibus,
& ueſica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia
In eius vita c. 80. & 83. confirmant. Nam Auguſtum, qui huiuſcemodi affectibus corporis
ſolicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius)
adamaſſe opinor: quod cũ praecipue ſuperiores partes exerceat, ijs,
qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non ſi-
Lib.1.c.6. ne ratione Cornelius Celſus prodeſſe ſcripſit. Hanc etiam exercita-
tionem

A tionem intellexiſſe arbitror Plinium, cum Spurinae prudẽtiſsimi, Epiſt.1. lib.3.
& ſanitatis ſtudioſiſsimi uiri rationem uitae obſeruatam explicans,
ſeſe pila mouere, atque tali exercitationis genere cum ſenectute pu
gnare ſolitum ſcribit, ut uere dixerit Martialis:

Folle decet pueros ludere, folle ſenes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuiſſe, & tertiae ab Antyllo ſpeciei
deſcriptae correſpondere probauimus, eoſdem plane, quos illa, ef-
fectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum
eos intẽdere ſemper & modo huc, modo illuc; modo ſurſum, mo-
do deorſum conuertere neceſſarium eſt quocirca iure merito Ho-
ratius huiuſcemodi exercitationem lippientibus obeſſe cecinit.

Luſum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnoſum & ludere crudis.

B ſane lacrymoſi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel mi-
nimo motu magis exacerbãtur: quies uero eos recreat, iuuatq. ſicu
ti & crudos. diximus enim nullam exercitationẽ obeundã eſſe, niſi
peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae luſus ullo pacto
conueniat, quibus crudi, atq. indigeſti cibi ſtomachum adhuc male
habent: ueluti forte Virgilius alioqui ſtomacho debili natus, tunc
erat, quando de ipſo ſic Horatius ſcripſit: ꝙ ſi qui ſunt, quorum uen
tres atq. ſtomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus ue
xentur, tantum abeſt, ut exercitium pilae ipſis ullum nocumentum
inferrat, ut potius calefaciendo, flatuſq. inſigniter diſcutiendo non
exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus eſt Coelius Au- Li.4 chro. cap.7.
relianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae
ludum praecipue commendauit: quomodo item ſtomacho imbe-
C cillibus ſimili ratione commodum eſſe tradidit Cornelius Celſus. lib.1. c.2.
Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non
carebat, & iccirco potius ruſticis, & duris corporibus, quam urba-
nis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios,
ſenes, atq. pueros huiuſce generis motu exerceri. Harpaſtum, quod
cum Graecorum harpaſto conuenire demonſtratum eſt, inter ce-
leres & uehemẽtes exercitationes adnumerari debet: quo circa at-
tenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere po-
teſt: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo
dum inuicẽ congredientes, ſeq. ne conſtitutus in medio excipiat pi
lam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementiſsimumq. Gal. lib. de pil. par. c.2
eſt, multis, utpote colli obuerſionibus, multiſq. palaeſtricis comple
xibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuerſionibus,
latera uero thoraxq. & uẽter faciei elationibus, depreſsionibus ex-

 pul-

pulſionibus, obnixibus, alijsq. palaeſtricis prehenſionibus fatigen- D
tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum ten-
duntur. Et iccirco, quemadmodum ſanos ac robuſtos harpaſtum
magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum eſt, qui uel
caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace ui-
tium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. ſupercalefactos ge
runt. Atque haec ſunt, quae de pilae ludorum effectibus pro ſani-
tatis ſtudioſis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

LVCTA, quae fere ſemper ab antiquis in magno uſu, at-
que exiſtimatione habita fuit, tametſi a medicis, uti di-
ximus, non admodum ad ſanitatem probata ſit, hodie- E
que a nobilibus negligatur, & quaſi a ſolis ruſticis eo
modo, quo apud Priſcos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen
eam etiam pro ſanitate tuenda, atque parando robore in uſu ha-
bent, quos fortaſſe quamplures alij imitabuntur, ſi, quemadmo-
dum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommo-
da ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obſeruata
ipſis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, at-
que magna exercitatio ſit, Galenus & Auicenna prae caeteris ſatis
teſtatum reliquerunt. unde certum eſſe cuiuis poteſt, ab hac ipſa
eadem proficiſci, quae a ſimilibus exercitationibus prouenire iam
declarauimus: illud addendum erit, poſſe luctam ſicuti antiquio-
ribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias ſupra pa-
uimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, mo-
Lib. 2. c. 8. do uehementer, modo remiſſe. Neque id hoc in loco praeteriri
debet, penes Latinos ſcriptores plerumque, aut ſaltem interdum
ſub nomine palaeſtrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomi-
ne πάλης continuo fere illam ipſam accipiunt. lucta quae uehe-
2. de diaeta. menter, atque erecto corpore peragitur, ſecundum Hippocratem
externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefa-
Loco cita. cit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero ſententia firmum,
& ualidum ſpiritum reddit, itemque corpus ſolidum, ac muſcolo-
ſum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones
corroborat, praeterea carnem denſam illam quidem, & exſicca-
tam, ſed tamen ex omni parte paucam adijcit, pinguedinem, tumo
res ac omnia oedemata aufert: ſi lucta fiat interpoſita aliquantiſper
quiete,

A quiete, magis, ut ſentit Ariſtoteles, ſudorem mouet, quādo humor 2. Prob. 7.
a requie collectus, mox exercitatione educitur: ſin continua aga-
tur, modo ſolis corpora exſiccare poteſt. Priuatim autem capiti pro
deſt, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magiſtro pera-
ctam laudat Coelius Aurelianus, ſenſus exacuit. ob idque fortaſſe Li. 1. chro.
Theodorus Priſcianus illam pro melancholicis curandis imperat, cap. 1.
ſtomachum praeſertim frigidis oppreſſum morbis adiuuat. in quo lib. 2. c. 2.
palaeſtram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae lib. 3. chr.
prodidit: non ſecus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, cap. 3.
ſi quando humoribus, aut flatibus ſollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuerſum prope
corpus calefaciat qua ratione Oribaſius palaeſtram ſiue luctam hi- lib. 6. c. 28.
dropiſim curare, Theodorus Priſcianus ſatyriaſim exſtinguere ſcri Lib. 2. ad Timo. c. 21
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuſcemodi exercitatio ob ipſius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica exſiſtit: ut non imme-
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehenſus, quod luctatio- 6. Epid.
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta cō. 3. aph.
exerceri conſulit Hippocrates: hac obſcura ſatis ratione motus, ne 32.
meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere 1. de dieta.
nocet: quae ſcilicet partes dum in compreſſionibus plus aequo com
pinguntur, diuelluntur q. dāna recipiunt. ueluti eueniſſe Commo-
do Marci Imperatoris filio ſcripſit Galenus, quem adhuc puerum lib. de pc.
ex lucta inflammationem oris paſſum fuiſſe recitat. Iacobum inter ad Poſt.
luctandum neruum latum oblaeſiſſe, ob idq. & ipſum in poſterū,
& Iudaeorum gētes a neruorum eſu abſtinuiſſe, auctor eſt Ioſephus 4 de rat. vi.
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual in acut.
C de aliena eſt, cui uel uaſis alicuius rupturae, uel ſpiritus interceptio- In 6. epid.
nis ex conſtrictionibus magnum impendet periculum. unde non com. 3.
temere Galenus, ne ſuffocetur, periclitari luctatores dixit, qui ſimi- aph. 6.
liter renibus, & lumbis male affectis talē exercitationem fugiēdam In libr. de paſſionib. renum.
eſſe uoluit, quāquam Rufus Epheſius, qui cum Critone ſub Traia-
no Romae in medicina floruit, conualeſcentibus a renum morbo
palaeſtrā minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit
Celſus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione ſaneſcentia
ulcera exaſperentur. Praeterea cum inter luctādum crura ſaepenu-
mero inſigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduerſari cre
dendum eſt. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaeſtra ue
hementer facta. Quae uero remiſſius, & placide peragitur, uiceuer
ſa ſecundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut ijs qui
a morbis ſeſe reficere incipiūt, ſit ſuperiore accōmodatior, ac mini

mo periculo robur,& fortitudinē pariat: capiti,& thoraci prodeſt, D
neruos corroborat. de hac locutum eſſe Plutarchum exiſtimo, ubi
In ei⁹ vita. ſcripſit Lycurgum corpora uirginum curſibus,luctationibus,iacti-
busq. diſcorum,& iaculorū exercuiſſe, ut, quemadmodū germinū
radix ualidū in acribus terris principium ſumens melius germinat,
ita & hae partus robuſte tolerātes honeſte ſimul, ac facile aduerſus
dolores pugnarent. Quae porro ſupra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio,ſi credimus Oribaſio, praecordia atq. inteſtina uitiata adiuuat,
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, ſed capiti eſt
ineptior: uolutatio in palaeſtra, cum a Galeno inter celeres exerci-
tationes recēſeatur,ad extenuanda corpora accōmodata erit, ſicuti
pro minuenda polyſarchia a Coelio commendata eſt,&ab Aetio ſi
in puluere fiat, ad hidropiſim curandam: eam namq. humores ex-
hauriendo refrigerare auctor eſt in 11. de diaeta Hippocrates: at ſe- E
5. de tu. ua. cap. 3. cundum Galeni ſententiam ijs magno ſtudio fugienda erit, quos
ex leui cauſſa uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel au-
rium dolores male habent. ſimili modo,& illis,quibus tonſillae, &
angina incidunt,quibusq. prompte in columellam,gingiuas,dētes,
deniq. partem aliquam ex his,quae circa collum,aut totū caput ha-
bentur,fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta. circa quam oriri
poſſet multis dubitatio,cur Galenus,qui gymnaſticam artē omni-
bus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam
cōmendauit,ſed potius tāquam parum utilem,aut omnino noxiam
damnauit: cū alias dixerit luctatoribus uaſa pectoris rūpi; alias cru-
ra diſtorqueri, alias ſuffocari, alias luctam a bene inſtituta republi-
ca odio haberi. At huiuſcemodi dubitationes ita diſſoluere licet,
Ad Thraſ. cap. 41. quod ex ſententia ipſius Galeni uere palaeſtra,ſine lucta,per quam F
exigua gymnaſticae medicinae pars exſtat, omnibusq. exercitatio-
nibus homini minus utilis: ſiquidem ſecundum ipſum iaculari,cur-
rere,equitare,ſaltare,uenari,nauigare,fodere, q̄ lucta exerceri me-
lius eſt: & ſicuti athleticae,gymnaſticae luctatio magis accedit,atq.
inſeruit,ita quoq; a medica lōgius recedit: unde non eſt mirū,ſi Ga-
lenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quā in medici-
na minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea,quae ab
alijs auctoribus tradita inuenimus, explicāda eſſe duximus, non ut
Galeni auctoritatē ceteris, uel ipſo ſuperiorib. quos male de exer-
citationibus ſenſiſſe ſcripſit,uel poſterioribus poſtponam;ſed ut de
monſtrarem,ſi qua a lucta exſpectari cōmoda debēt,haec ab aucto-
Lib. de ſal. diaeta. ribus indicata,& nulla alia fore. De iſta nāque apud Hippocratem
ſcriptum inuenio,ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,
ac

A ac luctari debent, aeſtate uero luctari quidē parum, currere autem
minime,ſed multum deambulare,ſecūdum uentum,ac frigus. Qui-
cumq. ex curſibus fatigati fuerint,eos luctari oportet;qui uero ex lu
cta fatigantur, eos currere expedit: ſic enim laborans fatigata cor-
poris parte,uel maxime calfieri,componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij, & caeſtuum facultatibus. *Cap. VII.*

QVAMVIS inter ceteras exercitationes ad ſanitatē ſpectā-
tes pugilatus minimam ſibi partem uindicare uideatur,
potiuſq. athletarum,quam ingenuorum hominū pro-
feſsionis ſpecimen praeſeferat: nihilominus ſi partes
corporis,quae ſimili motu agitantur,accurate contemplemur,neq.
illum ſine aliquo fructu perfici ſtatim iudicabimus: nam tum bra-
B chia,tum manus nonnullis uſque adeo huius exercitationis ope fir
mantur,atque conſolideſcunt,ut etiam lapides,atq. ligna pugnis fe-
rire,& magna ſpectantium admiratione confringere non dubitēt:
quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui ne-
mo negaret. ideo quicūq. brachijs,manibus, atque digitis firmari,
illisq. robuſte uti exoptant, quā aptiorem exercitationē iſta requi-
rere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis
ſemper pugilatus exerceretur, poteſt tamen interdum neceſsitate
urgente non minus iacentibus,& ſedentibus,quā ab erectis,& ſtan
tibus,ſeque mouētibus peragi: ſed differt non parum ab erectis ne,
an ſecus peragatur: quoniā in erectis, & ſeſe mouētibus primo qui-
dem ſuperiores partes exercitationis beneficium ſentiūt. at inferio
res quoq. partes eo penitus non fruſtrantur,quod non contingit in
C iacentibus,uel ſedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. No-
cet pugilatus capiti. neque ſatis mirari poſſum, cur Aretaeus in
uertiginoſis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum,
quae, dum admodum debilia ſunt,a plagis illis, & pugnorum per-
cuſsionibus magnopere offenduntur: a quibus ſimiliter omnes il-
li cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes ſunt. De ma-
nuum exercitatione memoriae traditum eſt ab Ariſtotele, quod 2. prob. 5.
exercentibus manus ſudor magis emanat, ſi ceterae corporis par-
tes ſimilem habitum ſeruent: quoniam in ea exercitatione ſpiritus
continetur,& partes ſub alis cordi propinquae fricantur: ex qua fri
ctione cum calor increſcat,tum eius,tum frictionis poros recluden
tis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim
exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud
Aetium puto: quādo nocturnum ſeminis profluuium exercitatio-

nibus

nibus per ſupernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequen- D
tiſsime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, &
Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnaſtica medica uſus: ſed Pancratio multos, quibus aliquae corpo-
2. ð tu. val. cap. vlt. ris partes male afficerentur, ſe curaſſe gloriatur Galenus. ex quo ſi-
cuti Pancratio ſe exercentes toto corpore, ut Pauſanias auctor eſt,
certabant, ſimiliter credere debemus, illud moderate peractũ uni-
uerſo corpori ad robur acquirendum prodeſſe: uehementer ſi fiat,
6. epid. cõ. 1. aph. 6. ſolum athletarum munus exſiſtere. Ad haec cũ a Galeno inter ma-
gnas exercitationes recenſeatur, caliditatem augere, & conſequen-
ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõſentaneum eſt:
Li. 2. ad Timot. id quod intellexiſſe Theodorũ Priſcianum, quem alij Octauium,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis di-
ſcipulum faciũt, arbitror, quando ſcripſit hydropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quaſſationibus forſitan curari poſſe:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. ſcripta reliquit: ὑδερω-
Prope finẽ. πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδρῦν. quod itẽ innuere uoluiſſe Coe-
lium Aurelianum poſsibile eſt, ubi ſtomacho ſollicitatos uarijs pa-
laeſtrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõſuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi poſſunt. Pancratij ſpecies, quã
diximus 2. lib. ſub σωματομαχεῖν notaſſe Galenum, quod ad craſ-
ſiores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnaſtarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas tranſtulit. Caeſtuum exercitationes. de quibus apud medi
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praeſidium afferre ualeant, negare minime poſſum: cum tã- F
men exercitatio caeſtibus facta pugilatus ſpecies quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami ſub hoc uerſu notetur.
Li. 5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere cæſtu.*
In hanc ſententiã uenio, caeſtus apud medicos, ſiue in tuenda ſani
tate, ſiue in curãdis morbis, ſiue in acquirẽdo bono habitu nullũ lo
cũ habere, atq. ideo ſimilẽ exercitationẽ penitus omitti debere. Ce
terũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caeſtus exercitiũ
abſq. antigoniſta quandoq. uſurpatũ, tuncq. ſchiamachiae, de qua
infra loquemur, & ſupra quoq. locuti ſumus, ſpeciẽ quãdam exſti-
Lib. 3. c. 4. tiſſe, dum. ſ. pugnis, & caeſtibus aerẽ dumtaxat percutiebant. quae
profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra moleſtiã exer-
cere ualet, pariter alteri cum aduerſario factae praeferenda ſemper
erit: nempe cũ plagis illis, atq. percuſsionibus careat, quae plerũq.
in

A in huiuſcemodi pugnis utrumq. certatorẽ magna moleſtia afficere
ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſue-
tiue (nã & Galenus ipſe in exercẽdis hominibus magnopere aduer 2. ð tu. ua.
tebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) bra cap. vlt.
chia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percu-
pient, poterunt citra ullius noxae periculũ ſeſe dumtaxat aduerſus
aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſ-
ſionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: mo-
do in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationi-
bus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus. Ca. 10. 11. & 12.

De curſus natura. *Cap. VII.*

B SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationẽ pau
cos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum,
quo pedes fere ſoli exercentur, maxime utilitatis exſti-
tiſſe, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cõmen
datũ fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exer-
citationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atq. uiolentiã, 2. ð tu. ua. cap. 10.
negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos
minuat. id quod clariſsimis uerbis antiquiſsimus auctor Hippocra-
tes, nec nõ Galenus ex gymnaſtarũ, & medicorũ ſententia aſſerue
runt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius 6. epid. cõ. 3. aph. 2.
uelocius, atq. uehementius; alius remiſsius & placidius peragi po-
teſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodũ
etiã currendi modi, dum uariantur, alij in rectũ, alij in obliquũ, alij
ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij
C per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum
quẽcumq. febrientibus detrimentũ afferre, prudẽter traditũ eſt ab
Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari 6. epi. cõ. 3. Aphor. 31.
ſcribentẽ de ſolo uehementiore ſermonẽ habuiſſe ſentio, quando
etiã in libro de parue pilae ludo, illũ ueluti non ſalubrẽ, & plus ae- ibidem. Aph 2.
quo uniuerſum corporis habitum extenuantẽ, nihilq. uirilis exerci
tationis habentẽ iure improbauit. De hoc itẽ currendi genere lo-
cutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementẽ exercitationẽ nuncupa
uit. alioqui Galeno repugnantẽ ſententiam tuliſſet. Eſt igitur cur-
ſus uehemens fere ad ſanitatem defendẽdam noxius potius, quam
utilis, ſiq. ullum iuuamẽtum affert, proculdubio carni, atq. immo-
dicae pinguedini tollendae confert, ueluti cõprobauit Coelius Au lib. 4 chr. cap. 4.
relianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentẽtia ualde humidis cor- 1. de Diaeta.
poribus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atq.
citius

citius ſiſtatur. ob quod & in ſplenis aegritudinibus quibuſdã ſtrenue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus ſe aliquos nouiſſe referat, qui ſolis curſibus, & deambulationibus ab omni affectione ſint liberati. Legitur apud Plutarchũ in Demoſthene Orchomenium Laomedontẽ ad repellendũ ſplenis uitiũ ex medicorũ praeceptis longis curſibus uſum, atq. ita corpore laboribus ſubacto certaminibus ſeſe dediſſe ſacris, & inter optimos euaſiſſe Dolichodromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ariſtoteles quaerẽs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excrementorũ putatur, curſus ſi uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniã motus uelox, cum uires intendit, & ſpiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praeterea quae in pectore ſunt, ſurſum attrahi cogit. ex quibus omnibus locũ ſuperiorem aegrotare neceſſe eſt; & iccirco ſapienter Theodorus Priſcianus ſcriptũ reliquit curſum uehementem epilepticis eſſe penitus inhibendum. Curſus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle calefaciẽda, ad nuturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem defluxiones, atq. catharros curare, & alioſum uertere idoneus eſt. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginoſis commendatur, ſicut & pro elephanticis ab ipſomet, atque a Celſo, qui, ubi ſicca tuſsis aliquem exercet ſpiritu retento, ſed non in puluere, curſum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis poſtea cohibet, & ob id iſchiadicis prodeſſe perhibetur, in quibus curſus initio uix crura moueri poſſunt: ſed ubi in medio ſunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum ſtrenue firmat, uentres a flatibus & frigidis paſsionibus liberat: ut non ſine ratione ipſum in curandis colicis adhibendũ conſulat Coelius Aurelianus, ſicut, & Aetius in hydropicis: ſplenis tumores deprimit. & ob id merito Theodorus Priſcianus ſpleniticos curſum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis profluuio ſe curſum adhibuiſſe, tamquam adſeruatum quoddam praeſidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiſcera torquentur, & qui fungos eſitarunt, uel a ſcorpionibus icti ſunt, eundem profuiſſe obſeruauit. quae tamen ſententia in cunctis renum affectionibus minime probanda eſt; quoniam

D

5. partic. prob. 9.

E

Li. 2. ad Timot. ca. 2.

F

lib. 3. ſer. 2. cap. 28.

lib. 2. ad Timot. c. 25.

Oribaſ. 6. coll. ca. 21.

ſi

A ſi patiantur ulcus, ſiue nuper ſint paſsi, a curſu non parum detrimenti capere credidit Rufus Epheſius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atq. crura, quorum propria actio exſiſtit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cõmoda ſecũ uehat curſitatio, non ſine quoq. aliquibus incommodis (quae eſt communis remediorum omniũ natura) haberi poteſt. Eam namque in primis laborioſam eſſe, magnus philoſophus Ariſtoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare perſuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus ſupra ſe totum ſuſtinet, ambulans uero parte inſiſtente uiciſsim ſuſtentatur, quaſiue parieti admotus requieſcit. quã ratione item contingere dixit, ut currentes potius quã ambulantes cadamus. Curſus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimẽti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata tranſit in ſpiritum; neque uero huiuſcemodi exercitatio ſuapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. ſi tamen uel caput, uel thoracem nõ admodum firmum, uel urinam ardore ſolicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri ſignificare uoluit, dum nonnullos ob curſum capite dolere ſcripſit. Quod item clarius confirmat Caſsius Iatroſophiſta, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius teſtatur Romae medicinã aetate Cornelij Celſi, a quo ingenioſiſsimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus ſuis medicis cauſſam ſciſcitans, qua illis, qui leniter mouentur, ſi prius capitis grauitate laborent, poſt motum ſeſe leuatos ſentiunt; qui uero currunt, & ſi nullam antea grauitatem perciperent, poſt curſum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniã in ſeſe placide mouentibus materiae ad inferiora deſcendẽtes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad ſuperiora reſiliunt, ueluti cõtingere in pila ſuper pauimentũ iacta cernitur, quae ſi blande iaciatur, inibi quieſcit; ſin uiolenter, ſtatim ſupra reſilit. De thorace autẽ legitur apud Galenum, currentium ſpiritum anhelum, atque aſthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipſis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius diſpoſiti erant, uerũ de alijs uehementer currẽtibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelociſsime cucurriſſet, dicit ex curſu rupiſſe ramicem, & iamdudum ſanguinem ſputare. ſub ramicis nomine (ut fuſius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores inſtar uaricis ſignificãs. Alioqui ſcri-

lib. de affec. ren.

5 partic. prob 38.

5. partic. prob. 91.

B

Aph 115.

Lib. 29. c. 1.

C

6 Epid. com 1.

7. Metho.

In Meth.

ptum

5.prob.16. ptum eſt ab Ariſtotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D
numeroſe ſpirare, quod ipſorum motus proportionatus efficitur,
modumq. reſpirandi ſenſibilem praeſtans explicare numerum ua-
let. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, curſum
lib.3.c.53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex curſu au
geri, & homines teſtari poſſunt, & cerui, qui inter currendum uſ-
que adeo huiuſcemodi ardore ſtimulantur, ut, niſi mingant, facile
capiantur. quam rem animaduertentes ſagaces uenatores, eos pro-
ſequuntur, nec mingendi ipſis poteſtatem faciunt. Curſum item
hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum eſſe,
lib.4.c.8. traditum eſt a Cornelio Celſo, & ab Epheſio Rufo. Atque haec om
nia de curſu recta in anteriora facto a me explicata ſciantur. pro
ibidem prob. 36. quo id ſilentio nō eſſe praetereundum duco, quod Ariſtoteles ſcri
ptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui curſum concitate agunt, E
conuulſionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis ob-
ſtiterit: quandoquidem ea potiſsimum conuelluntur, quae in par-
tem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde ſi
homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis ob
uiam factus obſtiterit, accidit ut in partem contrariam ea retor-
queantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque
conuulſio tanto uehementior incidit, quanto curſus contente ma-
gis agitur. Curſus inſuper recta ad anteriora factus, atque longus
2.đ diaeta. ab Hippocrate nuncupatus ſecundum eius ſententiam ſi ſenſim
fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque
craſsiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praeſtat. At re-
Oribaſius Loco cita. curſus in poſteriora ſecundum Antyllum non celeriter initus, capi
ti, oculis, tendinibus, ſtomacho, & lumbis accommodatus, atque
utilis eſt; iccirco non replet caput. Circularis uero curſus ſecun-
2.đ diaeta. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, di-
ſtendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutiſsimo ſpiri- F
tu utentes humiditatē in ſe ipſos celerrime trahunt. qua ratione ab
In lib. de inſom. ipſo in ijs commendatur, qui nigra aſtra in inſomnijs uident, nem-
pe quibus morbus forinſecus immineat. Caput ualde offendit, uer-
lib. de Vertig. tiginesq. ut Theophraſtus ſcribit, abunde ſuggerit; thoracem, &
crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt curſus per ac-
cliuia magis laborioſi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; ſimili-
ter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiunt,
uiſcera omnia quaſſant, coxas debiles perturbant; per plana cur-
ſus illa omnia praeſtant, quae iam declarauimus. Ceterum qui te-
cto corpore obeuntur, & ſudorem mouendo magis humectant,
&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore la
borantes ut ueſtitos currere faciamus, magnopere curandum prae-
cepit; quemadmodum Theodorus Priſcianus ſcriptis mandauit Li. 2. ad Timot. c. 12.
curſum cum ueſtibus laneis peractum aſthmaticis prodeſſe; hunc 2.đ diaeta.
tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam ſincerus ſpiritus
allabens ipſa non depurgat, ſed in eodem ſpiritu exercentur; au-
ctor eſt Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui ſtel- lib. de Inſom.
las deficientes in inſomnijs, uident, quod ſecretionem in corpore
humidam, ac pituitoſam factam, & in externam circumferentiam
illapſam eſſe ſignificetur. Qui porro nudis corporibus efficiun-
tur, ſicuti magnam ſudorum copiam eliciunt, ita generoſe per oc-
cultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocir-
ca Ariſtoteles ſudorem, qui corpore nudo currēti prodierit, etiam 2 partic. prob. 30.
B ſi minor ſit, magis laudat, quam qui ſub ueſte ſe prompſerit, argu-
mento illorum, qui nudi curſum aeſtiuo tempore actitant, quique
coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe,
niſi quod, ut omnes qui loca libera & adſpiratiora incolūt, melius
colorantur ijs, qui impedita, & ſilentia tenent, ſic etiam ſe ipſo
quiſque coloratior eſt, cum ueluti ſpiritui afflanti placide patet,
quam cum perſtrictus, obductuſque a calore nimio angitur. quod
certe ijs accidit magis, qui ueſtiti percurrunt, & qui nimis dormiūt,
quippe qui ueluti adſtricti, & propemodum ſtrangulati, minus re-
liquis ſe ſe modico ſomno recreantibus colore florent. Curſum
uniuerſim acceptum magis hieme, quam aeſtate ex uſu eſſe credi-
dit Hippocrates, ſiue Polybus in ſecundo de diaeta libro. ex aduer-
ſo Oribaſius tum hieme, tum aeſtate media conuenire ſenſit. cuius
C forſan ſententia uerior iudicabitur, ſi ſudorem quis aeſtate ma-
gis, hieme minus procurandum cum Ariſtotele arbitratus fue-
rit. ſed de hoc iam ſupra abunde diſputauimus, nec quidquam
amplius remanet, quod ad finiendum hanc curſus tractationem
pertineat.

Quid praeſtet ſaltus. Cap. IIX.

SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex ro-
buſta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit
Galenus, & praeſertim illum, qui ſine ulla intermiſsio-
ne iugiter continuatur; qua de re ipſum calorem nati-
uum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre
apud omnes peſpectum eſt, licet poſtea capiti, atque pectori noce-
re

ne ex eo conſtet; quod in huiuſcemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus; atque dorſi in-
flexionibus comprimitur, & ex compreſsionibus mox uaſa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut eueniſſe interdum narrat
5. Meth a Galenus. Hoc praeterea ſaltui commune ineſt, ut grauidas mulie-
In prin. de nat. pueri. res abortiri facillime faciat: neque iſtud ab Hippocrate ſolum, cete
riſq. uetuſtiſsimis auctoribus, ubiq. confirmatum eſt; uerum etiam
ipſa rerum parens, optimaq. magiſtra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera ſaltantia firma-
14. de uſu partium. mentis quibuſdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa ſaltare coguntur, faci-
liter diſrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam conceſſerit, opinor eam eo conſilio id effeciſſe, ut
cognoſcerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaſlibet ſal E
tandi occaſiones ipſis effugiẽdas eſſe. Multae ſunt ſaltus ſpecies, qua
rum duas Oribaſius Antyllum ſecutus nominauit, exſilitionem ui-
delicet, atq. ſaltum ita proprie uocatum. de exſilitione, quae quo-
dammodo curſui adſimilatur, hanc ſententiam tulit, illam diutur-
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes ſuperiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, ſeſe non alentibus,
ex carnibus, ſtupidis, atque tremulis praeſidium afferre. hanc etiam
In eius vita cap. 83. intellexiſſe opinor Suetonium, ubi Auguſtum ambulare ſolitum,
ita ut in extremis ſpatijs ſubſultim decurreret, ſcribit, quaſi ſic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris ſiniſtri, necnon ueſicae
calculis, quibus afflictabatur, ſaepe occurreret. De ſaltu uero pro-
prie ſic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, ſed
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod F
Li. 2. c. 11. ſi ad nates efficiatur ſaltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuiſſe iam
diximus, caput, ex eiuſdem Antylli ſententia, peculiariter purgat,
Lib. 1. cur. chr. cap. 1. & purgando ſiccat. atque de hoc mentionem feciſſe Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore ſaltum, & ξωωδύπαίδ δυτον ἀνέιλη-
σιν laudauit, ſicut & ἄφαλσιν in uertiginoſis. euocat etiam men-
ſtruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates teſtatum reliquit; ſecundas quo-
que retentas quaſſationis merito deijcit, necnon uterum, qui ſu-
pra ſeſe contraxit, in ſuum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad ueſicam detrudit: genibus tamen ob conti-
nuas,

A nuas & nimis uiolentas flexiones, ſummopere nocet. Qui uerſus
altum peraguntur ſaltus ſicuti coxas iuuant, ita pectori detrimen-
tum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a ſuperfluitatibus, quas
reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; cete-
rum uiſcera omnia uehementius quaſſant, & ob id etiam qui uel
hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus
crura tumida gerunt, huiuſcemodi exercitationes ſummo ſtudio ex
Paulli ſententia uitare debent, ſed & podagrici omnes, & qui leui Lib. 3. c. 53.
qualibet de cauſſa a deſtillationibus ad pedes, tumoribuſq. omni-
bus moleſtantur. ſaltus igitur hi ſunt effectus, quem ubi purgatio
ac phlebotomia neceſſaria eſt, nec uel aetatis ratione uel ob ali-
quod aliud impedimentum ulla earum adminiſtrari poteſt, pro ip-
ſis ſupplere, redundanteſq. humores exinanire manifeſtauit Gale- 6. epi. cõ. 3. aph. 2.
B nus; licet poſtea apud uarios medicinae auctores, & potiſsimum
apud Rufum Epheſium inuenerim, eundem met ſaltum ijs obeſſe, Lib. de paſſionib. ren.
qui facile ſanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillita-
tem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipſis aut habent aut
mox habuerunt: quinimmo etiam ſanis renibus interdum a ſaltu
ualido frangi uenas, ſcriptum eſt apud Aetium. quae omnia de ſal-
tu ſimpliciter facto intelligenda eſſe uolo. Qui enim manibus uel
lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis ſaltare nituntur, ab alijs
in hoc differunt, ut dicebant Ariſtoteles & Theophraſtus, quod il- 5. partic.
li inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: pb. 8. 1 lib.
hi uero minorem; ſiquidem brachium inani iactatione quaſi con- περὶ κό
uellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero ponduſculis πον.
manu apprehenſis facta nulla huiuſcemodi conuulſio contingit,
C quando ſaltans id manibus tenet, qui quaſi nititur, quo minus fa-
tiſcat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem qua-
tiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tenſis, atque otioſis;
quoniam ita quaſi ſeſe ſuſtentant, in eaq. manuum diuaricatione,
& explicatione innixi uehementius, firmius, & conſequenter ue- Ariſto. lib. de cõi aĩaliũ greſſu.
locius mouentur.

De Halterum condicionibus. *Cap. IX.*

HALTERIBVS factam exercitationem duram eſſe, atq.
uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. Orib. lib. 6 cap. 34.
ipſe Galenus, dũ in huiuſcemodi ponderibus apprehẽ- 2. d tu. ual.
dendis, iactandis q. muſculos omnes, atq. neruos uali-
diſſime intendi confeſſus eſt. qua ratione efficitur, ut affatim cor-
pus

pus calefacere haec exercitatio idonea ſit, & praeſertim dorſum, D
quod maxime in iactandis halteribus ſatisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero ſuperiores partes ab illa exerceri me-
6. d tu. ua. cap. 14. moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipſum Aretaeus hu-
iuſcemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, uſu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginoſis. Sed
Oribaſius Antylli auctoritate humeros ipſam exercitare, ſtoma-
choq., quem diffluxio infeſtat, quiq. imbecillus eſt, & in quo ci-
bus aceſcit, ſiue cum labore concoquitur, accommodari ſcribit: lau-
Li. 5. chro. cap. 2. dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaeſtritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, ſiue lignei cum paruo plumbo interclufo
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6. d tu. ua. cap. 14. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumque ſemen inter emitten- E
dum ſentire non tantum ſe, ſed etiam mulieres, cum quibus rem ha
beret, referebat, inter cetera auxilia ſeſe halteribus exerceret ſua-
lib. 9. c. ult. ſit: quem poſtea ſecutus Alexander Trallianus in priapiſmo curan
do huiuſcemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipſam non modo ad retundendum, infirmandumq. ſemen,
uerum etiam ad materiam in diuerſum trahendam, ſpiritusq. flatu
d cōp. me. p genera. cap. 2. lentos digerendos conducere. ſimiliter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, niſi quid aliud impediat, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod ſic impeditur, quo mi-
6. epi. cō. 3. aph. 2. nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipſarum ſupplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci ſimilem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequa-
liter agitatur, alterius autem uaſa, ne ob maximā, qua brachia utun
tur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam
rem fortaſſe conſiderans Martialis, foſſionem, quam Galenus, &
exercitationem ſimul, & opus fecit, ſicut ſupra oſtendimus, huic
exercitationi propoſuit ſub hiſce uerſibus.

Lib. 14. *Quid pereunt ſtulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius vinea foſſa viros.

Huius cum ſecundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praeſtare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere ſcripſit Antyllus; ueluti & tertium ſpinam, illaq. iuua-
re, & mollire, ſed caput peſsime afficere dixit. Vnum illud hiſce
omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempe-
ſtate figura illa halterum antiquorum a Pauſania deſcripta in uſu 5. Eliacor.
non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios maſſulae plum-
beae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope ſphaerici & gra-
ues uſurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiē-
dumue, ne eadem facultas tam in uſu noſtrorum, quam in priſco-
rum inueniatur, eo magis quod haud ſecus qui hodie ſeſe exercent
in lapidibus, uel maſſulis proijciendis, brachia, dorſum, omnesq.
ſuperiores partes mouent, contorquentue ac faciebant antiqui hal-
terum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis ſu-
pra expoſiti in noſtris etiam exercitationibus expectari debeant.

De diſci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B

DE diſco quamuis apud medicinae probatos auctores,
paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq.
fortaſſe locus iſte dimitti poſtularet; quoniam tamen a
Galeno proditum fuit, diſci iactum, nedum exercita-
tionem apud antiquos exſtitiſſe, in gymnaſijsque fieri ſolitam,
uerum etiam inter uehementes exercitationes haud poſtremum lo-
cum obtinuiſſe, atque hodie quoq. apud multas nationes in uſum
exercendorum corporum uenire, proinde ſiccis (ut aiunt) pedi-
bus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis ſciendum
erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, ac-
commodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. il-
lis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate
corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lō-
gius diſcum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac
muſculorum intenſione artus magis ſolideſcant, & ab excremen-
tis purgentur. cuius purgationis merito conſuluit quandoque Ga- In 6 epid. cō. 3. aph. 2
lenus, ut, ſi quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ip-
ſae aliquibus impedimentis adhiberi poſſent, earum uice per di-
ſcum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praeſtaret,
quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptа-
retur: peculiariter autem exercitatio iſta brachia, lumbos, ac de-
nique uniuerſum dorſum corroborare idonea eſt, quae ſcilicet par-
tes in ipſo maxime omnium agitantur: in uertiginoſis quoque ab
Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet,
quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il-

li feruidiores,atque flaccidiores redditi incredibilem quandam diſſolutionem contrahunt; huius interna aliqua uaſa, ut teſtatum fecit Galenus, non raro diſrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem extitiſſe halterum, atque diſci, ſciendum praeter uariam utriuſque figuram iam a nobis in ſuperioribus libris declaratam, hoc quoque diſcrimen habuiſſe, quod halteres uarijs contorſionibus altius agebantur, diſcus uero, etſi in altum proijceretur, tamen longitudo ſpatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempeſtate faciunt, qui ſeſe in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in diſcobolis uiſebantur. Iaculatio porro ſicuti a diſci iactu parum in ipſa proiectione differre uidetur, ita quoque uires ſimiles & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum eſt. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime ſilentio obuolui debere ſentio, ueteres ſcilicet non ſine myſterio Aeſculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos ſanitatis magiſtros arti iaculãdi tamquam Deos praefeciſſe; nimirum hac ſententia innuentes, huiuſcemodi exercitationem bonae ualetudinis conſeruationi, boniq. habitus acquiſitioni ſtrenuam opem afferre. cuius exercitationis poſtquam plures ſpecies effecimus, alias a iaculorum, ſiue ſagittarum uarietate deſumptas, alias ab arcubus ſeu baliſtis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem poſſidere autumo, niſi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam ſaepe numero peritonaeum diſrumpi, inteſtinaq. in ſcrotum deſcendere, & per conſequens hernias in ſimilibus exercitationibus generari experientia compertum eſt: cumq. in emittendo maxima uis, atque intenſa ſpiritus retentio adhibeatur, pectori adſtricto, atque infirmo huiuſcemodi iaculationem aduerſari puto. Non eſt quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagaſſe tamen uitam aucupio ſagittarum iaculatione facto.

D (margin, line 1) · lib.2.c.12. (margin, beside "uariam utriuſque figuram") · E (margin, beside "pauca de hac exercitatione") · F (margin, beside "quens hernias") · 5.de finib. bo. & mal. (margin, beside "randum, quod Marcus Tullius")

A

De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.

SI ullum eſt exercitationis genus, quod illis, qui ſanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoſcendum ſit, quodq. ceteris quibuſcumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem eſſe nemo negabit: ſi quidẽ nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modo eam praeſtantiſſimam, ſed ſolam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo uſu, quibus quaeque corporis partibus, & proſit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod eueniſſe exiſtimo, cum ob uarias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oſcitantius ſeſe geſſerunt. Quamobrem operaepretium facturum me eſſe ſpero, ſi, deambulationum ſpecies praecipuas recenſens, conſequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonſtrauero. ſed duo ante cetera ab omnibus conſiderari cupio. Primum quod ſaepe inuenire eſt apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi ſimul ambulationes, & exercitationes; quaſi illae ab his ſeparatae nec exercitationes ſint. quorum ſententias ſic interpretari uolo, ut ſemper, dum ipſas ſeiungunt, ſub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt, duas Galenum, & eos, qui ipſius doctrinam ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon poſt relictos aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua nõ eſt nunc inſtituti noſtri multa uerba facere; alteram ſimplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendam maiores utebantur, noſque uti poſſumus. atque de hac erit tota noſtra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, aſſignauit; quoniam, cum tot ſpecies habeat, non parum diuerſas, ſub unica illas omnes differentia comprehendere impoſſibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipſo, a quo (ut ſic dicam) earum eſſentia exſiſtit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres ſunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remiſſae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuerſiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel ſummis digitis, uel calcibus. A loco, quo-
niam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs pla-
nis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel ſub porticu, uel
ſub Dio uel ſub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae
aeſtate, aliae mane, aliae ueſpere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot
enim deambulationum diſcrimina (ne minutius rem partiar) apud
auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiaue reperio: quarum
nonnullae ſane poſſunt eſſe apotherapeuticae, ſicut apud antiquos
Oribaſ. 6. colle. cap. 21. — fuerunt. At non eſt ignorandum, tunc illas in uſum uenire, quādo
iam confectae ſint grauiores exercitationes, ſiue poſt purgationes,
quas medicamenta fecerint, & poſt ſublitionem oculorum, & poſt
copioſum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum eſt
animum remittere, ſpiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae diſtenta ſunt ſoluere, itemq. thoracem purgare, & facilem re-
ſpirationem reddere, inſtrumenta ſenſus roborare, uentriculum fir
mare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae laſsitu-
dinis ſenſum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque diſſoluere.
2. d̄ diaeta. ſope finē. — de iſta loquebatur Hippocrates quando ſcripſit, deambulationes
poſt exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime ue-
ro permittere, ut caro prae labore colliquetur, ſed ipſam purgare.
Atqui deambulationum ſimplicium mediocris ceteris omnibus ma
16 famil. Epiſt. lib. — gis ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus quando is Ti-
roni conſulens, ut ualetudinem curaret, ab ipſa quinque poſtulari
ſcripſit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν
κοιλίας, ideſt ciborum coctionem, triſtitiae carentiam, ambulatio-
nem moderatam, oblectationem, & alui ſolutionem facilē. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enume
ratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque conten
ta ſit, quemadmodum ambulationem profuturam eſſe debere tra-
Orib. ibid. 7. epiſt. 79. — didit Antyllus, quae, ut ſentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, tho-
raci, niſi adſit ſputum ſanguinis, male affectis auxiliatur. De hac lo-
Epiſt. 79. — quebatur Seneca, quādo ſeſe deſtillationi, a qua ualde affligebatur,
deambulatione ſuccurrere fatebatur, hanc eandē pro inſania, proq.
Lib. chr. 1. c. 5 & li. 3. cap. 3. — aſthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: eſt uero etiā
maxime utilis ſtomacho humeſcenti, dolenti, & in quo alimenta
coaceſcunt, corrumpunturue. In arquatis, ſiue ictericis curandis
ea uſus Archigenes inuenitur. ſimiliter efficax eſt ad mulieres, qui-
bus ſuppreſſae ſunt purgationes, & cum aluus ſiſtitur, cibi ſu-
pernatant, urina retinetur. nō mediocriter quoq coxendicis mor-
bis

A bis prodeſt, & ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a
ſuperioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad in
feriores partes propenſa feruntur, excernere. Iam uero febrienti-
bus omnibus deambulatio huiuſcemodi obeſt, nimirum quae, ut
ſentit Galenus, calorem, & conſequenter febres augeat; nocet epi- — 6. Epid. com 3. aph 3.
lepticis, ſanguinem excreantibus, mingentibusue, aut fœminis de-
fluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere cale-
facit, magnitudinem carnis, ſi quid aliud, tollit. cuius gratia Coe- — li. 4 chro. cap. 7. & lib. 5 c. ult.
lius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur ca-
lor, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Ambula-
tiones tardae fere eadem praeſtant, quae ab apotherapeutica ef-
fici diximus: quo circa ualetudinarijs ſenibus imbecillioribus;
& ijs, quos poſt cibum ambulare delectat, quiq. nuper a ſomno ex
B pergiſcuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas ſeſe praepa-
rare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has — 2. de acutis
etiam eſſe crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a ce- — 2. 1. doct. 2. ca 7.
na ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius abſoluitur coctio — par. 1, 13.
accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro re- — 7. Metho.
ficiendis corporibus exſiccatis commendat. In capitis dolore Coe-
lius Aurelianus probauit, ut laborās deambulatione exerceretur, — 1. chronic. cap. 1. Cap. 4.
primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori
extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē pro-
bauit, nempe quae ſine capitis concuſſione humores a ſupremis ad
infima deducere, eos leniter diſsipare, attenuare, & uniuerſum cor
poris habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gra
tia eam in quartanarijs, ubi paroxiſmus non affligit, iuuare, mino-
C rem fatigationem quam ſtare pedibus afferre, tradidit Galenus. In — 1. ad Glau.
ſpirandi difficultate & in ſacro igne ſimiliter, quem graeci ἕρπητα,
Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem hu- — lib. 3. de re med. c. 33.
iuſcemodi conducere teſtatum reliquit Cornelius Celſus; quam
& pro elephantiaſi curāda in uſu habendam eſſe conſuluit cum eo
Coelius. uehemens ſiue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea
ratione a Celſo ad debellandum corporis tremorem uſurpatur; an- — li. 4 c. 4 & lib. 5. c. 28.
helitum auget, & flatus diſcutit, ac capita debilia magnopere per- — Li 4 chro. cap. 3.
turbat, & ob id iure reprehendendus eſt Praxagoras, qui in epilepti
cis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhi-
bebat: pedibus ſimiliter debilibus, & ſuſcipiendae podagrae ex-
poſitis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non ra-
ro iſchiadicos dolores & podagram generari, ſcribit Galenus; ſi-
cuti ex aduerſo remiſſam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

ternis conuenire, inſinuarunt Coelius, & Celſus, ubi deambulatio- D
nẽ molli ſtramine, coaequato ſolo peractam ipſis commendauit. de
bent enim (ut ſcriptũ eſt a Tralliano) qui podagra & articulorũ af-
fectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, po-
tiſſimumq. ante, & non poſt cibos. Nam laſsitudo his maxime ad-
uerſatur, ut quae articulos plus iuſto calefaciat, & inflammet, ipſiq.
aliam rurſus materiam ex longinquioribus particulis ad ſe attrahen
tes, arripientesq. fluxibus iugiter cauſſam ſuggerant. Multa deam-
bulatio ſecundum Antylli ſententiã iuuat eos, qui caput, uel tho-
racem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes
non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehemẽtiori motu egẽt;
pauca uero prodeſt ijs, qui poſt exercitationes non lauantur, qui-
bus a cibo deambulationibus opus eſt, ut is in fundum ſtomachi de-
ſcendat, & quibus grauitas in corpore ſentitur. Longa & recta am- E
bulatio minorem, quam breuis, moleſtiam parit, capiti prodeſt: ut
Oribaſius ibidem. — non immerito Coelius, atq. Cornelius Celſus epilepticis curandis
lib. 1. c. 4. — eam ex uſu eſſe iudicauerint; at nimis exſugit, humiditates, atq. ex-
Lib. 3. c. 33. — ſiccat. ob idq. merito accuſandus eſt Themiſon, qui atrophia labo-
Cel. lib. 3. — rantes duodecim ſtadiorum ſpatiũ greſſu conficere ſuadebat. Lon-
chronic. 7. — ga & concitata ſingultui comprimendo ſecundum Aetij ſententiã
ſtrenue prodeſt: breuis ſicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Ariſto-
teles) ex motu & quiete inter reflectendum orta conſtans diuerſi-
tatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuerſionibus illis con-
tinuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non ſine ra-
tione epilepticis damnatur; cuius rei cauſſa ambulatio quoq. circu-
laris merito improbanda eſt, ut pote quae caput uertiginoſum red-
Probl. 38. — dat & oculis uehementer noceat. Nã Caſsius medicus antiquus in F
libello problematũ, quem graeca lingua conſcripſit, cauſſam inda-
gans, ob quã motus recto tramite facti uertiginẽ non generent, ſed
ſolum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime dif-
flationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non ſinunt,
quod aer uehementius illiſus prohibeat; ad haec materiae intus agi-
tantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire
ualentes motũ in capite uertiginoſum efficiunt. ſicuti namq. icteri-
ci omnes externos ſapores amaros ſentiũt, & qui ſuffuſiones in ocu-
lis patiuntur, quoſcumque colores rubeos iudicant, ſimiliter in cir-
cularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia
externa circumferri uidentur, ſicq. uertiginoſa paſsio oboritur. Ex
ambulationibus, quae cum intenſione crurum calcibus incumben
do fiunt, quemadmodũ ſcriptum eſt ab Antyllo, capiti male affe-
cto

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulſio, pur-
gationi ſuppreſſae, partibus infernis ab alimento fructum non ca-
pientibus, & omnino quibus materia ſurſum repit. Quae uero ex-
tremis digitis obeuntur, eas obſeruatum fuit, proprie lippientibus,
& aluo ſuppreſſae utiles eſſe. Quae uero totis pedibus fiunt, cum
ſub aliqua ſemper praedictarum differentiarum comprehendan-
tur, ipſarum etiam facultates obtinere, rationi conſentaneum eſt.
Atque haec de ſpeciebus ab ipſo motu deſumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum ſpecies, quae a loco accipiun-
tur, illae, quae fiunt in montibus, aut adſcendendo, aut
B deſcendẽdo exercentur. ſi fiant adſcẽdendo, ualde profe
cto uniuerſum corpus fatigatur, quoniam referente Ga — 1. de tu. ual. cap. 9.
leno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam ſu
ſtinentur ab ijs, quae primum mouentur inſtrumentis, reliqua cor-
poris membra uniuerſa. ſcribit Ariſtotel. ambulationes per accli- — 2. partic. prob. 38.
uia, tametſi ſint hebetiores motus, magis ſudorem prouocare, quã
per decliuia, nec non ſpiritum proſiſtere; quoniam graui cuiq., ut
deorſum ferri ſecundum naturam eſt, ſic ferri ſurſum contra natu-
ram, itaq. caloris natura, quae noſtra prouchit corpora, ut nihil per
decliue laborat, ſic per accliue preſſa onere nititur, acriusq. ob eiuſ-
modi motum incaleſcit, & ſudorem mouet, & ſpiritum proſiſtit,
cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre cauſſae poſsit,
ut directa ſpirandi reciprocatio auferatur. qua ratione ſecundum
C Antylli ſententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui ſpiritum exi-
guum ducat, & praeſertim ante cibum confert, maiorumq. exerci-
tationum uice nonnumquam ſupplet. Legitur de Demoſthene,
conſueuiſſe ipſum adſcendẽdo deambulare, atq. inter ambulandũ
orationes pronunciare, quo ſic productae ſpiritus contentioni, qua
oratores in dicendo opus habent, aſſueſceret. Verum enim uero ge
nibus infirmis eadem ualde aduerſatur; propterea quod dicebat
Ariſtoteles, dũ adſcendimus, non corpus ſurſum iactare, diſtentio-
nemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipſa, quae ſe-
cundum naturam in anteriorem partem flecti nata ſunt, quaſi con-
tra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex
altera parte ambulatio decliuis, quae deſcẽdendo obitur, magis al-
tera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ
laedit, nimirum quae & eiuſdem Ariſtotelis ſententia in hoc mo- — 5 partic. prob.
R iiij tu

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quaſiq. mouendo D crura uniuerſi corporis pondus ſuſtinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adſcendendo, tum deſcendendo peraguntur a Cornelio Celſo comprobantur, eo quod ita uarie (lib. 1. c. 2.) tate quadam corpus uniuerſum moueatur; niſi tamen id perquam imbecillum ſit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex ſententia Ariſtotelis ob motus, quam ſeruant (ut ſic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent ſimilitudinem, citius labores finiunt, necnon ad ſpiritum, & ad corpus aequaliter conſtituendum magis accommodatae ſunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs ſunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peragũtur, minori cum labore fieri ſcri- E pſit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae- (Oribaſius Loco citat.) dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in curſibus praepoſuit, de quo ſupra latius diſputauimus. neque aliud intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, (In Oecon.) quando ambulationem, qua ipſe in agrum ſeruum cum equo ſequebatur, ambulationi in xyſtis factae praetulit. in his tamen diſterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis aſperis, an in arenoſis efficiantur; quoniam ſi fiant in pratis, blandiſsimae proculdubio ſunt, nihil omnino ſenſus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris ſuauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor eſt Antyllus. Factae in locis aſperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus eſt uehementiſsimae F exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. (In uita Augusti. c. 80.) cuius gratia Auguſtus dum coxendice, & femore, & crure ſiniſtro, non ſatis bene ualeret, immo ſaepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. ſic enim locum Suetonij interpretari debere cenſeo. ubi cum arenarum, & arũdinum remedio uſum tradit, arenarum quidem tum ad deſiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re ruſt. cap. 160. Ad materiam ſubinde, e ſupernis ad infernas partes deducendum, eamque diſsipandam potentiſsimae exſiſtunt, & ideo male forſan a (li. 2. chro. cap. 1.) Coelio taxatur Eraſiſtratus, quod deambulatione in arenoſis locis paralyticos exercendos ſuaderet. ſub porticu factae ambulationes,

aut

A aut loco concluſo, ut ſpelunca & ſimilibus a Celſo, & ab alijs non (lib. 3. c. 2.) admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, ſed intemperato, uitioſo, craſſo, corpusque uniuerſum replente: niſi tamen porticus, aut loci cooperti in locis ſint domus ſuperioribus, ac tabulis ſtratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, ſint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum eſt huic ſententiae noſtrae, quod antiqui cryptoporticus in uſum iſtum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuie, tempeſtates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt ſub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celſo praeferuntur. A Vitru- (Loco citato.) B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & prae- (Lib 5. c. 9.) ſertim ſi uiridia adſint, quod tales magnam ſalubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus ſubtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat ſpeciem, & ita auferens ex oculis humorem craſſum, aciem tenuem, & acutam ſpeciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione caleſcat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque diſsipando, quod plus ineſt, quam corpus poteſt ſuſtinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur moleſtiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: conſuluit architectorum princeps ampliſsima, & ornatiſſima ſub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos ſubdiales hae deambu- C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & ſiccandi, & craſſos humores attenuandi uim ha- (Oribaſius loco citato) bent; quando circa flumina, & ſtagna, humectare poſſunt: ſed utraque nocent, & praeſertim ſtagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum ſupradictis ſunt praeſtantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nõ ſine damno: ſed ſi in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficaciſsimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud ſecus, atque ſi in ſublimibus locis ambules. Quae deinde ſub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet ſecundum Antylli ſententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa diſpergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida cauſſa ortis commendauit. ſed

quae

quae perflante uento peragitur, ſi ſub borea, tuſſes excitat, thora- D
cemque laedit, at uires collabentes firmat, ſenſuum integritatem
affert, ſtomachumque diſſolutum roborat. atque de hac fortaſſe lo-
Lib. 3 chr. cap. 2. quebatur Coelius Aurelianus, dum ſtomachicis deambulationes
ſub Dio pro modo uirium adlubendas conſulebat, ſi ſub Auſtro,
caput replet, ſenſuum inſtrumenta hebetat, aluum mollit, atque
ad diſſoluendum ualet: ſi zephyris ſpirantibus, talis ambulatio ce-
teris omnibus, quae in uento fiunt, praeſtat: non enim habet in-
ſuauitates boreae, quin potius manſuetudo ſimul, atque iucundi-
tas ſunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala eſt, & ferit atque
ita ſe habent ambulationes ſubdiales in uẽtis peractae. Sequuntur,
quae fiunt, uel in ſole, uel in umbra: qua in re auctores diuerſa ſen
Lib. 1. c. 2. tire reperio. Cornelius Celſus, ſi caput ferat, meliorem ambulatio-
nem in ſole, quam in umbra eſſe dixit, & meliorem in umbra, quã E
parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto ſubeſt. Ex altera
parte Oribaſius auctoritate Anrylli ductus improbat illam, ueluti
quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam
ſententiam non auderem alteri praeponere, niſi & ratio, & uete-
rum medicorum, praeſertimq. Hippocratis, & Galeni auctorita-
tes teſtatum feciſſent, ſolis radios humanis capitibus maximas no-
xas inferre. nempe quae ſi calida, & humida, magis calefiant & eli-
quentur; ſi ſicca, ſicciora reddantur, & demum quaecumque ſint,
ſemper offendantur, modo uel ruſtici, uel alij ſub ſole uiuere aſſue-
In 2. de morb. ti non ſint. Quod probe cognoſcens Hippocrates ſiue Polybus ad
euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, ſed
ſolam in frigore, aut in ſole peractam uetat. Atqui non illud ta-
cendum eſſe duco, ſemper eligi potius debere in ſole ambulare, F
quam ſtare, & ambulare uelociter, quam ſegniter, ſicuti prae-
ceptum fuit ab Hippocrate in libro de ſalubri diaeta. cuius rei hanc
5 partic. Prob. 34. attulit rationem Ariſtoteles, quod cum ſtamus, calor permanet,
ſicque amplius calefacit. corpus etenim noſtrum (dicebat is) uapo-
rem quendam tepidum de ſe continuo mittit, qui proximum &
ambientem aerem tepefacit, unde aer poſtea ille corpus calidius
reddit, cum autem quis in ſole mouetur, flatus excitatur, qui refri-
gerare nos poteſt, quando motus quiſque frigidus habetur. Am-
bulandum potius in umbra (dicebat Celſus) quam parietes, aut
uiridaria efficiũt, quam quae tecto ſubeſt: quoniã aer aſsidua qua-
dam, & blanda uentilatione ſalubrior redditur. qui aer quoniam
interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contamina-
re conſueuit, ut de nuce arbore, atque Narciſſo memoriae prodidit
Plu-

A Plutarchus, propterea huiuſcemodi umbras inter deambulandum 3. Sympoſ. prob. 1.
fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet,
ut arbores rore ſuffuſae uitentur, quoniam, ſi per ipſas frequenter
quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam
Laitus apud Plutarchum in nat. quaeſt. attulit rationem, quod ros
corporibus illabens ipſa mordeat. atque excoriet, uel potius quod
a rore colliquatis arborum ſuperficiebus aſpergo quaedam noxia
inde corporibus affuſa inhaereat, quae partes extimas ipſorum mor
deat, atque diſcindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν,
non δηκτικὸν, & re ipſa, & uetuſto codice permotus legendum
puto) ineſſe perſpectum ſatis illud facit, quod ros bibitus gracilita-
tem inducit, ut mulieres eae manifeſto declarant, quae alioquin
obeſae dum tenuibus ueſtimentis, aut lanis rori colligendo ope-
B ram nauant, eo in exercitio carnes conſumunt. In omnibus autem
fere proderit ſub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit
Aretaeus & uertiginoſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro,
aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thy-
mum, mentham, maxime quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin
harum copia deſideretur, inter humano cultu procreatas. Eſt in hac
quoque non exiguum diſcrimen reſpectu caeli, quod, dum ſere-
num eſt, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bo-
nam reſpirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nu-
bibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tan-
demue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel
aeſtate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exer- Cap. 11.
citationibus accommodatum definiuimus: ſupereſt tantum illud
C adnectere, ambulationes quaſlibet ante cibum fieri debere, tum
mane, tum ueſpere: quandoquidem matutina aluum emollit, ſi cre
dimus Antyllo, ſegnitiem a ſomno contractam diſſoluit, ſpiritusq.
attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippo- 2. d diaeta.
crates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod
humoris tranſitus exinaniantur, neque animae meatus occludan-
tur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agi
les, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat. ueſpertina
uero ad ſomnum hominem praeparat, ac inflationes diſpergit, ca-
put tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a
Coelio, quod epilepticos imperaret circa ueſperam ambulare, ac lib. 1. chro. cap. 4.
rurſum conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum
diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis,
quibus non ſine labore in fundum uentriculi deſcendit cibus: illis
pariter,

ſole, uel in umbra, & hac aut clauſa, aut aperta ſtatur. A ſitu demũ **D** euariantur ſtandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & uel ijs totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus ſcilicet, & ſummis digitis ſtamus. Ante cibum ſtare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, & difficiliter ſpirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & ſiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices ſupplere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam ſimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſsire, minusq. catharris uexari crediderint: quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud ita uapores natura ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt. **E** Qua item ratione eos omnes damnare uehementer ſoleo, qui, ſi alto capite dormiãt, minus a catharris ſe uexatum iri putant, cum potius contrarium eueniat, ut ſcilicet qui humiliori, & fere ceteris mẽbris aequali capitis ſitu dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluãt. Quamuis ſecus iudicandum ſit, ubi quis uentriculi in cõficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in caſu Poſidonius apud Aetiũ magnopere ſtudendum eſſe iuſsit, ut in decumbendo caput altiori ſitu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accõmodetur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur. Atq. hoc intelligi debet de ijs, qui multum ſtant: ſtare etenim pauco tempore exiguum quid prodeſſe, neque multum obeſſe poteſt. Qui porro com- **F** muni illo effato, Prandia poſt ſtabis, inducti poſt ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debent, ſi mediocri quodam tempore ſtetur, deſcenſui ciborum in uentriculi fundum id inſigniter cooperari, & conſequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laeſionem afferre: uerũ ſi multo tempore ita quis permanſerit, praeter moleſtiam, qua ob ciborum interdũ pondus, praeter laſsitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offenſiones ſubire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atq. inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atq. ſpirationem uniuerſam nõ parum labefactat, uti ex difficultate ſpirandi tũc apparẽte facile quiſq. cognoſcere ualet: poſtremo renes, atq. ueſicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex ſimili ſitu ad

cas

Petrus Apponenſis 5. partic. prob. 1.

A eas partes deferuntur, renesq. & lumbi uehementer incaleſcunt, debilitaturq. ut non temere uideatur praecepiſſe Ruſus Epheſius, ne quis ulceribus renũ laborans, etiam ſi morbus inclinare coepiſſet, ſtaret. Statio in umbra ſemper aliquibus ex praedictis differẽtijs adnectitur, ut ſit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum & proin de qualicumq. adnexa reperietur, illius effectus cõtinuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid ſecus non accedat. hoc autem dico, quia ſaepenumero umbra uel eſt locorum concluſorum frigidorum, atq. humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius pernicioſae rei, quas omnes corpus maculare, & ſanitatem deſtruere nemo negabit. Ceterum de ſtantibus ſub ſole in hunc modum determinandum eſſe, iudico, quod ſcilicet ſtare ſub ſole in aeſtate ſummopere calefacit. immo ſententia eſt Ariſtotelis, cum ſtamus in ſo- **B** le nos magis deuri, quam dum mouemur, etſi per ſe motus ipſe quoque calefacere ualeat, quod alias fuſius explicauimus. Si igitur ita eſt, rationi conſentaneum efficitur, iuuamentum inſigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In icter.cis item curandis tali inſolatione uſum Archigenem reperio. ne interim ſilentio praetermittantur ea, quae apud Aetiũ ex Antylli ſententia legũtur, inſolatione ſcilicet uarijs modis antiquos uſos fuiſſe, alias cum unctione, alias ſine unctione, modo ſedendo, modo iacẽdo, modo ſtando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum eſt, quod ſi inſolatio adminiſtretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde ſaepenumero mirari mihi contingit, quo ge- **C** nio ductus Plinius maior nõ modo purgato corpore, uerum etiam poſt cibum in aeſtate ſub ſole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuiſſe medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora pluſquam par ſit incaleſcere, febres, atque capitis dolores gigni: Nam ſi antea quam corpora ſoli exponãtur, opportune exinaniantur, aut ſine unctione, aut cum unctione fieri poteſt: ſi fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti ſuccurrit, quod illud durius atque impaſsibilius reddat, & ob id merito in Epilepſia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo ſit inſolatio moderata: ſicut item in ea inſaniae ſpecie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas diſflationes auget, ſudores elicit, carnem conſeruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praeſertim hydropica deprimit: neque tamen ipſa noxis ſuis caret, quando quidem mora

quaeuis

lib. de affe. ren.

5 ſectio. prob. 34.

Lib 3. c. 5.
Lib 3. c. 6.
9. de cõpo. med. ſ l. c. 1

Plin. nepos lib. epiſt. 3.

Gal. d cauſis morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis ſub ſole bilem auget, & conſequenter ijs, quibus calor na- D
tura mordax eſt, ualde aduerſatur, ut a Galeno ſcriptum eſt, ſpiri-
tumque craſsiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneā
exacerbat. Ceterum ſi abſque unctione inſolatio adhibeatur, in
ceteris eoſdem effectus parit, niſi quod corpus exſiccat magis, tam-
quam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem
totam inficit, necnon carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſans mi
nus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit.
qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſar-
chiam ab Aetio laudatam cenſeo. Verumtamen duo hic animad-
uerſione digna eſſe exiſtimo, alterum, quod medicos, ubi ſub ſole
moram probarunt, praetegi pannis capita uoluiſſe opinor, quo-
niam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demon-
ſtrant, capita detecta, ſi ſoli exponantur, ualde offendi, nempe quae E
ſupra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad ſeſe at-
trahunt, ſicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris cathar-
ros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire ſu-
ſpicandum eſt, propterea quod, ut ſcripſit Ariſtoteles, induta cor-
pora a ſole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus
feriantur. atque hoc totum a Galeno ſignificatum credo, ubi dixit,
eos, qui nudi ſub ſole manent, uniuerſum corpus calefacere, qui
uero induti, caput ſolum: nam demonſtratum eſt a nobis libro ter-
tio, Maiores noſtros numquam fere caput tegere ſolitos: ne mire-
mur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum ualde
incaleſcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quod, ſi-
cuti ſedentes, & ſtantes ſub ſole uehementius incaleſcere, ſiue po-
tius deuri experientia conſtat, quam ambulantes, & currentes: pa- F
riter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas faci-
lius recipiunt. Atque haec uniuerſa a nobis dicta de ſtantibus pla-
nis, ac totis pedibus intelliguntur. ſtare namque calcibus innixos
non modo laborem ac moleſtiam inducit, uerumetiam nullum iu-
uamentum effatu dignum praeſtare creditur: quemadmodum ſi-
militer eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, praeter fatigatio-
nem illico ſuccedentem partes illas callis moleſtiſsimis afficere
compertum eſt, & praeſertim quando quis eo frequenter utatur hi
ſiquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uiden-
tur, ut longius multis alijs proſpectare ualeant, cuius gratia ab anti-
quis ſpeculator, ſiue σκώψ pingebatur facie hominis ſtantis ſupra
digitos, ſummamque manum ad umbelle formam ſupercilijs ad-
mouentis, ut Aeſchylus in Theoris meminit.

6. epid cō. 1. ap. 10. 2. de tu. ua. cap. 12.
Lib 1. ſer. 3 cap. 32.
2. partic. probl. 9. lib. de cauſ ſis morb.

De

A *De pugnarum effectibus.* *Cap. 11.*

PVGNARVM, quae maioribus noſtris ad ualetudinē in-
ſeruierunt, quaeq. etiam temporibus noſtris inſeruien-
di ſimiliter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis
fictis, neq. incidentibus, uel pungentibus aduerſus ho-
minem, aliae aduerſus columnā aut palum, aliae aduerſus umbrā.
atque omnes uel fieri poſſunt a pugnantibus corpore, nequaquam
armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduerſus hominem
uel columnam inter magnas exercitationes repoſuit Galenus, quē
imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum
enſibus factum eſſe ex uelocibus. atque fortibus exercitijs. quae om-
nia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando arma-
B tum certare inter exercitationes ſimul, atque opera manifeſte repo
ſuit Galenus, qui ſimiliter certare aduerſus umbram (σκιαμαχεῖν
dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem eſſe iudicauit,
ut Auicenna quoque, & Paullus poſt ipſum cenſere uiſi ſunt. Cum
itaque res ita ſeſe habeat, pugna non armatorum tam aduerſus ho-
mines, quam aduerſus columnam adminiſtrata in primis magnope
re calefacit, excrementa educit, ſudores ciet, exuberantem carnem
ſupprimit: & proinde a Coelio in curanda polyſarchia adhibetur,
deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum
in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō
parum labefactat. renibus item laborantes huiuſcemodi exercita-
tionem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, ſiue aduerſus
umbram certatio corpora tenuat, carnes, & ſuccos detrahit, quod
C celeribus exercitationibus conuenire ſupra monſtrauimus, proprie
autem ſecundum Galenum brachiorum, atque manuum exercita-
tio exſiſtit: praeterea ualet, ſi Antyllo credimus, ad ſedandam affe-
ctionem laſsitudinis ſenſum referentem, ad humores firmandos,
ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. eſt etiam
utilis uitijs, quae thoracem infeſtare ſolent, confert renibus, & colo
inteſtino, materiam ad inferiores partes deducit, & praeſertim in
ijs qui pedibus imitantur pugiles, quique non ſolum manibus cum
umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam ſa-
lientes, interdum uero tanquam calcibus caedētes. Ad eadem om-
nia ſimiliter ualet pugna aduerſus palum effecta, quae tantummo-
do in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs ma-
iorem uim infert, quam aerem ferire. Non eſt tamen ignorandum,
pugnam aduerſus hominem pugnantem initam, magis exercere,

6 epid cō. 1 Aphor. 6. 6. coll c. 1.
1. de tu ual. c. 8 10. & lib 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
Lib. 1. chr. cap. vlt.
6. Epid. com. 1. aph. 5. 2. de tu ual. cap. 10. 6. collec. apud Orib. cap. 29.

 & uim

& uim maiorem corporibus inferre, quam iſtam: quoniã, ut ab Ale D
1. Libro. Prob. 120. xandro perbelle ſignificatum eſt, athleta, ſi obnitatur antagoniſtae; fortitudinem eius auget; ſin cedat, neque reluctetur, robur eiuſdẽ reſoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda eſt, quae cũ robuſta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inſcribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, ſiue armatum pugnare corpora robuſtiora, ſi quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
Loco cita. laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipſo ad motum aptius, & ad carnem ſuſcipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exſiſtere, ut corporis firmitatem, & longam reſpirationem gignat, cum illi, qui ſeſe pugnis ſimilibus dedunt, omnem aliam E ſpiritus expulſionem ferre poſsint: facit autem huiuſcemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia eſt, praeſertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere preſſum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, ſiue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem eſſe exiſtimans cum armata luctatione, ὁπλιτοπάλη ab Aeſchylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae ſpecies armis in manibus nullo modo utebatur, ſed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, ſicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, ſiue celerem agitationem,
2. d. tu. ual. cap. 10. quam Galenus in numero uehementium exercitationum repoſuit, ſpeciem quandam exſtitiſſe. An uero de hac armata pugnae ſpecie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polyſarchia F poſt plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum
„ hoplomachia, hoc eſt armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex ſuperioribus patet, relinquitur: quoniam, & ſi nomen Graecum hanc ipſam ſignificare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipſo illata explicatio, & uſus demonſtratus manifeſtum argumentum faciunt cum de pugna illa ſermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc poſtremam carnem, ſed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus expoſcere, ut ſermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriuſq. necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum abſit, ut ſimilis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaue ſanitati opem afferre ualeat: ea enim eſt, quae hodie apud multas Chriſtianorum nationes ſub Duelli nomine nõ ſine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & noſtris temporibus ab uno hominum inimiciſsimo Sathana repertam ad perdendas animas fuiſſe ſemper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falſo probare conati ſunt, qui hucuſque duellum tractarunt, ſed potius gladiatoriam duellum huiuſce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item atteſtari uidetur, ſcilicet iiſdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertaſſe, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit diſcrimen, quod illi tum gloriae cuiuſdam inanis gratia, tum praemiorum ſpe, ſed fere ſemper uĩ
B quadam, utpote uel ad ſupplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: iſti uero ſponte, & nullis cogentibus, niſi ſolius honoris uana quadam & falſa defenſione proiectante aguntur: ut hac ratione minus excuſatione digni habeantur, cum ſponte in propriam ruant perniciem. Vtinam reſipiſcant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Chriſtianos decere: ſic profecto & multae urbes, quae ob hoc inteſtinis, & ſaeuiſsimis diſſenſionibus exagitantur, ad meliorem ſtatum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius conſuleretur. At ne longius a propoſito noſtra diuagetur
oratio, haec ſufficient, ſi illud addidero, quod Celſus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis ſcilicet creditum fuiſſe, gladiatoris iugulati ſanguinem epotum iu- lib 3 c. 23. lib. de cõp. cap. 18. lib. 28. c. 1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipſorum ferinam ſuperſtitionem, quam ut ullam fidem adhibendam cenſeam, ſignificare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. *Cap. III.*

MVLTA apud antiquos exſtiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter uſurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo ſeſe offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus ſummis concertare, quod, ſiue luctae ſpecies aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, ſiue ſeparata quaedam exercitatio, ut Galenus
2. de tu. ua. cap. 8. cenſuiſſe uidetur, ubi poſt luctam alias quaſdam exercitationes ad-

D numerans acrochiriſmum nominat, facitque manifeſte a lucta diuerſum; conſtat ipſam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Auicennam inter ueloces ſine robore exercitationes locum obtinuiſſe, & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, ſuccosque detrahendi facultatem poſsidere, ut apposite inſinuare uiſus eſt Hippocrates, apud quem legitur acrochiriſmum attenuare, & carnes ſurſum trahere, proprie uero manus, atque brachia ſecundum Galenum in ipſa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has partes corroborare in animo eſt, ſicut ijs ualde nocet, quorum chiragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infeſtare ſolet. de hoc locutũ eſſe Celſum quis credere poteſt, ubi in ijs qui ab arida tuſsi exagitatur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλεθρίζειν, ideſt ecplethriſtare, a Galeno inter exercitationes citra robur, & uiolentiam celeres recenſetur. **E** Auicenna autem illud ex fortioribus eſſe dicit, niſi uelimus ipſum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati ipſi, & Galeno, a quo iſta omnia accepit, manifeſte repugnantia ſcripſiſſet. Eſt igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres conferunt: ſed peculiariter crura, & pedes exercet: thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male uexatur, ualde obeſſe reor, haud ſecus atq. capitibus male affectis uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuerſionibus, quaſique circuitionibus facillime tum uertiginoſas, tum apopleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum cenſu eſt, & πιτυλίζειν ſiue pytiliſſare, aut pytiliſma, ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, **F** mea tamen ſententia haud prorſus uehementia aliqua caret, cum ſtatus ille ſupra pedum extremitates, necnon uelox manuum modo antrorſum, modo retrorſum agitatio haud quaquam ſine muſculorum intentione, & proinde ſine ui, aut robore quodam peragi poſsit. Vnde in huiuſcemodi exercitatione obeunda uehementer incaleſcere corpora affirmare non dubito. Ad haec motus iſte brachia inſigniter exercet. ſed eos, qui capite ſunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã podagris ſuſcipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius uſum exſtitiſſe autumo, quando poſt longam brachiorum ualetudinem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis aſſuefacere, nec non a torpore liberare in animo habebat. Sunt praeterea a Galeno nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui conferant,

[2. de tu. ual. cap. 10. — Lib 3. c. 3. — lib. 1. c. 17. — Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. — 2. de diaeta. — lib citato cap. 11. — Lib 4. c 4. — loco citato — Loco citato. — In Miſcel. cap. 38. — 2. de tu. ual. cap 9. — loco citato]

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam ſi quis alteri iubeat, ut ſe uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipſe non manibus modo, uerum etiam cruribus, ſpinaque conſtans, inflexusque reſiſtat, quo genere Milonem ipſum ſeſe exercitaſſe ferunt, dum conuellere ſe, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incaleſcet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de ſimili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum [Lib. 5. chro. cap. ult.], quando pro polyſarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc eſt colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda eſt talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorſo, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto ſi quis (ut Milo factitabat) conuellere ſe, mouereque de loco uolenti **B** permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, ſi pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, ſiquis alterum complexus medium, aut etiam ipſe medio comprehenſus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe a cõplectente ſoluat: niſi quod in hoc periculum imminet, ne uiſcera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum diſſolutio quaeritur. Ita etiam ſi quis alterum, qui uerſus ipſum ſe inclinet a latere aggreſſus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod ſublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis ſi dum geſtat, ipſe nixu, reni**C**xuque corporis utatur: ſic namque ſpinam uniuerſam corroborabit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerſo innixi magno ſe conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibns pendentes deorſum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per conſequens robur corpori uniuerſo comparant: at periculum ſubeunt, ne thoracis uaſa aliqua rumpantur ipſis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametſi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti uſu fuerunt, & praeſertim nobilibus, ac illis qui non ſine ſuauitate quadam ſanitati operam dabant. hac item tempeſtate non deſunt, qui ipſis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

D

De ſpiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.

Cap. 6. RETENTIONEM ſpiritus ſpeciem quandã exercitatio-
nis eſſe, cum abunde in libro tertio demonſtrauerimus,
id amplius repetere non eſt opus: illud dumtaxat adiun
gam non facile reperiri, in qua nam differentia locata
fuerit, niſi quod animaduertentes nos in huiuſcemodi exercita-
tione muſculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & ſu-
2. partic. Prob. binde in partibus interioribus calorem augeri, ut Ariſtoteles, &
2. d̃ diaeta Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri ſine uehementia
iudicare poſſumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit,
ſpiritus detentionem meatus diſparare, cutem attenuare, necnon
3 d̃.tu.ual. cap. 2. humiditatem ſub cutem extrudere poſſe. A Galeno ſimiliter, & E
in lib. artis ab Auicenna ſcriptum eſt, retentionem ſpiritus membra ſpiritua-
med. c. 87. lia calefacere, corroborare, & emundare, necnon anguſtas cauita-
Li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2. tes ampliores reddere. Quod etenim ſpiritus cohibitus expurgare
thoracem ualeat, clare conſtat: quippe qui in ipſa retentione un-
dique compulſus in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eosque, ſi
amplius truſus, propulſusque fuerit, etiam penitus tranſire, atque
extenuati iam agitatione excrementi nonnihil ſecum arripere, eo
prope modo, quo intuemur opifices anguſta inſtrumentorum fo-
ramina uehementiore ſpiritus inflatu expurgare: quãdoquidem is
quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipſo quaedã
impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occur-
runt, attrahuntur quae ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motus utra
que coacta. Quod uero ex retento ſpiritu cauitates euadant latio- F
res, hinc probatur, quoniam ſi thorax in medio corpore locatur, ſa-
ne illo magna aliqua inſpiratione aere impleto, & deinceps ſupre-
mo laryngis oſculo ligulae opera clauſo, necnon muſculis toto tho
race preſſo, neceſſum eſt aerem compreſſum undiq. meatibus cor-
poris uniuerſis inſeri, ſicque intruſum eos undequaq. dilatare, mo-
do inferiores dum illuc impellitur, modo ſuperiores. ſic ergo per
ſpiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris par-
tes emundantur, ipſaeque, atque etiam aliae interiores calorem
in ſymp. concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praeſertim infla-
2. partic. Prob. tiones remouentur. ut non temere Plato ſub perſona Eryſimachi
li. de med. medici, nenon Ariſtoteles memoriae prodiderint, ſpiritum cohi-
fac. par. & libro 2. de bitum a ſingultu liberare. quorum placita ſecutus Galenus ab eo-
ſymp. cau. dem non ſolum ſingultum, uerum etiam tuſsim a frigida inſtrumẽ-

torum

A torum reſpirationis intemperie contractam exſtingui teſtatum re-
liquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos
quoslibet meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adae-
quentur, & ad temperiem priſtinam redeant. Hinc fit ut ferme in
hanc ſententiam uenire debeamus, talem exercitationem omni-
bus illis conuenire, qui ſpiritualia membra frigefacta, debilia, aut
excrementis aliter obſeſſa gerũt, quiq. expulſiones quaſcumq. cor-
poris aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oſcitationes
& pandiculationes calido flatus diſsipante huiuſmodi ſpiritus re-
tentionem ſoluere clarum eſt. ut merito dixerit Hippocrates 2.
& 6. Epid. longam reſpirationem crebrarum oſcitationum eſſe re-
medium. In reſolutione linguae exerceri ſpiritu retento probauit
Celſus, ſicut & Aetius in omni uocalis inſtrumẽti reſolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibi-
tione, argumento ſunt multi, & praecipue pueri, qui ſiue ploran-
do, ſiue ridendo, ſiue alio pacto ſpirationem contineãt, aut in ipſo
actionis tempore, aut paullo poſt, modo ſtercora, modo urinas, mo
do muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: ſimiliter obſtetri-
ces iſtud teſtantur, quae ad partus expulſionem faciliorem, & cele-
riorem reddendam parturientes ſpiritum continere praecipiunt.
in quo tamen ipſas ſaepe errare ſcribit Aetius, quando ex nimia hu tetrab 4. ſer. 3. c 10.
iuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarum incu- 11. partic.
rabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in prob. 48.
oculis, ut Auenzoar teſtatus eſt. Dicebat Ariſtoteles ſpiritu retento Prob. 20.
melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam mo-
uet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt: lib. 27. c. 6.
C quamuis Caſsius Medicus aliter ſentire uideatur. Exſtat item Plinij
auctoritas, quod euerſos ſcandentesq. ac iacentes, ſi quid ingruat,
contraque ictus, ſpiritum cohibere ſingularis praeſidij eſt. Si igitur
a ſpiritus retentione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſane
Coelius Aurelianus ipſam aſthmaticis, ſtomachicis, atque colicis Li. chro. 3.
curandis egregiam opem praeſtare ſcriptum reliquit. Neque tamẽ cap. 1. & 2. lib. 4. c. 7.
huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipſam aliqua ex parte
obeſſe credamus, quandoquidem Aſclepiades caput opplere teſta-
tus eſt, cuius ſententia a Galeno certe exploſa fuit. Ego uero illam
prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſto conſpici-
mus, dum ſpiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumeſce-
re, oculos amplificari, genas ac uniuerſum uultum contrahere ma
iorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia il-
lius repletionis clara indicia eſſe, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

 Dioclem

Dioclem tota uia aberaſſe pro certo teneam, dum ſpiritum reten- D
lib.1.c.4. tum in epilepſia curanda praeſidium afferre dixit: ſicut Coelium laudo, qui in eiuſdem affectus curatione ſpiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc ſanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In ſan-
Coel.lib.2. cap.13. guinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus aſſentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uaſorum inflatione, diſtenſioneque facillime debilia, & relaxata uaſa franguntur, fractaque iterum reſerantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque inteſtina exſilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo ſpiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione iſta uehementer contenduntur, & per conſequens, niſi robuſtae ſint, citra multum E laborem diuelluntur, quemadmodum apertiſsimam fidem pueri facere poſſunt, qui ſi interdum nimis quam par ſit flendo, aut aliquo modo ſpiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, ſcrotumue diſrumpitur, & deinceps inteſtina delabentia, aut flatus interclusi, uix ſanabiles hernias pariunt: quod ſimiliter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis ſpiritum retinere conantur, ſaepenumero ſolet euenire, & praeſertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. muſc. ſecundo in fine, ac 6. Epid. com.4.tex.24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) ſiue edictum facere uolunt. Vna ſeruata ratio ab huiuſcemodi periculis tuebitur, ſi moderate, aut potius infra mediocritatem ſimilis retentio peragatur, ubi agenda erit: F alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda ſequantur.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione & cantu. Cap. V.

VOcis multas, ſed unam praecipuam exercitationē effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarūt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in ſex ſpecies partiemur, quemadmodum magna ex parte in ſuperioribus egimus, uociferationem ſcilicet, cantum, lectionē, ſermonem, riſum, atq. fletum. quorū omniū natura perſpecta nihil rema-

A remanebit, quod huiuſce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque ſint illae, adſcripta ab An- Oribaſius lib. 6.c 8.
tyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna cōdicio eſt, quod thoracem, atque uocalia inſtrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio reſpici. ſubinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, ſolidas corporis partes, robuſtas, puras, & offenſae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum ſuſcipiat, inde oritur; quia ſpiritus aſsiduo motu, tam attractus, quam exſufflatus colliditur, atteriturque, ſicq. ex ea colliſione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuſcemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium inſtrumētorum humiditates internae
lib de tuē. ſan. lib.1.c.29. lib.3.c.5. lib.1.f.3 d. 2 cap.2. 6 colle. cap.2.
B conſumuntur, quod euidentiſsime declarat denſus vapor ex ore vociferantium prodiens, & ſuperfluitates uetuſtiorū humorū unicuique meatui ad haerentium, quae excernuntur non ſolum in praedictis uociferationibus, ſed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uaſa abſterguntur, multi humores, ut ſputa, muci, & pituitae conſumuntur, quae ſicut antea calorem obſcurabant, debilitabant, & incraſſabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc poſtea ſolidis partibus maius robur, maiorq. impaſsibilitas ſuccreſcit. Si itaq. haec ita ſe habent, rationi conſentaneum eſt, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuerſum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generoſum praeſidium exſiſtere. quē admodum iſtis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Aureliano, & Aetio commendatam ſcimus ſtomachicis, uomentibus,
C acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos faſtidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, aſthmaticis, orthopnoicis, phtiſicis, diuturno pectoris aut ſepti dolore uexatis, apoſtemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obſeſsis, aut ſecundum Alexandrum etiam parturienti- Alexan.1.
bus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pitui- prob.87.
toſis, conualeſcentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local.cap.iiij. ſtomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. eſt Aretaei medici antiqui, & praeſtantiſsimi ſententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob ſuperfluam humiditatem raucae factae, necnon inſtrumentis uoci deſeruientibus reſolutis, atque etiā

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, ſi uox uel ex morbo, uel ſuapte natu-
ra male affecta ſit, tali exercitatione ſecundum Antylli ſententiam
emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,
& longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, par
tim propter ſilentium quaſi ſuarum actionum oblita, ideo fit ut in
hiſce omnibus, quae dicta ſunt, uociferationis uſus ſit utilis, cum
longam loquellam diſſoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi
ne contracta eſt, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi-
ni uero occurrat, grauiores ſonos inſpergendo. ceterum qui ex ſi-
lentio oritur, quamuis non propriae uocis ſit labor, tamen cum uo
cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq.
uociferatio eſt utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum ſi uo-
calia inſtrumenta defeſſa ſint, totumq. corpus ſuum tenorem non E
ſeruet, aut laſsitudine obſideatur: uocis namqud exercitationem a
2. d̄ diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, poſt carnis a laboribus colliqua-
tionem commodam eſſe, quoniam humiditatis euacuationem fa-
Cap. 7. ciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uoci-
feratione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta
intelligantur, quae capitis affectionibus non eſt idonea, utpote ne
ſcio quid facultatis poſsidens ad replendum caput, necnon inſtru-
Lib. 1. chr. cap. 4. menta ſenſuum in capite contentorum. Hinc eſt, quod Coelius Au
2. de cur. chro. c. 6. relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudēter ad-
didit (ſi ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius
In lib. de p̄ceptionib. peragitur & interdum ἀναώδησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur,
li. de inſtr. odor. uno prope uerbo dicta eſt ab Hippocrate affligere, ſiue λυπέειν,
haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut F
7. de cōp. me. ſ. l. c. 1. teſtantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
4. de locis affe. ſententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratio-
lib. 5. epiſ. ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-
ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
nepos iure conqueſtus ſit, quod Zoſimus eius libertus, dum uoci
reparandae ſtuderet, rurſum uena recluſa ſanguinem reddiderit.
eandem tamen Aretaeus ſtomachicis curandis, & Aetius ſingultui
comprimendo uſurparunt. Illud itaque hoc in loco non eſt igno-
randum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferatio-
nibus neque temere, neque inconſulto utendum fore, ac praeſer-
tim ijs, qui huic exercitationi non aſſueti incipiunt. neque enim ijs
uti quiſquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia
praeſente: quin etiam uox non eſt exercenda, ſi magnis, & euiden-
tibus

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis,
& exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magni
tudinem, & multitudinē accreuit uapores corrupti largius per cor-
pus diſtribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter 1. cur. chr.
exerceri, & grauibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae cap. 2.
uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pul-
ſationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt, medio-
criter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab
eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dice-
bat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore Partic. pro ble. 11.
uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, Prob. 22.
tum clamore feruidus effectus inter exeundum aſperam arteriam
exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu li. d̄ tuē. ua.
B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immode-
ratae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet
uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamo-
res exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & im-
petus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferа-
tionem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia
quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod
etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio
deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi libro 1.
cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, probl. 76.
ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque
ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, at-
que alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ- 19. partic.
C ſus eſt) tibias & ſonum adiberent Antiquiores, & quod ad eos, prob. 1.
qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, uel morbo ſollici-
tantur, homines congregari, uarioq. uti ſermone ſolitum ſit: quan-
doquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit
aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblecta-
mina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo il-
lis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatio-
ne cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Loco cita.
Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in mor
bis ipſam aliquando uſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelia- Li. 1. chro.
nus uocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanienti- cap. 5.
bus in declinatione conducere ſcripſit, refert inſuper Aulus Gel- li. 4. c. 13.
lius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uipera-
rum hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus me-
deri;

deri; & ad haec fuiſſe creditum a pleriſque, & memoriae man- D
datum, iſchiadicos, cum maxime doleant, tum ſi modulis lenibus
uel ipſi, uel tibicen (quod factitare ſolitum Iſmeniam Thebanum
legimus) incinat, minui dolores, ſicut & Philiſtionis frater in lib.
22. de adiutorijs confeſſus eſt: quod remedij genus a Pythagora ex
cogitatum eſſe, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius
ſunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Aſcle-
piadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, ap-
poſite ſatis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & can-
tilena paſsionis robur excludi poſſe crediderunt. Si igitur cantus
ualetudini conſeruandae parum confert, grauiorum autem tono-
rum ſonus utilis eſt, uociferationi potius, quam cantui ſanitatis
ſtudioſi operam dare debent: quoniam ſic plurimus aer attractus
thoracem diſtendit, uentremque & meatus per uniuerſum corpus E
diſſeminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac
futilis oblectatio ſolummodo reperiatur, quae corpora robuſta po-
tius effeminare, non autem conſeruare, aut augere apta eſt. unde
In lib. de tuen. ua. mirari ſoleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) ſeſe cantu exer-
cere conſueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipſis, & con-
citatis lectionibus redundantium humorum excretiones contin-
gant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per ſudo-
res; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam tranſpira-
loco citato tionem. Veruntamen illud Auicennae dictum ſemper memoria
tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem eſt
timoroſum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus ſaepe-
numero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, ſicuti noſtra-
Gal. li. 7. d cõp. med. ſm loc. c. 1. tes ſacerdotes, aut cantores certam fidem facere poſſunt. antiqui- F
tus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro pri-
mo ſcripſimus, frequenter utebantur: quorum beneficio perito-
naeum, Scrotum, ac teſtium utriculi humectabantur, ſicque emol-
lita magis tuto extendebantur, neque faciliter diſcindebantur: no-
ſtris autem temporibus minime huiuſce generis remedijs uti facile
conceditur: ut hac ratione modum in uociferando ſiue cantando
maiorem ſeruare neceſſe ſit.

De

A *De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus.*
Cap. VI.

LECTIONIS a medicis ad ſanitatis uſum probatae duas
ſpecies inuenio, alteram intentam, & concitatiorem;
alteram remiſsiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Lib. 1. c. 2.
Celſus auctor elegãtiſsimus claram nũcupare maluit,
cum ſit agitatio ſpiritus non leuiter, nec in ſuperficie, (ut Plutar-
chus ſcribit) ſed uelut in ipſo fonte, in ipſis uiſceribus ualens, calo-
rem auget, ſanguinem ſubtilem reddit, omnes purgat uenas; om- li. d tu. ual.
nes aperit arterias, humorem ſuperfluum non ſinit craſſeſcere, ne-
que concreſcere, neque faecis in morem ſubſidere, in his conce-
ptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere
B a Celſo inter ea, quae commode exercentur, primum locum rece-
pit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, ſed potius conferat, lo
cupletiſsimi poſſunt teſtes eſſe Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citato
rum ille in curando capitis dolore, atque etiam inſania ſimilem le-
ctionem adhiberi conſuluit: hic uero ad refrenandas, quas patie-
batur, capitis deſtillationes ipſam in frequenti uſu habuiſſe ſcribit. Epiſt. 97.
obſeruandum eſt in hoc caſu, ne in inſania, aut capitis dolore diffi-
cilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus lib. i. chro.
afficiunt, quam corporis immodicae geſtationes. Iuuat inſuper cla- cap. 1.
ra lectio cum pectoris intimas partes, tum ſtomachum, cuius etiam
uitia, ut ſcribit Celſus, corrigit, quandoquidem per ipſam pituitoſa
excrementa ſuauiter attenuantur, abſumunturq., & calor natiuus
citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoſcens Pli- Li 9. epiſt. penult.
C nius maior, dum uoce atque ſtomacho laboraret, in eorum reme-
dium claram lectionem exercuiſſe, auctor eſt illius Nepos. qua pa-
riter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore ge-
nitis ſollicitantur conſuluit leniter exclament, aut concinne cum
uociferatione procedẽdo legant. Sic ad phtiſicos, atque tabeſcentes
ea Methodicos nonnullos uſos fuiſſe legitur. de hac ſermonem fa- Cel. lib. 1.
ciens Auicenna dixit, quod ad legendum ſuauiter eſt incipiẽdum, cap. ult.
deinde uox ordinate exaltanda, poſtea cum uox fortior facta fue- loco citato
rit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipſius erit ponendum tempe-
ratum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec
de intenſa ac uehemẽtius facta lectione, quam Celſus etiam in tuſ- lib. 4. c. 4.
ſi ſicca laborantibus non parum utilitatis praeſtare cenſet. Cete-
rum quae lenius, & remiſsius agitur, ad eadem fere omnia ualet, ni-
ſi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipſa poſt
ciborum

ciborum ſumptionem citra noxam uti poſſumus, quod Plutarchus D
18. partic. prob. 1. quoque non improbauit. de hac autem loquens Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, ſomno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores craſsi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes ſomnum inducunt. ex aduerſo uiros intelligentia praeſtãtes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipſis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam ſomniculoſi euadunt. Poſt uociferationem, cantum, atque lectionem ſuccedit ſermo, ſiue locutio; quae & ipſa uocis exercitatio eſt, attamẽ praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenſeri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad ſomnum propenſi ſunt; quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate ſenſus tor- E
pentes, quaſiq. oppreſſos habent. tales namque a ſermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox ſenſus a corpore liberentur. Pituitam porro a ſermone conſumi, indicant ſputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a ſtomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta iſta membra ſermonis beneficio gaudere demonſtrãt. Iam uero ſermo uim quan-
Oribaſius lib. 6, c. 7. dam obtinet, ſi Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia ſciunt medici in doloribus capitis, pluribuſue alijs eius affectibus ſermonem interdicendum fore, ſermo praeterea lippientibus, & quibus ſanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib. 4. c. 4. 5. Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Quapropter Cornelius Celſus, atque Galen. in ſanguinis reiectionibus ſilentium neceſſario requiri uoluerunt; ſimiliter linguam exſiccat, ſitim inducit. atque F
6. Epid. com. 3. in lib. de loquacitate in fine. hinc ſapienter Hippocrates ſcriptis mandauit, ſilere, & os continere ſitim exſtinguere: quam ſentẽtiam explicans eruditiſsimus Plutarchus non ſolum ſitim a ſilentio non generari, uerum nec triſtitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum ſeſe a loquendo continerent, tuſsim, ac ſingultum curaſſe memoriae prodidit.
lib 27. c. 6. Trriennio (ait Plinius) Maecenatem Meſsium accepimus ſilentium ſibi imperauiſſe a conuulſione reddito ſanguine. Ad haec uires diſſolui a ſermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato ceſsionibus, teſtatum fecit Oribaſius. ut nullum amplius dubium ſuperſit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat ſermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, ſaepenumero animis ingerat. quae ſi perſequi uellem, nimis a propoſito noſtro recederem, quando praeſertim, & Plutar-

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis, haec cognoſcere cupiẽtibus ſufficere poſſunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autẽ duae ſunt exercitationes, quae tametſi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermiſſae ſint, attamen ipſae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultatẽ non carent: atque eae ſunt riſus, & fletus. Nam riſus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praeſertim faciem exagitat, quin illas partes inſigniter calefaciat, haudquaquam infitiari poſſumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorefcens caliditatis acutae apertiſsimum argumentum exſiſtit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεστον, ſicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem ſignificat dedu-
B ci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae ſunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac triſtitiam in febres, aut alios affectus delapſi ſunt. de riſu uerba feciſſe Coelium Aurelianum exiſtimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, poſt cibum commendauit; & quando ſimiliter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuerſis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praeſtat riſus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, &
ſpiritum calidiorem emittat, ut ſcriptum eſt ab Ariſtotele, qui hac 11. partic.
de cauſſa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. probl. 13. & 15. & 35
hoc autem tanto magis ſperandum erit, ſi riſu ſeſe exercere uolen- Partic. proble. 8.
C tes alas ſibi ipſis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concurſus exſtat, quae titillatae concalefiunt, & ſpiritum ſubinde ex calefactione genitum per uniuerſum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum riſum, ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic ſenarius.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, ideſt 2. de repu.

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam ſpirituum effuſionem, praeter nimiam
agitationem, calefactionemue, non raro, ſecundum Ariſtotelis, & loco citato
Alexandri ſententiam, uehementem reſolutionem inducit: quo- libro 1. Prob. 19.
niam uitalis uis, & inſitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipſum, ſicuti per loci appetitionem ſur-

ſum

ſum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima petere neceſſe eſt: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, & uis
omnis uitalis euaneſcit. ut non abſque ratione Homerus finxerit
Odyſſ. ς. Procos riſu emori,

Ατὰρ μνηςῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀναχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,
tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur:

li. 2. de paedia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, riſum huiuſcemodi
mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porro ca-
put, ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo
negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dor-
ſumque oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in
pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuſcul. tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas,
cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſem, ut ſe intenderent ad
firmitatem; exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habe
re certo ſcimus: pueri namq. fortaſſe a ploratu minus offenduntur;
quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero
parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam So-
In Iſagog. cap. 17. ranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce con-
cutitur: tum quia inſuetam terram attingant, quando mulieres in
Prob. 61. lib. 1. nauibus parientes mutum edunt. quam ſententiam ſecutus Alexan
der medicus addidit, illos minime audiendos eſſe, qui animum di-
cant, quod amiſſo caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum
occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum
adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nuſquam ui- F
deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat,
loco citato praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem redde-
5. Aph. 54. 1. de tu. ſa. re narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum
cap 8. plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui
item a fletu nonnumquam febres accēdi perſpicue teſtatus eſt. quā-
tum ſubinde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In proh. liter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſsio
medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut
Lib. 6. cap. d cur. ocu. ſumma cum ratione eloquentiſsimus auctor Cornelius Celſus con
tinuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam
quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia inſtrumen-
ta inter flendum madefacta, exaſperataue, eam raucam efficiunt,
tuſſesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud
Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum poſt cibum ualde ſtoma-
chum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut
exiguū emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco ſimi-
lem uocis exercitationē dumtaxat animorum paſsiones, ut uoluit
Poſsidonius, exſaturare poſſe, quando nonnulli affectibus pleni, Gale. 4. de pla Hip & Pl. ca. ult.
quoties uolunt, plorare queunt, alij paſsionibus uacui etiā ſi uelint
nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta ſufficiant.

De Cricilaſiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

CRICILASIAE exercitatio tametſi apud nullas nationes
(quod ego ſciam) in uſu habeatur, quaeq. eius apud ue
teres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com
B pertum ſit, nihilominus facultates eius ab Oribaſio de- 6. collect. cap. 26.
ſcriptas praetermittere nolo, ut ſi forte alter, uel ipſiſsimam Cricila
ſiam, uel aliam ſimilem exercere nouerit, eius uires minus ignoret.
Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuiſſe, memo-
riae proditum eſt ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilaſiam intenta Oribaſius loco citato
corpora mollire, & quae loco ſtabiliri non poſſunt, tum reuolutio-
nibus, tum etiam figurarum corporis uarietate ſic parare, ut facile
flectantur, & ſtabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare,
calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bi-
le agitatur, ad ſtatum ſuum reuocare. Neque item trochus antiquo-
rum quis fuerit, ſatis mihi conſtat, niſi uel eundem, trochum no-
ſtrum uocatum, uel paullo diſsimilem illi fore dicamus. Hunc pro-
culdubio inter exercitationes tardas, atq. remiſſas collocandum eſ-
C ſe omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum im-
pellentibus agatur, necnon modo ſtando, modo ambulando exer-
ceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut
aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire ne
queunt, in primis conuenire uidetur, ſecundo loco ſenibus, atque
ceteris, qui maioribus laboribus incaleſcunt nimis, tum etiam aeſta
te potius aptabitur; peculiariter uiſus in ipſo exercetur, brachia, &
crura; quae omnia in ſimili motu ſuauiter, ac citra omnē uiolentiā
laborantia, quin robur acquirant, negari minime poteſt; ſicuti in
multis experientia quotidie comprobatur eum aluū citare, humo-
resq. ad infimas partes detrudere, & ſuccis uentriculi, ac totius cor-
poris concoquendis ſuffragari. Verum enim uero qui capite uerti-
ginibus obnoxio ſunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque
crurum ſollicitari cōſueuerunt, ab hac exercitatione abſtinere de-

 bent;

bent; quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos mor-
bos fouent, ac incredibiliter augent. Inde eſt, quod Aretaeus in cu-
ratione, epilepſiae ſolam eius uertiginis inſpectionem, quam facit
inſtrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo ſupra ſumus
locuti, epilepſiam inducere monuit. Hoc fortaſſe exercitationis ge-
libro 1. nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor-
fen. 3. do. 2 tis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod il-
cap. 2. lud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nomi-
nans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſoliſque
paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus,
quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum fer
reum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas ap-
proximando, quod quidẽ genus dorſum ob inclinationes cõtinuas E
exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus
In lib. de of ἐξαπιναίως ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admo-
fe. ren.
5. de tu. ua. dum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitatio-
cap. 3. nes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis conuenire,
qui occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia, auriũ
dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus oc-
cupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequẽtior eſt pila-
mallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe nemo non
fatetur; ſed quanto magis tẽporibus noſtris penes cunctas nationes
ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius facultates de-
clarare. Nam quod ex magnis ſit exercitationibus, ac uehemẽtibus
facile eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius natura conijce
re; a labore, quoniã ſudor, defatigatio, rubor faciei, ſpirationis ma- F
gnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriuntur; ex natu-
ra uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, &
brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedã adhibeantur,
indubitatam fidẽ faciunt, nequaquam abſq. uiolẽtia, aut magnitu-
dine huiuſcemodi exercitationẽ conſiſtere. & iccirco probabile ſit,
ipſam calorẽ natiuum augere, excrementa euacuare, ſomnos pro-
fundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus con
ferre. At caput ab eadem repleri certum eſt, quando Gal. hoc ui-
tium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit. Quan-
tum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc ſententiam ue-
nio, pilamallei exercitationẽ praecipue brachia, atq. dorſum exer-
cere, ſecundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mẽ-
bra iſta confirmare ſtudent, quique multitudinẽ ciborum perbelle
conſi-

A conficere, ſuccos, utiles per uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuper
fluitatem, tam per ſudorẽ, quam per ſecretam difflationẽ exinanire
intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus,
ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa de
ſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto mi-
nus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecil-
lia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quique renes calidos,
urinaſq. acres habẽt, ex talibus motibus ſummopere offenduntur,
ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflamma
tionem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui
ſanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generan-
dum pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine
occupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria te-
B nere operaepretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis pro
mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis,
modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe
monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorũ
inemendabilia mala ſuccedere: quemadmodum ſaepenumero in
propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt pran
dium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito
delectu, nõ ſua culpa, ſed exercentium in curia pernicioſas affectio-
nes, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut dili-
gentiam, a Maioribus noſtris in exercẽdis corporibus obſeruatam,
quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atque membro-
rum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, &
ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno noſtro ma- 5 de tu. ual.
C gnum dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionẽ
ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam cor-
rumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo
diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod
illis euitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit,
Galenum uoluiſſe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in 5. de tu. al.
alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe cap. 3.
exiſtimo; quoniam debilitas ſenum emendari non poteſt, cum ex
uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis
eſt. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercen-
das conſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemenda-
bili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uo
lumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in
hac ſententia recedere uideamur.

De equitationis facultatibus. Cap. IIX. D

2. ð tu. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6.

EQuitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exercitationes ſimul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eiuſdẽ ſententia magnam exercitationẽ eſſe, aperte cõſtat. Quo circa, quantũ ſit ex ſe, poterit natiuũ calorẽ augere, & excrementorũ inanitioni opitulari. Eſt aũt nõ parua differentia, an equus (ſic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portãdis hominibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an ſuccuſſet; an aſturco ſit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione ſcriptũ inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, ſi placide equus gradiatur, nihil magis, quã laſsitudinẽ, & praeſertim inguinibus afferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, continuã equitationẽ laſsitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecundos & coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco ſentẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ Ariſtoteles cõtrario plane ſenſu ſcriptũ reliquerit, equitantes aſsidue libidinoſiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatione, motioneq. incaleſcẽtia ſpiritu cõcipiunt, ſicq. coeũdi cupiditas inducitur: ſiquidẽ Hipp. de placida, & nimis frequẽti loquitur, vt pote q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblaedat: Ariſtoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ ſuccuſſante, ſed nõ admodũ frequẽter exercetur, uerba facit, unde particula (aſsidue) quã latini interpretes apponũt cũ in Graeco Ariſt. codice nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus laborioſe cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quẽ cauſſa frigida gignit, adhibetur, ſicut in epilepſia, in ſurditate, praeſertim uero ſtomachũ firmat. ut non immerito ſcriptũ ſit a Plinio, equitationẽ ſtomacho, & coxis utiliſsimã reputatã fuiſſe. qua itẽ ratione in ſingultu curando ab Aetio uſurpatur, ſenſuũ inſtrumẽta ſubinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut ſentit Trallianus) ſi quid aliud, maxime iuuat, ſolutam aluũ & fluentẽ, dicente Celſo, coercet, crura quoq. tenuia craſſefacit, quod Germanici exẽplo teſtatur Suetonius. Ceterũ thoraci maxime aduerſatur, necnõ ueſicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuſcemodi exercitationẽ vitari placuit Archigeni illi, praeſtantiſsimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obeſſe ſcrpſit Hippocrates, quamquã in hac re uarias auctorũ poſteriorum exſtare ſententias reperio. Themiſon Methodicorum

Oribaſius lib. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap 7.

E

Prob. 12. lib. ð aere, aqu. & loc. cap. 11. 4. Sect. probl. 12.

locis cita.

F

lib 27. c. 7.

Lib 9. c. 3. Aet. lib. 11. cap 30 loco citato

princeps

A princeps in coxendicum dolore, ἰσχιάδος nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiã motus partium faceret uexationem: poſt ipſum idem cõfirmauit Theodorus Priſcianus, &, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputaſſe, quem ſecutus Coelius Aurelianus Themiſonis placita inſectatus eſt, tamquam ueram iſchiadicorum curationem deſtruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incaleſcere, ac ex motu debilitari, ita ſentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quaſiq. inueteratos acerbiores & indiſſolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celſo podagricis iure damnatam fuiſſe puto.

Coel. lib 5. cap. 1
li 2. ad Timo. c. 21.

B Equitatio peracta ſuccuſſante equo praedictis duabus proculdubio deterior eſt, nimirum quae uniuerſum corpus moleſte quaſſet, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille ſapientiſsimus Graeciae ſaucius intelligebat, ubi diceret.

Libro 4. cap. ult.

Pedetentim ite, & ſedato niſu ne ſuccuſſu
arripiat maior dolor.

Cic. 2. Tuſ.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum ſuccuſſantem taetrum nuncupauit hoc uerſu.

Succuſſatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius Marc.

Ad haec ſuccuſſationẽ uehementer caput offendere, collũ & dorſum, & nates, experiuntur illi, qui aliquãdo in hunc modũ equitare coguntur. Deniq. ſi ulla eſt equitatio, quae uiſcera praecipue (id. n. fatetur Galc.) agitare apta ſit, proculdubio nunc propoſita talis eſt, a qua nõ ſolũ interiora omnia cõcuti, uerum etiã ſuſpendi, quaſiq.

2. ð tu. ual. cap. 11.

C arripi uidentur. illud unũ habere iuuamen poteſt, ut cibis, atq. crudis humoribus cõcoquẽdis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciẽdae, necnon a renum (quod Auicẽnae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducẽdis adiuuare queat. Sed, quoniã maioribus damnis cõmoda haec cõpenſantur, omnes ab exercitatione ſimili abſtineant cõſulo. In aſturconibus equitatio (eam ſic appello, quam uulgari nomine portantũ, aut trainã uocant Itali, & de qua ita Martia.

li. 4 fen. 19 tra. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapides qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus aſtur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem moleſtiam parit, ſiquidem mollis illa alterno crurũ explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare uſu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

Gymnaſtica T iij apud

apud Ariſt. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia ſae- (In lib. de paruae pilae ludo.)
pe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca
ſu emori: ſed praeter hanc multae exſtant cauſſae aliae, ob quas a ſa
nitatis ſtudioſis huiuſmodi equitatio omni diligentia euitari de-
bet. nam corpus (ut ſcribit Hippoc.) nimium calefacit, exſiccat, atq. (2. de diaeta.)
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
reliano probata, caput male afficit, ſenſus hebetat, oculos non pa- (lib. 5. c. ul.)
rum offendit: quandoquidem Ariſtot. cauſſam indagans, cur, qui (Sect. prob. 13.)
equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere
lacrymas ſolent, ſignificat ideo illud euenire, uel quoniam motus
calefaciẽs ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet,
uel quia ſicuti uenti aduerſi oculos perturbant, ſic aer occurſans
tanto magis ferire poteſt, quanto equus uelocius agitatur. laedit E
praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uiſce-
ra uniuerſa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur,
fidem facere poſſunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis,
alij ulceribus modo renum, modo ueſicae, modo peritonaei uſque
adeo ob hanc exercitationem ſollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio-
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot oſsium fra
cturae, quot membrorum diſtorſiones ſaepenumero inde naſcan-
tur, dum brachia, dorſum, coxae, & crura ſupra modum laborant.
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera ſua
obire delectat, quot, ijsq. grauiſsimis periculis, nedum ualetudinẽ,
uerum etiam ſalutem ipſam ſubijciant, quomodoque non inge-
nuorum, aut ſanitatem curantium ac uitam, ſed potius perditorum
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F
tius nil reperitur, aeſtimantium opus exerceant. Hactenus de equi-
tationis ſpeciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-
ferre ſcripſerunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-
dicinam ſumpſerunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
ranus Epheſius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, (locis citat.)
uel earum inflammatione laborant, conuenire cenſuit Galenus. (In Iſagog. cap. 23.)
Sunt qui in equo ſedentes geſtari delectentur, quae exercitatio (6. epid.)
parum male ualentibus uſui eſſe mea ſententia poteſt, nam, ut mol- (com. 3. aph. 2.)
liſsime ueharis, tamen laſsitudo inguinum, lumborumque & du-
ra ſuſpenſio explicatioque percipitur, quando ſubpedaneis corpus
ſuſtentare, perarduum eſt, ne dicam impoſsibile. accedit & ma-
la, ac dolorifica illa concuſsio, ſi quo modo incitatius feraris. Va
lentibus magis conferre eadem poteſt, corpus, animum, & ſtoma-
chum

A chum firmando: ſenſus expurgando, acuendoque, ſed pectus, at-
que pedes debilitat.

De geſtationum in uniuerſum viribus Cap. IX.

ANTEQVAM geſtationum ſermonẽ aggrediamur, illud
prius adnotandũ lectoribus uolumus, nos minime igno
rare, multos equitationem inter geſtationis ſpecies re-
poſuiſſe, inter quos fuit Aetius Amidenus; ſed nequa- (lib. 3. ca. 6.)
quam horum opinionem ſequi uoluiſſe; tum quia Cornelius Cel. (lib. 2. c. 15.)
antiquus ſimul, & celebris auctor, ubi geſtationis ſpecies adnume-
rauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quaſi alie-
nam a geſtatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuiſſe
B conijcitur ex Antyllo; tum quia expreſſe Gal. geſtationem, & equi
tationem diuerſas eſſe declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitatio
nes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinſeco, ut geſtationes: alias
mixtas eſſe, qualis equitatio eſt; tum quia, ſi geſtatio, ut definiunt
omnes auctores, mixta eſt ex motu, & quiete, pluribus corporis
partibus non moueri apparentibus, uniuerſo autem corpore a la-
tione moto, haec condicio ab equitatione longe abeſt, in qua ſcili-
cet manifeſtiſsime omnes fere corporis partes moueri conſpiciun-
tur. ſed iſta parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius
ſeparatim de equitatione ipſa uerba fecerunt. Hanc inquam geſta-
tionem ab equitatione ſeparatam, necnon a graecis αἰώραν uoca-
tam, multas quidem habuiſſe ſpecies, in ſuperioribus declaraui-
mus: at quae omnibus uniuerſali geſtationis nomine comprehen-
C ſis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particula-
res effectus ſingulis adſcriptos perſequemur. ſed prius id ignorari
nolo, ſaepenumero apud auctores reperiri geſtationes, & exercita-
tiones ſimul nominatas, quaſi utraeq. inter ſe differant, quorũ ſen-
tentiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus ge
ſtationibus exſiſtunt, non autem de communiter acceptis interpre-
tandae ſemper erunt. Eſt igitur geſtatio ſecundum Antylli, Aetij,
atq. Auic. ſententiam, inter placidiſsimas, atque debiles exercita- (locis. cita)
tiones, & propterea non ſolum ſanis, & ualetudinarijs, uerum etiã
longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum
reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accõmodatae ſunt. In acu-
torũ nõnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur.
quinimmo tradit Celſus Aſclepiadẽ etiam in recenti, uehementiq. (loco citato)
febre, praecipueq. ardente ad diſcutiendam eam geſtationis uſum

comprobaſſe. quod profecto periculoſe efficitur, meliuſq. quiete D
eiuſmodi impetus ſuſtinetur. In ſanis etenim, ac ualetudinarijs ge-
ſtatio, cum nec laſsitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere
magnis exercitationibus ſimiliter moueat, poteſt calorem natura-
lem augere, materiae multitudinē diſcutere, habitum corporis fir-
mare, actiones ſtupidas excitare, ſegnitiem diſſoluere, corporis tur-
bationem ſedare, ijs, quos uigiliae exercent, ſomnum conciliare, &
contra etiā ueternoſis, ac diſſolutis reditum ad ſe, uigiliaſq. parare.
nam ſomnum conciliat, excrementa, quae a capite ad ſtomachum
delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes ſunt uigi-
liarum praecipuae cauſſae: ſed uigilias poſtea inducit corporis teno
rem ad ſe reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epiſt.
LVI. uideatur geſtationem facere magis laborioſam, quam ambu-
lationem; eius tamen oratio interpretanda eſt de eo ſolo, qui uale- E
tudine offenſus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de ge-
ſtatione periculum facere placebit, ſic experiundum eſſe conſuluit
loco citato Celſus, ſi lingua non erit aſpera, ſi nullus tumor, nulla durities, nul-
lus dolor uiſceribus, aut capiti, aut praecordijs ſuberit, & ex toto
numquam geſtari corpus dolens uoluit, ſiue id in toto, ſiue in par-
te eſt, niſi tamen ſolis neruis dolentibus; neque umquam in recen-
ti febre, ſed in remiſsione eius. Nihilominus, citra multas obſerua-
tiones, ab auctoribus probatas eſſe in uarijs affectionibus geſtatio-
nes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis in-
ſcripſit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quaſi ex cō-
tagione quadam aliquando perijſſe, refert Silimachus Hippo. ſecta
tor) commendauit, ſimiliter & in uocis amputatione, in haemoptoi
cis, in quibus eandem damnauit Aſclepiades, in aſthmate, in ſtoma- F
chicis, in elephantiaſi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priſcia-
nus quoque, & ante ipſum Aretaeus geſtationes adhibendas uo-
luit in melancholia, in antrophia, in ſpleneticis, necnon in ſtoma-
chi doloribus. Iiſdem exercitationibus in illis, qui ualde exſiccat
7. Meth. ſunt, atque refectione opus habent, Galenum uſum, aliquando le-
gitur. Quin & ipſemet Celſus pro ſacro igne curando geſtationem
laudauit. ut non ſemper condiciones ab ipſo demonſtratas obſer-
uatu neceſſarias fore hiſce auctoritatibus conuincere ualeamus.
lib. 2. cur. Non eſt tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco
chron. c. 7. quis geſtationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitatio-
nes demonſtrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, at-
que thymum efficitur.

De

A *De geſtationum in vehiculo, lectica, atque ſella particula-
ribus viribus. Cap. X.*

EXPLICATIS ijs quae ab auctoribus de geſtationū facul
tatibus in uniuerſum tradita fuerūt, iam ad particulares
deſcendere opportunū eſt, ſi prius illud in memoriā re-
uocauerimus, ſcriptores. ſ. medicinae, qñ ſine additione
geſtationis uſum in ſanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet
eius ſpecie intelligere: qm̄ nulla fere inuenitur, quae ipſis utiliter
accōmodari nō poſsit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdū
oēs, ſed in remiſsionibus morborū, interdū placidiores ſignificare.
Vehiculorū multa fuere apud maiores noſtros genera, quorū luxu
ria uſq. adeo interdū Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li. 34 c. 27.
B gētea facere nō ſint ueriti. ſed hoc praeter *inſtitutū noſtrū* eſt. Nā,
quae pro ſanis, aut aegris in uſu habita ſunt a medicis uehicula, alia
ab animalibus, mulis. ſ. aut equis agebantur, alia ab hominibus, &
utraq. uel tardiuſcule, uel celeriter. Geſtationē uehiculo factā q̃uis
ceteris acriorē eſſe dixerit Celſus, nihilominus, ſecundū Galeni ſen lib. 2. c. 15.
tentiā, inter debiles exercitationes recenſeri meretur. quo fit, ut ſa- 2 đ tu. ual. c. 11.
nis. niſi aliter exerceri impediātur, minime omniū cōueniat. Vale- 5. đ tu. ual.
tudinarijs, atq. ſenibus magis, quēadmodū Antiochū ſeſe exercuiſ-
ſe, & Caeciliū Pliniū accepimus: maxime uero aegrotātibus, de qui
bus ſermonē faciens Antyllus dixit, geſtationē in uehiculo factam
uim quandā amoliendi, cōmouendiq. morbos ſtabiles, & permanē
tes habere. Qua propter Seneca epiſt LVI. ad bilē faucibus infixā di
ſcutiendā, & ad ſpiritus denſitatē extenuandā ſibi mirifice profuiſſe
C ſcribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, ſiue ſuſpirio, ut ipſe uocat, nō
raro uſq. ad expirationis periculū exerceretur, huiuſcemodi exer-
citatione aduerſus morbū utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 3. c. 6.
plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitio-
ri ſcriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus inteſti
na fluxione laborant, utendū eſſe. unde ſapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1.
iudicauit, capitis dolore uexatos per longā uiam geſtari debere, ne
frequenti uerſione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nō
ſine ratione in furore, atq. paralyſi curandis uehiculi manibus acti
geſtationem adhibendam eſſe uoluit, quamquam eandem poſtea
in epilepſiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarū uertiginem,
caliginemq. faciat aegrotanti, quae paſsionis imaginē ferat. licet. n.
Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginoſis, epilepticis, graui 5. de tu. ua.
ophthalmia, aut aurium dolore, ſurditateue captis, necnō in hemi- cap. 3.

Gymnaſtica. T v cranicis

cranicis ſimilem exercitationem prorſus auerſari non uideantur : D
attamen Aetius ſic affectos leniter moueri, & auerſos ab itinere re-
trorſum deſidere in curru mandauit: multos ſubiungens ſe nouiſſe
Loco citato. hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium de
inde ſecutus Auicenna addidit, huiuſcemodi uectationem retro-
uerſa facie peractam uiſus debilitati, eiuſq. obfuſcationi magnū iu-
uamentū conferre. Hanc mitiorē in aluo fluente cōmendauit Cel-
ſus: quam ualetudinarijs quoq., & ſenibus Auſonium Gallum poe
tam, & Auſonij medici a Marcello citati filium probaſſe puto, quā-
do is, amico cuidam ſeni, & a morbo reſurgenti ſcribens, monet Ci
ſio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhe
das, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uerſibus.

Pelle ſoporiferi ſenium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam, E
Sed Ciſium, aut pigrum cautus conſcende Veredum,
Non tibi ſit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipſe metiſcus agas.

Porro uehiculi geſtationem uehementiorem tamquam calefacien-
te, attenuanteq. ui praeditam in ſupprimenda carnis multitudine a
li.4. c. ult. Coelio cōmendatam inuenio: quam itē ab ipſo pro atrophiae cura
loco citato tione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & ſtomachi, in tumori-
bus laxis, in hydropicis, ac ſtupore attonito perculſis ueluti optimū
praeſidium uſurpatā fuiſſe, conſtat. In lectica geſtatio facta ut prae
dicta aliquanto remiſsior atq. blādior exſiſtit, ſic quoq. plures uſus
apud medicos in exercendis aegris habuiſſe legitur. quod enim in
ſanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut F
ſimili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, ſed potius,
Q. Curtius quia a ſenectute, ſiue alia cauſſa (ueluti Alexander ob cruris uulnus
in militari expeditione lectica uſus traditur) cogebātur, uel ut a pul
uere, ſole, uentorum flatibus. pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus
defenderentur. quo circa, niſi aliqua ex praedictis cauſsis homines
ſani urgebantur, ut a lectica abſtineant, conſulo : quoniam, praeter
agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cōſueuit, gene-
rat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra
a motu ferientur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilio-
ribus exercitationibus aſſuefacere. Verum enim uero hac particu-
lari cōmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae geſtatio, ꝗ ſani
uiri ea poſſunt uti poſt cibos, nō ad exercenda corpora, ſed ad obeū
da negotia neceſſaria, citra motus damnum, aut ſolatij, & exhila-
randi

A randi animi gratia: quēadmodū factitaſſe Auguſtum, quando a cae
na ſe ī lecticulā lucubratoriā recipiebat, auctor eſt Suetonius. Quā-
tum autē ad exercitanda languentium corpora ſpectat, duplex fuit
illius apud medicos gymnaſtas uſus, aut geſtatis ſedentibus, aut de-
cumbētibus. Decumbētes in lectica geſtantur, ut Antyllus, Aetius, locis citat.
& Auicēna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut ſemiter
tiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, ſecun-
dum Tralliani ſententiam, apopletici, reſoluti, nephritici, ac poda- lib.9.c.3.
grici. ſiquidē haec cōmotio per lecticam habita (ut ait Arabum me
dicorum princeps) materiam expulſioni aptam efficit. prodeſt ſub-
inde talis geſtatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elle-
borū ſumpſerunt: itemq. uigilantib. aut ſegnitie, & pigritia quadā
oppreſsis, necnon ijs, quibus caninum in modū appetitus intentus
B eſt, nimirum cum intētio illa ſedetur. Ceterum ſedētes ī lectica, ſe-
cundum Aetiū, portari debent, qui in integra febriū declinatione
cōſiſtunt. eadē ratione, & illi, ꝗ alias exercitationes obire nequeūt,
qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti ſunt, qui, cum adhuc
imbecilles ſint, vires reficere cupiunt, qui tarde alimentū cōficiunt.
Ex quo prudēter ſatis Cornelius Cel. ubi phtiſici nauigare neque-
unt, lectica eorū corpora dimouēda conſuluit: quemadmodū Ale-
xander Trallianus, ſi quid aliud huiuſcemodi geſtationes & naui,
& lectica factas, hydropicos iuuare ſcripſit. In ſella, quā ſcamnum
uocare maluit eloquētiſsimus Celſus, geſtatio facta, tametſi apud au lib.2.c.15
ctores ſaepenumero cū lectica cōfuſa, atq. eadē inueniatur, nihilo-
minus in duobus ab illa diuerſam exſtitiſſe puto: primo, quia lecti-
C ca duorū hominum capax erat, ſicuti innuit Suetonius, vbi Neronē
cum matre in lectica quandoq. uehi ſolitum ſcribit. quod minime
de ſella (ni fallor) legitur. ſecundo, ꝗa lectica interdū ſex ſeruis, in-
terdū octo, interdum plurib. geſtabatur. ſellā autē tamquā breuio-
rem, & unius dumtaxat capacē a pauciorib. geſtatā, ueriſimile uide-
tur. Neq. n. ullam inter ſe maiorē differentiam tēporib. noſtris ſella
cooperta, & lectica obtinuerunt, ꝙ̃ ꝗ altera à duob. ſeruis ut pluri-
mum geſtatur, uniusq. dūtaxat capax eſt, altera a iumentis portatur,
& duos continere ualet. In ſella ſani geſtabātur, deliciarū potius, &
maieſtatis oſtentandae, quam ualetudinis gratia: quamquā Pliniū
ea Romae uectū, ut etiā inter eundum ſtudijs uacaret, ipſius Nepos lib. epiſt. 3.
tradit. Celſus hanc ſcellarē, & ſimul lecticarē geſtationē nauigatio-
ne in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat
huiuſcemodi geſtatio, tū in ſella cooperta, tum in aperta, tū ſeden-
do, tum iacendo, Aegrotantes ſine febre in ſella detecta potius, quā
tecta

tecta geſtari debere, cenſuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora
urget. quod ſi aliqui ſimplici permanenti, & diuturna febre iactentur,
Lib. 2. chr. cap. ult. Oribaſius loco citato. modo uires ferant, geſtari plurimum debent, ut Coelius phthiſicis cõ
ſuluit, quandoquidẽ geſtatio, minus mouens corpora, quandoq. fe
brem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ per-
ueniunt, uel quorum longa admodũ remiſsio eſt, uel qui febribus
tenentur longis, etiam ſi non magna interualla habeant, conuenit
haec geſtatio. quam ſimiliter in multis alijs affectibus, nempe in do
lore capitis; in epilepſia, ſi ferri queat, in mania, in paralyſi a Coelio
Aurel. commendari, ex eius de chronicis paſsionibus inſcriptis li-
bris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res poſtulat, ſimilibus ge-
ſtationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo
morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, ſi, adhuc ſaeuien E
te, aut incipiente affectione, geſtatio adminiſtretur, accidentia acer
biora, & perículoſiora conſequuntur quoniam motus, ut diſsipare
utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias poteſt, ſic
calorem augere, ſpiritusq. & humores nondum quietos, & repur-
gatos exagitare natus eſt. ex quo ſummum ſtudium adhibendum
eſt, ne creſcentibus crudisue morbis, praeſertim calidis geſtatio, aut
alia quaeuis exercitatio adminiſtretur, ſed in maturis ſolummodo,
frigidis, atque illis, qui manifeſte inclinare animaduertuntur.

De lecti penſilis, cunarum, ac nauis geſtationum facultatibus. Cap. XI.

QVI primus lectulos pẽſiles excogitauit Aſclepiades, dua F
bus rationibus (ut refert Plinius) illud effeciſſe uiſus eſt;
tum ut blãdo eorum iactatu ſomnos alliceret: tum etiã,
vt morbos extenuaret. quibus rationibus adducti poſte
riores in curandis aegris eorum uſum frequentiorem reddiderunt;
Loco citato. quamquã grauis auctor Cornelius Cel. exercitationẽ hanc tantũ-
modo adminiſtrandã aliquãdo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecti-
cae, neq. ſellae copia datur: licet poſtea in apoplexia cũ aeger reſur
git, ipſum lecti motu cõcutiendũ praecepiſſe inueniatur. Verum.n.
uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã ſi nil aliud deficiat, pro mul-
tis affectionib. debellandis, lectis penſilibus infirmos exerceri uolue
runt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc geſtationẽ tam ante
cibũ, quã a cibo prodeſſe dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut
diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõſumpta ſeſe erigere
non

A non ita ualẽt, aut Elleborũ ſumẽtes a tali geſtatione utilitatẽ recipe Aetius lib. 3. cap. 6.
re iudicatũ eſt: deinde in his, qui uires a febrili affectione recollige-
re incipiũt, necnõ in lethargicis, & in appetẽtia ciborũ deiecta ean-
dẽ prodeſſe experimẽtis inuentũ fuit. neq. defuerũt qui ipſam in fu
rioſis, ac phthiſicis laudauerint. Quemadmodũ, & Aetius, & Priſcia-
nus Theodorus phreniticis adhibendã cẽſuerunt, quo blãda illa agi loco citato
tatione ſpirituũ perturbatio leniretur, & ſomnus allicеretur. Ex ge lib. 2. ad Timo. c. 2.
nere pẽſilis lecti ſcympodiũ quoq. eſſe, mõſtrauimus: & iccirco ubi
a Coelio, atq. alijs geſtationes ĩ pẽſili lecto probatas uiderimus, idẽ
& de hac intelligere poterimus. Lectulo pẽſili non diſsimilẽ aliã le
cto factã geſtationis ſpeciẽ inuenio, quã primus (quod ego ſciam)
inter medicos Celſus monſtrauit, ubi deficientibus ceteris geſtatio- lib. 3. c. 12.
ni dicatis inſtrumẽtis uoluit uni pedi lecti funiculũ eſſe ſubijcien-
B dũ, atq. ita lectũ huc, & illuc manu impellendũ. id quod etiã Ami-
daenũ Aetium ſignificare uoluiſſe arbitror, quando ſcripſit, duas loco citato
eſſe lecti geſtationes, aut pẽſiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares
pedes habentis. Hoc equidẽ illuc exercitationis genus exiſtimo, quod
ab Auic. ſub cunarũ reuolutione deſcriptũ fuit, atq. idẽ nomen uſq. lib. 1. fen 3
ad tẽpora noſtra retinuit: etſi.n. ab ipſo inter debiles exercitationes doct. 2. c. 2.
receſeatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni ſentẽtia, nõ ſanis 1. de tu. ua.
aut infirmis exercitãdis aptũ uideatur: nihilominus ijs cõuenire cre
ditur, quos febres debilitarunt, ſicut etiã illi, qui nec dũ ſe mouere,
neq. ſedere ualẽt, quiq. ab hellebori potione ualde proſtrati fuerũt,
aut ſecundũ Celſum alicuius mẽbri reſolutionẽ patiũtur. quin, ſi ta-
lis geſtatio ſuauiter adminiſtretur, praeter ſomni iucũditatẽ quam affert, fla
tus quoq. diſſoluit, reliquijs morborũ capitis, ueluti ſtupori, & obli
C uioni prorſus exſtinguẽdis cõducit, appetitũ mouet, & naturã ſopi-
tã exſuſcitat. Auic. 1. 4. trac. 2. c. 13. ad cõpeſcẽdum nimiũ ſudorẽ praeci
pit, ut aegri ponãtur ſuper illud inſtrumẽtũ, quo pueri, uel iuuenes
ſolẽt in aere concuti, atq. ita in aere frigido cõcuti quo quidẽ puto
eſſe genus illud inſtrumẽti, cuius facta eſt mẽtio ſupra li. 3. ſub Oſcel
larũ nomine. Inter geſtationũ ſpecies ultimo loco poſuerunt fere
oẽs nauigationẽ, quam ceterarũ omniũ leniſsimã fecit Corn. Cel. ſed & loco citato
huius quãplurima inueniũtur diſcrimina: ſiquidẽ nõ parũ intereſt,
an quis in ſtagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari,
an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Naui-
gatio facta in ſtagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in ſalubritate
poſtponitur: quoniã ut plurimũ ex aquis ſtagnantibus, niſi ſint ma-
ris alicuius inſtar, putridi uapores eleuãtur, qui aerẽ inficiẽtes naui-
gationẽ magis ſuſpectã reddunt. ut non immerito ſcriptum ſit ab
Ariſt.

14 partic. problem. 11. & 12. In probl. nat. — Ariſt. paluſtria loca incolentes ſub pallidos, ac ſomnolentiores eua- D
dere. minus noxia exſiſtit in fluminibus nauigatio, nēpe q̄ auctore
Plutarcho timoribus carens nauſeam ullo pacto non cōmoueat. ue
rūtamen tā haec, q̄ illa, quae exercetur in ſtagnis, in capite male affe
Lib. 1. c. 1. — cto incōgruae a Coel. Aurel. iudicantur, q; humectantes caput ter-
rena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauiga-
tio ualde praeſtātior creditur, quoniā mari ſemper uapores ſicci, &
calidi educuntur, qui latēter, ac ſenſim nauigantiū corpora reclu-
dunt, necnō ſalſae proprietatis cauſſa excremēta abſumunt, atq. ho
minū habitus quadā facili mutatione reficiūt, & iccirco huiuſcemo
di exercitatio in cūctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis p-
batur, & priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in do-
lore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi,
in icteritia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uētriculi intemperie E
cōmendatur. In phtiſi nāq. praeſtantiſsimū remedium nauigationē
Lib. 28. c. 4. — ſemper a Maioribus habitā fuiſſe, teſtatus fuit Plinius, qui hac ratio-
lib. 31. c. 6. — ne phtiſicos Aegyptū petere cōſueuiſſe refert, quo cum Annaeus
epiſt. lib. 5 cap. 61. — Gallio poſt conſulatū iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis
libertus ſanguinis reiectatione laborās profecti eſſent, ad ſanitatē re
ſtituti fuerunt: q̄q̄ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falſo
inſcriptus in 1. de re medica lib. dicat phtiſicis magis cōferre in ſalti-
bus, ubi pix naſcitur, habitare, q̄ in mari nauigare. Porro ex mariti-
mis nauigationibus leniſsimā dixit Celſus eam, quae in portu effici
tur, q̄ tamen in capitis affectionibus una cū fluuiali, & ſtagnali im-
probauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio
iucundiſsima habetur, de qua celebratū hoc prouerbiū narrat Plu-
1. Sympo. — tar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. F
nauigatio iuxta terrā, ambulatio uero iuxta mare iucūdiſsima. haec
ex cōmuni Auicēnae, atq. Aetij ſentētia praecipue prodeſt hydropi
ſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus:
atrophiae quoq. ſecundū Coelium non paruū auxilium praeſtat:
quamuis. n. a principio ſtomachū ſubuertat, paullo poſt tamē aſſue-
Lib. 37. c. 6. — faciens illū ſedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae in
ſtabili uolutatione cōmotae plurimis morbis capitis, oculorū, pecto
ris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborū, medētur. Ve
rum geſtatio in alto mari peracta reliquarū uehemētiſsima exſiſtit,
& mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus
mixtos affectus habeat, & triſtitia, & ſpe, timore, atq. periculo: mo-
do gaudētibus, & laetis, modo in anguſtijs, & periculis uerſantibus
lib. de cau. nat. — nauigātibus, quae ſimul omnia magnā uim habēt, ut quoq. Plutar.
cognouit,

A cognouit, ingentes uomitus cōcitandi, ac cōſequenter omnē ueterē
morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationē hanc
ad exſtinguēdas praedictas aegritudines efficaciorem eſſe. quin &
mixtio illa motus, & quietis, qua praedita eſt, ſi quid aliud, probe
corpus nutrire idonea eſt. Quae tranquillo mari peragitur in naui
geſtatio non admodū (dicebat Antyllus) magnam turbationē, neq. — Oribaſius
cōcuſsionē affert: ex quo fit, ut ferme accōmodata ſit ijs, quibus etiā — lib. 6. c. 23.
geſtatio in curribus conuenit: niſi q; hoc magis habet, q; in purgato
aere, ubi non humidi uapores, ſed ſicci, & acres ſint, efficitur. Caete
rū quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, ma
giſq. uomitū ciet, & iccirco quantum fieri poteſt, in omnibus fugiē
da eſt, cū motus acutiſsimos, dum nauis a uēto impellitur, uel cmē-
tiſsimos, & neutiquam ceſſantes, ſicq. corpori intētiſsimos habeat.
B Non ſilendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam
uitam ab Aretaeo ſub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν
θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐοῦσιν ἄκεα. id eſt, Et naui-
gatio, & uita in mari facta, omnia ſunt nephriticis remedia.

De natationis, & piſcationis effectibus. Cap. XII.

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum
gymnaſtas exſtitiſſe, maximeq. omniū ab antiquis in
exiſtimatione habitā fuiſſe, q; homines e periculis maxi
mis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eoq. ad auden
dū fortiores, & animoſiores redderet, iā ſatis mōſtrauimus: ideo ui-
res eius perquirere ſolū reſtat. Nā uarias hanc quoq. differētias ha- — lib. 3. c. 14.
buiſſe reperio: ſiquidē aut natatio fiebat in aquis ſpōte naſcētib. aut
C in alijs: & ſi in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: ſi in dulcibus,
aut fluuijs aut lacubus, aut ſtagnis: atq. hae oēs uel in calidis, uel in
frigidis. Natationē in aquis ſpōte naſcētibus, quas oēs calidas eſſe, &
Ariſtot. auctoritas & ratio, & experiētia demōſtrant, peractā impro — 14. partic. Prob.
bauit Antyllus, tamquam impleat, eam tamē in paralyticis curādis — lib. 6. c. 27.
adiumentū praeſtare, credidit Coel. Aur. ita. ſ. adminiſtratam, ut pa- — lib. 2. c. 1.
tiētibus partibus inflatae ueſicae adiungātur, quo natādi laborē mi- — & li. 5. c. 2.
nuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia eſt
maritima male affectis inefficacior. quamobrē uitanda plerūq. eſt:
quia, ſi in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cū propter frigus, tū
propter humiditatē laedētur: ex factis tamen in dulcib. aquis nata-
tionib. fluuiales minores ſanis corporib. noxas inferūt, potiſsimūq.
ad inducendū ſomnū ab Horatio Flacco cōmendantur, ubi ſcribit,

- ter uncti — lib. 2. ſerm.

Trans

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, ſomno quibus eſt opus alto.* D
pernicioſiſsime uero ſunt, quae in paludibus, & ſtagnis obeuntur:
quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illa-
bentes, nõ ſolum caput, uerũ etiam uniuerſum corpus contaminãt.
Lacuſtres medio quodam pacto ſe habent: quae tanto minus inſalu
bres erunt, quanto lacus, ubi efficiũntur, uaſtiores & puriores appa-
rebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato
uſurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odo-
ratus laeſione ſi aſsidue fiat, probatur. A Celſo uero, & ab Antyllo
hydropicis, ſcabioſis, & quos exanthemata infeſtant, itemq. elephã
tiaſim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis par-
tes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos,
qui ex alimento fructum nõ ſentiunt. & ideo non immerito Coel.
E Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celſus ſtoma-
chicis, iecoroſis, lienoſis, cachecticis ex uſu eſſe ſcriptum reliquit. ue
rũtamen non poſſum non ſumma admiratione teneri, quomodo is
auctor natationes ſub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epile-
pſia laudauerit: cum Antyllus nõ ſolum marinam natationem, ſed
qualẽcumq. aliã capiti nocere tradiderit. quod ſimiliter ipſa ratio
perſuadere uidetur, demonſtrans, tum ſitum ipſum natãtium, tum
continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male
afficere. Illud hoc in loco ſilendum nõ eſſe duco, quod magnus phi
23. partic. Prob. 12. loſophus Ariſt. in problematib. ſcriptum reliquit, uidelicet in mari
facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, ſedulo aquae ad
nitendo natat: adniti autem ad id firmius poſſumus, quod corpulen
tius eſt: unde cum aqua marina fluuiali ſit corpulentior, craſsior, &
F ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes ſibi ſuſtinet. Eſt prae
terea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos mor
bos reperiri, in quibus ulla perfecte apta ſit, & ob id perraro, ac ſolũ
aeſtate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum
euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae mi
lib. 31. c. 6. nus obnoxium facere poteſt: a Plinio ſcriptum eſt luxata hominum
corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facilli
me in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere re-
frigerata credita eſt. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõ
mendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis denſatã
habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo ne
garet: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores
fundere, nec ipſos reſoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repel-
lens ipſum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctio-
nem

A nem praeſtat: exuberãtes humores diſsipat, & intus refrigeratas par
tes calefacit. unde iure etiã ipſam in arthriticis laudauit Aurelianus
ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affuſam
remedium eſſe dixit, ſicut, & Celſus pro regio morbo laborantib. in
aeſtate, & Herodotus apud Aetiũ ad euitandũ aeſtum frigidam na-
tationẽ commendauit. experientia tamen conſtat, ſi quis ea frequẽ
ter utatur neruos laedi, & interdum ſurditatẽ contrahi, quod Aga-
thinus apud Oribaſiũ cõfeſſus eſt. Atq. haec omnia a nobis dicta ac
cipiantur de illis nationibus, quae ad gymnaſticam quidẽ medicam
pertinebant, ſed minime ſemper in gymnaſijs exercebãtur. illae ue-
ro, quas in gymnaſijs ipſis fieri cõſueuiſſe in 3. lib. probauimus, ſiue cap. 14.
in piſcinis, ſiue in ampliſsimis labris agerentur, duos praecipuos fi-
nes ſecundũ opinionẽ noſtrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo,
B quo natãtes agitãtur, aqua magis corpora permearet, ſicq. mẽbra co
pioſius humectarentur: alterũ ut maiore uoluptate in mouẽdo ſeſe
fruerẽtur: quandoquidẽ aqua mota, & praeſertim balneorũ ſuaui il
la attrectatione ſingularẽ quandam delectationẽ affert. De piſcato- 7. de legib. in ſophiſta lib. 3. c. 13.
ria exercitatione, quam diximus ex Platonis ſententia nec animo,
nec corpori prodeſſe, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic in-
cumbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere ſub nauigationẽ reduci-
tur, ut eadẽ repetere nõ ſit opus: tũ quia a medicis prope nullis eam
in uſu habitã eſſe cõſtat: niſi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes ad- loco citato
numerauit, quando quis in nauicula piſcatoria moueatur, & ob hoc
piſcationẽ nullam calorẽ natiuũ augere credendũ eſt, cum & Ariſt. Sect. 38. prob. 2.
ſcripſerit, piſcatores marinos, ideo ruſo colore exiſtere quoniam in
tus frigent, extra uero quaſi adurũtur: habent. n. qui in mari piſcan
C tur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur,
& propterea minime omniũ corruptionibus ſubiiciũtur: quin ſi pu
tredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõſumiturq. ut magna
cũ ratione ſcripſerit Gal. piſcatorũ habitus duros, ac ſiccos eſſe, eo- 1. de ſimpl. med.
rumue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac ſi ſalita forẽt. 6. de comp. med. c. 1.
Quod uero ſcripſit Suet. Auguſtũ interdũ hamo piſcari cõſueuiſſe,
id potius animi laxãdi cauſa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. In uita Augusti. c. 83.

De venationis conditionibus. *Cap. XIII.*

VENATIONIS exercitationẽ cõparãs ludo paruae pilae libro 2. de paruae pilae ludo.
Gal. illud ſolũ inter ipſas diſcrimen poſuiſſe uidetur, ꝙ
alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exerci-
tatu facilis eſſet: altera uero pluribus inſtrumentis opus
haberet, neq. ab omnib. ſed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer
ceri

ceri poſſet. hoc autẽ licet Galeni forſan tẽpeſtate, atq. etiã in aliqua D uenationis ſpecie tẽporibus noſtris uerũ foret, nihilominus in maiore eius parte ſecus rem ſeſe habere compertũ eſt, quãdo ſaepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. inſtrumentis ruſticos, atq. pauperes uenãdi exercitationẽ frequẽtare conſpicimus. ut hac ratione ipſa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucioribus uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cũ.n.Gal. uenationẽ inter ea, quae ipſe exercitationes & opera nuncupauit, recenſuerit: cumq. illius perſpecta natura manifeſte monſtret, non abſq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipſam effici, nimirũ in qua multae aliae exercitationes, curſus uidelicet, ambulationes, ſaltus, iaculatio, uociferatio, & aliae neceſſario requirantur, rationi conſequens eſt eam his facultatib. praeditã eſſe, ꝙ corpora uehemẽter calefaciat, excrementa diſsipet, carnes, & ſuccos exuberantes minuat, E ſomnos profundos generet, & proinde concoquẽdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditũ ac uiſum acuat, ſimulq. ſenectutẽ retardet. ob quas egregias facultates illud eſſe uerum exiſtimare debemus, ꝙ Razes Arabs auctor grauiſsimus ex Gal. ſentẽtia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peſte cõtigiſſe, ut omnes fere perierint, & ſoli uenatores ob aſsiduã exercitationẽ incolumes euaſerint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut ſcilicet caput offendendi ui polleat maxime, ſi importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorũ uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis ſpecierum qualitates attinet, de duabus ſolũ uerba faciam, tamquam in his ſolis tota uenandi ad ſanitatẽ, aut aegritudinẽ pertinẽs F facultas conſiſtat: illae ſunt, equeſtris, ac pedeſtris: nam ſciũt omnes, quãlibet uenationẽ, ſiue canibus, ſiue retib. ſiue auib. ſiue arcubus, ſiue alijs inſtrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis inſideant. Equeſtrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationẽ exercẽtes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur, modo uociferare, modo quieſcere cogãtur, omnib. partib. laborare uidẽtur, & iccirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, ſtomachum, inteſtina, dorſum, atque crura: ego vero eam euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculũ imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae ſuſpicio eſt, & quibus tandem uniuerſus corporis habitus calorẽ pluſquam mediocrẽ obtinuit ſiquidẽ multos uidere

2. d tu. ual. cap. 8.

In 3. cõtin. trac. 13. c. 1

Lib. de pu. epil. com. 15.

licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam ſimiles morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudẽter Martialis Priſco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, conſuluit hiſce uerſibus. Lib. 12.

Parcius vtaris moneo rapiente Veredo
Priſce, nec in lepores tam violentus eas.
Saepe ſatisfecit praedae venator, & acri
Decidit excuſſus nec rediturus equo.
Inſidias, & campus habet, nec foſſa, nec agger
Nec ſint ſaxa licet, fallere plana ſolent.
Non deerunt, qui tanta tibi ſpectacula praeſtent:
Inuidia fati ſed leuiore cadunt.
Si te delectant animoſa pericula Tuſcis,
B *Tutior eſt virtus, inſidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? ſaepius illis
Priſce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedeſtris eadem fere cõmoda, & incõmoda in equeſtri reperta continet, niſi ꝙ, dum curſibus, ac ſaltib. feras inſectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per ſiluas, per ſaltus, minori certe periculo, quam in equeſtri, ſubijcitur: at maiori labore afficitur, magis incaleſcit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis ſtimulos coercet, quando Hippolytum ſtudio uirginitatis hoc uenationis genus exercuiſſe ferunt. Seneca in tragoed. Excitat quoq. uenatio appetitum, ſicut coquus ille Dionyſio dapes auerſanti reſpõdit, ipſi defuiſſe laborem in uenatu, qui appetitum generaſſet. Neutra tamen, ꝙ uehementior exſiſtat, ſenibus, aut debilibus accõmodata C inuenitur, ſed illis tantum, qui robuſtas omnes corporis partes ſortiti ſint, quiq. optime ualeãt. ut non abſq. iudicio ſummo Cornel. Lib. 1. c. 1. Cel. dixerit, ſanum hominẽ, & beneualentẽ modo nauigare, modo epiſt. lib. 5. uenari debere. quod ſi Plinius nepos ſanitatẽ ſuam uenationi, quã ruri in Tuſcis obibat, aliquando acceptam retuliſſe uidetur, iudicandum eſt, aut illa moderatiſsime uſum fuiſſe, aut potius corpore robuſto, ac ſano ita ualuiſſe, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo neceſſarium diligẽter conſiderare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. ſanitate fruantur: ſecus, ne grauiſsima pericula ſuſtineant, iure dubitandum uidetur: ſecũdum, numquid modeſtia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullũ & caſu quodam, ut plerũq. fit, uenationi operã nauet. Quicũq. enim ſuarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

aliquam

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D poſſunt, quibus ceteri caſu ſeſe exercentes ſubiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in ſe habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuiſſe apparet, ut ſcilicet totum fere diē non raro ſibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil pernicioſius eſſe poteſt; aut tota die ieiunant, quod tametſi fortaſſe minus offendat, neque tamen ipſum noxa penitus caret, quando praeter conſuetudinem illud efficitur, necnon poſtea uſque adeo prae fame exſaturantur, ut uentriculum concoquendo mirum in modum fatigent, ſicque & cruditates, & alia innumera mala ſubeant.

Artis Gymnaſticae finis.

HIERONYMI MERCVRIALIS ſex artis Gymnaſticę librorum elenchus, quorum primus liber continet.

De principijs Medicinæ Caput primum.
De conſeruatiuæ partibus, & quid tractādum cap. 2.
Quid ſit gymnaſtica, et quotuplex. c. 3
De gymnaſticæ ſubiecto, & eius laudibus cap. 4.
Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnaſtica cap. 5.
De Gymnaſijs antiquorum cap. 6.
De varijs hominum generibus, quæ in gymnaſia conueniebant cap. 7.
De gymnaſiorū diuerſis partibus. c. 8.
De palæſtra, & alijs gymnaſij partibus cap. 9.
De balneis gymnaſiorum, atque etiā de Stadio cap. 10.
De accubitus in cœna antiquorum, & ſemel duntaxat in die cenandi conſuetudinis origine cap. 11.
De auctoribus gymnaſticæ, & gymnaſiorum miniſtris cap. 12.
De trium gymnaſticæ ſpecierum differentijs: bellica, legitima ſiue medica, & vitioſa ſeu athletica cap. 13.
De vitioſa gymnaſtica, ſiue Athletica cap. 14.
De viuendi Athletarum ratione. c. 15.

LIBER SECVNDVS.

Quid ſit exercitatio, & q̄uo differat à labore, & motu. ca. 1.
De gymnaſticæ medicę diuiſione. c. 2.
De ſaltatoria cap. 3.
De ſphæriſtica cap. 4.
De pilæ ludo ſecundum latinos cap. 5.
De orcheſtica, ſiue tertia ſaltatoriæ parte cap. 6.
De fine ſaltationis, & de loco cap. 7.
De luctatoria cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Cæſtibus cap. 9.
De curſu cap. 10.
De ſaltu cap. 11.
De diſco, & halteribus cap. 12.
De iaculatione. cap. 13.

LIBER TERTIVS.

De agendis, & de ratione præſentis tractationis cap. 1.
De deambulatione cap. 2.
An erectum ſtare ſit exercitatio ca. 3.
De pugnarum generibus cap. 4.
De nonnullis alijs exercitationum ſpeciebus cap. 5.
De ſpiritus cohibitione cap. 6.
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap. 7.
De Cricilaſia, Trocho, & Pilamalleo cap. 8.
De equitatione cap. 9.
De curruli vectatione cap. 10.
De geſtatione in lectica, & ſella. c. 11.
De agitatione per lectos pēſiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. c. 12.
De nauigatione, & piſcatione. cap. 13.
De natatione cap. 14.
De venatione cnp. 15.

LIBER QVARTVS.

De ratione agendorum, & de exercitationis vſu cap. 1.

Gymnaſtica.

V Con-

Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant: & de exercendi neceſſitate, atque commoditate cap.2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere ſentiebant cap.3.
Redarguuntur qui aſſuetos ſolum exerceri volebant cap.4.
De excrcitationum differentijs cap.5.
De corporum morborum, & ſanitatis generibus cap.6.
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7.
De corporibus valetudinarijs, & ſenilibus exercendis cap.8.
De corporibus ſanis exercendis ca.9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap.10.
De tempore exercitationibus apto cap.11.
Quanta fieri debet exercitatio ca.12.
De modo exercendi cap.13.

LIBER QVINTVS.

De ordine agendorum, & de nonnullis ſcitu dignis cap.1.
De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus cap.2.
De ſaltatoriæ effectibus cap.3.
De ludorum pilæ effectibus cap.4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5.
De pugilatus, Pancratij, & Ceſtuum facultatibus cap.6.
De curſus natura cap.7.
Quid præſtet ſaltus cap.8.
De halterum conditionibus cap.9.
De diſci, atque Iaculationis effectibus cap.10.
De deambulationum qualitatibus caput 11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12.

LIBER SEXTVS.

Quos erectum ſtare effectus pariat cap.1.
De pugnarum effectibus cap.2.
De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus cap.3.
De ſpiritus cohibitionis facultatibus cap.4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5.
De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus cap.6.
De Cricilaſiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7.
De equitationis facultatibus cap.8.
De geſtationum in vniuerſum viribus cap.9.
De geſtationum in vehiculo, lectica, atque ſella particularibus viribus cap.10.
De lecti penſilis, cunarum, ac nauis geſtationum facultatibus cap.11.
De natationis, & piſcationis effectibus cap.12.
De venationis conditionibus cap.13.

INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A

ABies eſt materia currib⁹ faciendis apta. 171.a
Abrahã vt De⁹ ab Alex. Se. colebatur 182 d
Academia Platonis. 18 e
Accubitus conſuetudo vnde manarit 53.a.b
Accubitus virorũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis eſſet. 54.d
Accumbentium imago 55
Achilles ſuos milites diſco exercebat, ne ocio torpeſcerent 121.c.130.f
Acidũ ructãtes vociferatione iuuant 281.c
Adoleſcentes cur ad gymnaſia accedebãt. 26.d
Adorantes erecti ex lege ſtabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum ſententia eſt exercendus 205.c
Ægroti priſcis temporibus palam exponebantur, & qua de cauſa 1.c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas ac medicamenta habuit 1.b
Aer ẽ ex extrinſec⁹ corpori accidẽtib⁹. 6.f
Ætas ĩ exercitatione eſt cõſiderãda. 212.f
Aglaitades errauit, riſum dicens neq; corpori, neq; animo prodeſſe. 161.b.288.d
Agoniſtarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168.e
Aldus Manuti⁹ iuuenis eruditiſſim⁹. 178.d
Alexander Seuerus Impera. exercitationis cauſa aliquando piſcabatur. 181. quos Deos coleret. 182. d. ad maiorũ effigies ſacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia poſt lectiones quę fuerint 28 f. idem balnea virorum ac mulierum ſeparauit 50.d
Alexan. Seuerus Imp. ferè ſemper frigida lauatione vtebatur, rarò calide 39.c
Alexan Seuerus Imp. noluit ingenuos curſu exerceri 115.c
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 225.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi ſumptionem ageret 224.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 297.f
Alipilus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63.c
Alipta quis nam eſſet 63.a
Aloyſius Mocenic⁹ Frãciſci F. laudat. 19.c
Ambulationes quęnam ſecundum Ariſt. ſint faciliores 217.e
Ambulationes tum aſcendẽdo tũ deſcẽdẽdo factæ qua de cauſa laudentur. 164.d
Ambulatio ſub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celſo præfertur 265 a
Ambulatio ſubdialis multas habet ſpecies ibidem
Ambulatio ſub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuerſis diuerſimode accipitur ibidem
Ambulatio ſub Sole minus lædit, quàm ſtatio, & qua de cauſa ex Ariſto. ſententia 266.f. 271.a. 272.e
Ambulatio in vmbra facta, quænam ſit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore ſuffuſas facta lepram facile inducit, & cur 267.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginoſis conueniens quæ ſit 267 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de cauſa ibidem
Ambulatio poſt cęnã q b. cõueniat. 267.c
Ambulationis matutinæ, & veſpertinæ effectus qui ſint ibidem
Amicus Bibriciorum Rex ceſtu claruit, & fuit à Polluce interfectus 110.f
Ammon apud Oui. ceſtu valuit 111.a
Andreas Baulius vir multæ doctrinæ. 34.
Andr. Palladius Archite. peritiſſimus. 19 c
Angina laborantes luctã effug ant. 246 e
Animus ſine corporis auxilio nihil laude dignum efficere poteſt 13.a
Anneus Gallio ſanguinem expuens nauigatione ſanus factus eſt 179.b
Antheus ſecundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105 a

Antiochus medicus quo exercitio vteretur. 210.e.f
Antioch⁹ medic⁹ vehiculo geſtabaẗ. 297.b
Antiq̱ bis in die an ſemel ſaturarenẗ. 52.f
Antiquorũ mos vinciẽdi tp̱a in cęna. 57.a
Antiqui in ſtratis cœnabant. 53.a
Antiqui omnes voluptates in cõuiuiis excogitarunt. 58.c
Antiquorũ ſtudiũ in cibis ac potibus delicatiſſimis cõquirẽdis magnũ fuit 58.e
Antiquorum ſcripta quonam modo interierunt 161.c
Antiquorum maior pars mane vel nihil, exiguum quid ſumebat 225.c
Antiquorum maior pars in veſpere ſolũ ſaturabatur 136.e
Antonius Pius Imp. balneum populo ſine mercede conſtituit. 48.d
Aphoriſmi *Hippocratis* explanatio 231
Apodyterium in palæſtra quid fuerit 29.c
Apodyterium in balneo quid eſſet 40.f
Apollini cur Atheniẽſes gymnaſium conſecrarunt 8.d
Apollo iaculationis, & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130.f
Apollo iaculationi ab antiquis eſt præpoſitus, & quare 258.e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182.d
Apoplectici Tral. ſententia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 229
Aponaxis quid 85.c
Apoſtemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281.c
Apricari quid faciat 140.d
Apuleius Celſus in Sicilia quendam à cane rabido morſum curauit 4.e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo ſe nobis manifeſtauit 4.e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47 a
Aqua ẽ ex extrinſecus corp̱i accidẽtib. 6. f
Aquæ omnes ſponte naſcentes calidę ſunt Ariſtot. authore 303.c
Aquarium quid eſſet 43.a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 192.f
Archimedes ſæpe figuras mathematicas in corpore vncto deſignabat 32.d
Ariſtotelis ſententia de gymnaſtica & pædotribica 10.d
Ariſtot. ſententia de arte gymnaſtica 13.a
Ariſtot. ſententia de motu poſt cibũ 222.a
Ars gymnaſtica, Gale. ſentẽtia, eſt maxima pars facultatis conſeruatricis 7.b
Ars gymnaſtica qb⁹ nã reb⁹ p̱ficiaẗ. ibidẽ
Ars gymnaſtica quomodo ſcientia a Galeno vocetur 10.d
Ars gymnaſtica quid nam circa corpus hu manum operetur 12.f
Ars gymnaſtica ad bonũ corporis habitũ acquirẽdum, ac ſanitatem conſeruandã maxime p̱deſt multorũ teſtimonio. 13.a
Ars gymnaſtica homini eſt naturalis 13.c
Ars gymnaſtica quo tp̱e ĩceperit 11. b.c.d & quomodo ordinem ac regulas acceperit 15.c.62.f
Ars conſeruatoria qualitate; quãtitate, occaſioneq; perficitur 7.a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quaſi incerta 226.f
Artis Gymnaſticæ diffinitio. 10. f & 189.c
Artis Gymnaſticæ finis 10.f
Artis gymnaſticæ apud antiquos exiſtimatio 13.a
Arthriticos deambulatio lenis, & remiſſa iuuat, & vehemens lædit. 261.c
Arthriticos geſtatione curabat Aſclepiades 296.f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de cauſa 305.a
Æſculapius Epidaurius multum artem medicam illuſtrauit 1.c
Æſculapius ſanis poſtpoſitis, ſolis morboſis, ac languentibus opem ferebat, 1.c
Æſculapius iaculationis & medicinæ De⁹ ab antiquis iudicatus 130.f
Æſculapius venatione ſummopere delectabatur 185.c
Æſculapius ab antiquis iaculationi eſt præpoſitus, & quare 258.e
Aſclepiades Pruſienſis orator, & medicus clarus 51.c
Aſclepiades per inediam triũ aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Aſclepiades infirma corpora variis exercitationibus moleſtabat, vt hominum fauorem aucuparetur 205.b.235.b
Aſclepiades Pruſiẽſis lectis, & balneis pẽſilib⁹ in ægris curãdis vtebaẗ. 176.f.300.f
Aſclepiadem Soranus reprehendit, q̃ phreneticos cãtu curare profitebatur. 284.d
Aſſa in balneo quid eſſet 41.a
Aſthmaticos curſu veſtibus laneis facto Theodorus Priſcianus curabat. 253.a Cęlius Aureli. ſpiritu retento. 279.c & vociferatione. 281. c Aſclepiades geſtatione 296.e
Athenæum quis locus fuerit. 18.f

Athenienſes cur Apollini gymnaſiũ conſecrarunt 8.d
Athenienſes poſt Lacedæmonas gymnaſia inuenerunt 18.e
Athenienſes iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144.e
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnaſio ſe exercebant. 26.d
Athletæ ſimplici noĩe dicti qui ſint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletæ quo noĩe à Plato. vocentur. 69.b
Athletarum victus ratio, quæ eſſet 72.e
Athletæ cur pallidi fiant poſt labores ex Ariſto. ſententia 74.e
Athletæ à Venere p̱rſus abſtinuerũt. 75.b
Athletarũ ægritudines ſecundũ Gal. 76 d
Athlet. gymnaſtiça ſaltatiões habuit. 83.a
Athletę ambulationib. nõ vtebanẗ 135.b
Athletæ aduerſus palũ ſe exercebãt. 145.a
Athletæ ex ſpiritus cohibitione non parũ auxilij capiebant 154.d
Athletæ ſtatim poſt exercitationem potũ vitabant, & qua de cauſa 224.d
Athletæ *frequentiſſime* vtebantur pugillatu, lucta, & Pancratio 248.d
Athletæ oſtẽtationis etiam gratia ſpiritũ retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam geſtatione curabant Theodorus Priſcianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo ſtupore Aetius geſtatione curabat 298 e
Author *huius* operis cur de *gymnaſiis* ſcribere ſibi propoſuerit 7.a
Auditus ſpiritu retento melior fit 279 b
Aues in aere ſtare apparẽtes an aliquo modo moueantur 137.a.b
Auerrois ſententia de iis qui exercitationem dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui cenſuit morboſa corpora quotidie ad ſudoris initium eſſe exercenda 209.e
Aug. Imp. lege ſanciuit, vt milites educerentur ambulatum in menſe 135.c
Aug. Imp. ſcimpodio q̃nq; vehebaẗ. 177.c
Auguſtus Impe. folle ſe exercebat, & qua de cauſa 242 f
Aug. Imp. in fine deambulationis ſubſultim currere videbaẗ & qua de cã. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure ſiniſtro laborãs ambulatiõe in harena maximè p̱funda ſe exercebat, & q̃uo. 264.f
Aug. Impe. poſt cœnam lectica lucubratoria vtebatur 299.a
Aurelianus Imperat, thermas hyemales in tranſtyberina regione fecit 206.f
Aurium dolorẽ patiẽtes lucta lædit. 246.e
Aurium dolore vexatos geſtatione Gale. Tral. & Aetius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, illice, & fraxino fiunt 171.a

B

BAliſta quale inſtrumentũ fuit. 130.e
Balneum gymnaſiorum 38.c
Balneũ loca cõſtituẽtia quænã eſſent. 39.b
Balneis inſeruientia quænam eſſent. 39.b
Balneorum ſitus ſm Vitruij ſnĩam. 43.b
Balneorũ aer extrinſec⁹ & intrinſec⁹. ibid.
Balnea multũ calida Gal. tempore in deſuetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuerſa ratione vtebantur 47 b
Balneum res quadrãtaria cur vocetur. 47.c
Balneorum hora quæ fuerit 50.f
Balnea ſemp̱ ante ſolis occaſum claudebãtur, nec vnq̃ ante auroram aperiebãtur ante Alex Seueri Imp. tempora 50.f
Balneis penſilibus Aſclepiades in ægris curandis vtebatur. 176.f.d. à Sergio Orata ſunt inuenta 177.a
Baptiſterium in balneo quid eſſet 39.c
Bellorophon fuit eq̃tatiõis inuẽtor. 167.c
Bigis Plato animas aſſimilauit 171.c
Bgiæ in pub. ſacris frequentiſſimè certauerunt ibidem
Blandi Forliuienſis error de thermis 19.b
Botularij ĩ gymnaſiis botulos vẽdebãt. 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli vidẽtur. 255 b
brachia diſcus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. ceſtu valuit 111.a
Budaeus fallitur 17.a
Budæi error 145.b
Budæus defenſus a Cornario. 119 a

C

CAchecticos natatio maritima iuuat. 304.c
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus 2.f
Calicrates armatus currẽdo bis vicit. 116.c
Callimachus ſtatuarius cacirotecnus cur ſit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid eſſet 41.a

Calor naturalis per exercitationem exoneratus mulritudine excrementorum, fit robuſtior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet. 220.f
Calor natiuus exercitatione eſt excitãdus & qua de cauſa ibidem
Calidi homines vel parũ vel nihil exerceri debent, & qua de cauſa 214.e & 229.c
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de cauſa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt 4.c
Cantoribus ſpiritu retento peritonæum rumpitur 284.e
Cantus exprimit rerũ ſimilitudines. 9.b.c
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta, à ſole multum lęduntur, & qua de cauſa 272.e
Capite cooperto antiq ſacrificabãt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli ſententia multa deambulatio iuuat. 262. e. item deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes poſt motum leniter factum leuantur, poſt curſum magis laborant ex Caſij medici ſententia vnde fiat 251.b.c
Capitis doloré inueteratũ Aretæus manuum geſticulatione curabat 240.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt 242.d
Capitis doloré lucta iugi & magiſtro adhibito facta Cęl. Aurelian⁹ curabat. 245.a & tali dolore laborãtes currere veſtitos iubebat. 253 a. & deambulare. 261.a
capiti male affecto vociferatio obeſt. 282.e
Capitis dolore laborãtes vehiculo per longam viam Cęl. Aurel. vehi debere iudicauit, & qua de cauſa 297 c
Caput debile lædit ſaltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262.e
Caput maiores noſtri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione poſſint vti 194 e
Carnes exercitatoũ caſeo iam coagulato: non exercitatorum verò caſeo nõdum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinem deambulatio aufert 261.a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem geſtatio Cęl. Aureliano authore, remouet 298.e
Caſſi⁹ iatroſophiſta Romæ Cor. Cel. ętate medicinã sũma cũ laude exercuit 251.b
Cacheticis vociferatio ſubuenit 281.e
Celtę poſt cęnam pugna vmbratili ſe exercebant 145.e
Cęlum meridianum quale ſit ex Vitru. ſententia 219.a
Cęnę initio veteres arctius accumbebant ſatiati ἐπρίτα πλάρια vertebantur 53.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frõtem & tempora vinciebant, & cur. 55.a
Cęnę ꝯſuetudo apud antiquos. 52. f. & ĩfra
Cęnæ hora cur veſpertina ſit data 59.a
Cenaturi quinam ſint dicti 167.c
cera digitis emolliẽda arthriticis dať. 128.c
Cerchio ſecundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14 d
Ceſtiphori ĩ gymnaſio ſe exercebãt 110 e
Ceſtuum exercitatio 110 d. 248.e
Cęſar ſcripſit, nõ fruſtra fuiſſe antiquitus inſtitutum, vt in bello committendo ſigna concinerent, & vniuerſi milites clamorem excitarent 136.f
Cęſ. Aug. exercitationis cauſa aliquando cæſtus. 113. piſcabatur. 181.c. 305.c
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione ſummopere delectabatur 185.c
Chorea ſaltationis nomen vnde ſit ortum 101.b.c
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182. d
Cibi neceſſitas, vnde nã proueniat. 192.d
Cibi ſuperfluitates neceſſe eſt, vt è corpore effluant 192.e
Cibi praui non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de cauſa 193.b
Cibis mali ſucci vtentes homines quomodo ſe habeant 199.c
Cibi concoctio qũo cognoſcitur. 223.b
Cubiſtica eſt prima ſpecies ſaltationis. 82. d 239.c
Ciborum ſatietas vitari debet 192.f
Ciborum in appetentia laborantes lectus penſilis iuuat 301.a
Cibos faſtidientes vociferatione iuuantur 281.e

Cibus poſt exercitationem non ſtatim debet aſſumi, & qua de cauſa 223.c
Cinædi vnde dicti à veteribus 101.a
Cyrus Perſarum Rex corporis labores magnopere æſtimauit 8.d
Ciſius erat vehiculi ſpecies 208.e
Claudius Cæſ. vehiculo vndique tecto primus, & quando eſt vſus 172.f
Claudus Impe. Harpocræ liberto ſuo conceſſit, vt p vrbẽ lectica vehi poſſet. 174.f
Claudus ſecũdum Platonem quis ſit. 13.a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe. tempore floruit 49.c
Clemẽs Alex. tpe Gal. Romę floruit. 105.b
Clitomachus Carthaginenſis fuit nouæ Academiæ ſectator clarus 75.a
Cęliacos manuum geſticulatione curabat Aretætus 240.d. & vociferatione. 281.c & exercitatione inter myrtos, lauros, & thymum facta 296 f
Coitu vſuri veſpere non cœnabant 52.f
Coitus quoſdã lædit, quoſdã iuuat. 196.e
Colicos Aetio autho. lctõ alta iuuat. 285.b
Colicos pilæ luſu. Cœl. Aureli. curabat. 243.b. & curſu. 248.e. & deambulatione. 261.a & ſpiritu retento. 278. f. Aſclepiades geſtatione 296.f
Com. Impe. filius in palæſtra in ægritudinem incidit 29.a. 245.b
Cõmod⁹ Imp. iaculatiõe excelluit. 131 a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Cõcamerata ſudatio in palæſtra vbi nam erat 20.f
Cõcoctionem impedit exercitatio ex Eraſiſtrati ſententia 191.b.c
Concoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 192.f
Concoquẽtes difficulter vociferatione iuuantur 281.c
Coniſteriũ ĩ palęſtra vbi nã erat. 20. f. 34.e
Cõſeruatiua medicinę pars à q̄buſdã ſola digna videť, vt noĩe medicinæ noĩeť. 5.c
Conſeruatiua medicinæ pars à quibuſdã in tres partes eſt diuiſa 6.e
Conſeruatiuã conſtituentia quatuor nominibus à medicis cõprehenduntur. 6.f
Conſtantini Impe. tẽpore accipitres edoceri cęperunt 188.e
Conſuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198. e.f
Cõſuetudinẽ pmutãtes valde lędunť. ibid.
Conſuetudo mala quomodo ex Hippoc. ſententia ſit mutanda 200.d
Conſuetudo exercitij quantũ proſit. 211.a
Conſuetudo in oĩbus eſt cõſeruanda. 212.
Conſuetudo in exercitatione cõſideranda eſt ibidem
Cõtinui ſolutio q̄b. rebus accidat. 208.e
Continui ſolutioni nullum motus genus conuenit, & qua de cauſa ibidem
Continui ſolutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cõualeſcẽtes vociferatione iuuãtur. 281.c
Conuulſionib. capiũtur, qui curſu cõcitato vtuntur & quomodo hoc fiat. 252.e
Cornarij lapſus 118.f
Conuiuis olim frigida, & calida à puero dabatur. 54. e. Cornibus boum priſci potabant. 55.b
Cor. Cel. iubet, vt in antiquo laterũ dolore victu athletico vtamur 86.e
Corpus humanum quo pacto à diuerſis diſciplinis conſideretur 12.e
Corpus humanũ quomodo eſt artis Gymnaſticæ ſubiectum ibidem
Corpuſcula à noſtris corporibus continue effluunt. 192.d
Corporis habitus ab exercitatione conſeruatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationem firmitatem & robur acquirunt. ibid. 194.d
Corporis habitus ab otio deſtruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis conſiderantur, & quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeãt exerceri 205.b
Corpora ſicca motibus leuibus & moderatis vti poſſunt 206.f
Corporib. calidis & ſiccis nullæ ĩmoderatę exercitatiões cõueniũt. 206. f. 215. b. 229.c
Corporibus frigidis & ſiccis exercitationes remiſſæ cõueniunt, ibid. 115. c. 230.d
Corpora, quorũ vnũ membrũ intẽperiem patitur, quomodo ſunt exercẽda. 207.a
Corp⁹ nullũ quauis intẽperie laborãs dẽt vehemẽti exercitatione exerceri. 207. b
Corpora ob malam formationem morboſa, quomodo ſunt exercenda ibidem
Corpora in numero morboſa exercitationibus vti poſſunt 208.d
Corpora ægritudine in ſitu laborantia nullo exercitarionis genere vti debent, & qua de cauſa ibidem
Corpora valetudinaria q̄nã ſub ſe ſm hu-

ius auctoris ſnĩam pñt continere. 209.a
Corpora ſenum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora ſenum quibus exercitationibus vti debeant 210.e
Corporum ſanorum differentias multas antiqui medici conſtituerunt 211.c
Corpus perfecta ſanitate prȩditum potius mente conſiderari poteſt, quàm reipſa inueniri 212.d
Corpora multa temperata in ſua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter ſana dicta excremẽta quotidie generant, ſe ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer, & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigẽt, ibidem 229.c
Corpora humida à labore ſuffocari, hæc Ariſtotel. ſententia quomodo ſit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in æſtate potius, quàm in hyeme ſunt exercenda ex Ariſt. ſententia. 220.f
Corpora quibus temporibus ſint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.e
Corpora frigida & humida multis, & vehementibus exercitationibus indigent ibidem, & 230.d
Corpora ab iiſdẽ, quãdoq; lædunť, qñdoq; iuuantur, prout illis applicantur 235.a
Corporis carnoſitas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à ſole calefiunt ſm Ariſt. ſententiam, & qua de cauſa 272.e
Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum notando in artus facillimè reſtituuntur 384 f
Coriceum in palȩſtra vbi nam erat. 20.f. & quid eſſet 29.c.87.b
Corycus quid eſſet ex Antilli ſententia. 86.e. 101.c.242.d
Cornarius corycum malè follem interpretatus eſt in Hip. conuerſione 33.c
Cornarius malè arguit Budæũ. 118. & 119
Coxas debiles ſaltatio confirmat 240.e
Coxis ex Hippoc. ſententia equitatio eſt inimica 263.a
Craneũ gymnaſiũ apud Corinthios. 18.f
Criſſi quando cibũ debent ſumere. 223.c
Crateri medici ſeruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab oſſibus cadebant 5.a
Cratinꝰ poeta cur ſaltator ſit vocatꝰ. 101.b
Crepaturas patiẽtes ſaltũ dẽnt vitaŕ. 255.a & diſcũ. 258.e. & ſpiritũ retentũ. 280.d quomodo fiant 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulandũ vtebantur, & qua de cauſa 165.a
Criſilaſiȩ forma ex Oribaſio, quæ nata fuerit 162.d. eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ ſub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ luſus lædit 243.b
Crura infirma ſaltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Cruſtularij in gymnaſiis cruſta vendebant. 64 e
Cunis quomodo in ægris curandis antiqui medici vterentur 178.e. 301 b
Curatiua medicinæ pars ob neceſſitatem prius eſt inuenta, & à quibuſdam impoſtura quædam dicitur 5.b.c
Curæ ſanum corpus conſeruant 6.f
Currendi facultas à natura data eſt animalibus. 155.a
Curſus certamen Elei inſtituerunt 115.c
Currens ab ambulante qũo differat. 251.a
Currentes hyeme magis rigent ſtantibus, & qua de cauſa 220.f
Currentium ſpiritus anhelat 252.d
Curribꝰ faciẽdis materia aptaſẽ abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum ſpacij perficerent 172.e
Curribus oĩs generis ſani vtebanť. ibidẽ.f
Curribus tectis principes vtebãtur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erãt genera, & q̃ & qũo ſimilia, & diſſimilia erãt. 173.a
Currulis vectatio ab Erichthonio eſt inuenta 171.a
Currulis vectatio apud mulieres Romanas ĩ maximo honore habebatur 171.b
Currulem vectationẽ Romani mulierib. abſtulerunt, ob nimium luxũ, poſtea illis reſtituerunt, & qua de cauſa ibidem
Curulis vectatio apud gymnaſticos æſtimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vſu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus ſex rotarũ Scythæ inuenerũt. ibid.
Currus forma eſt varia ibidem.
Curuũ certamẽ in ludos olympios quando ſit inuectum 171.c
Curſor qui ſit ex Ariſtotelis ſentẽtia. 70 d
Curſus Gal. ſentẽtia nõ parũ cõfert ad ſanitatẽ, & bonum habitum. 116.e. 249 b
Curſus quis motus ſit. 201. c. eius vtilitas, & damna 249.c. & infra.
Curſus tres ſunt ſpecies ex Antylli ſententia 116.f
Curſus apud veteres Græcos q̃d ſit. 217.b
Curſus omnis febrientibus nocet. 249.c
Curſum pro vertiginoſis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250.d
Curſus circularis effectus qui ſint & omnino repudiari debet ibidem
Curſus eos, qui fungos comederunt, & qui à ſcriptionibus icti ſunt, iuuat 250.f
Curſus qũo renes lædat, & iuuet. ibidem
Curſu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem
Curſus pedes & crura iuuat ibidem
Curſus qua de cauſa ex Ariſto. ſententia caput lædat 250.d
Curſus à quibus vitari debet 252.d
Curſus in poſteriora factus quænam auxilia ex Antylli ſententia corporis partibus præſtet 252.e
Curſus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Curſus corpore nudo factus quid efficiat. 252.a
Curſus quo tp̃e magis ſit faciendus. 253.b

D

DAres apud Verg. ceſtu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas. 133.c 259. per totum caput.
Deambulationib. loci apti qui ſint. 263.b
Deambulatio multas habuit ſpẽs. 153.c & infra. 259.c
Deambulatione qñ vti debemus. 260.d
Deambulationis effectus qui ſint. ibidem
Deambulatio mediocris eſt magis in vſu, & quæ ſit ibidem
Deambulatione pro inſania, & aſthmate curandis Cȩl. Aureli. vtebatur 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibus nam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263 a
Deambulationum differentiȩ à loco ſumptæ quæ ſint 263. b & earum vtilitates, & nocumenta, ibidem & infra.
Deambulatio tarda quibꝰ cõueniat. 261.a
Deambulatio quænam ſit, qua Hip. Auic. & Haly poſt cænam vtuntur 261 b
Deambulatio febres auget ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in ſpirãdi difficultate, q̃ pedib. ſtare affert. ibi.
Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit. flatus diſcutit. ibid.
Deambulatio ſalubrior quæ ſit ex Acumeni medici ſententia 217.a. & 264 e
Demetrius Hermopolita, & eius laus 60.e
Demoſthenes prope maris litus vociferabatur. 158.e. & aſcendendo orationes recitabat, & qua de cauſa 253.c
Diaulus curſus qui ſit 116.e
Dielcyſtinda 152.f
Diocles eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 223.a. 268.d
Diocles reprehenditur, qui epilepſiam ſpĩritu retento curari dixit 280.d
Dionyſio ſyracuſano cibis appoſitis non delectãti quid coquus reſponderit. 187.c 307.b
Dioreus aduerſarium vnctum & ſine puluere ſuperauit 33.b
Dioxippus aduerſarium vnctũ, & ſine puluere ſupperauit ibidem
Diſcus quot ſignificat, & quæ 123.a
Diſci exercitatio fuit antiqua. 121.b. eius vtilitas 257.b
Diſci figura qualis fuerit 123.c
Diſcus robuſtis corporibus cõuenit. 212.f
Diſci exercitatione loco purgationis, & phlebotomiȩ; ſi quid impediat, vti poſſumus ex Gale. authoritate 257.c
Diſcoboli 122
Diſcus à iaculatione tum in iuuãdo tum in lædendo parum differt ibidem
Diſcus ab haltere differt 258.d
Dolẽtibus varius ſermo ſubuenit. 283.bc
Dolichus curſus quis ſit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione inſtituit 158.e
Dorſum diſcus corroborat 257.c
Dorſum debile habentes erecti ſtare non debent, & qua de cauſa 269 b
Dracunculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent. 4 f

Dropax quid ſit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ ſoluuntur 202.f
Duellum à quo ſit inuentũ, & cui pugnæ antiquorum generi reſpondeat 275.a

E

ELæotheſium in palæſtra vbi nam eſſet 11.d 20.f
Elleborum qui ſumpſerunt geſtatione in lectica facta iuuantur.299.a.& in lectis penſilibus 301.a
Elephantiaſis Aegypto familiaris quo tẽpore Italis innotuit 4.e
Elephanticos vſu coryci Aręteus curabat. 242.e. & vociferatione. 282.c. Celſus deambulatione.261.c. Aſclepiades geſtatione 296.f
elephãticos natatio maritima iuuat. 304d
Entellus apud Verg.ceſtu valuit 111.a
Ephebus Athenis ſerpentem puſillum, & ſtatim ambulantẽ cũ ſemine emiſit. 5.a
Ephæbum in palæſtra vbi nam erat, & quantum 20 f.24.e
Epilepſia inſolatione moderata ſecundũ methodicos curatur 271.c
Epilepſia gladiatoris iugulati ſanguine epoto ſecundũ quoſdam curatur 275.b
Epilepſia ſpiritu retento Cęl.Aurel.authore non curatur 280.d
Epilepſia quo pacto vociferatione curetur 282.e
Epilepſiæ vehiculo per longã viã vehi nõ conducit Cęl.Aureli authore. 297.c
Epilepticos geſtatione Gal. Tral. & Aet. curabant ibidem
Epilepti.curſus vehemẽs ex Theo.Priſciani ſnĩa liberat.250.e.& lõga& recta ambulatio ex Cęl.& Cel.authorit. 262.c
Epilept. Arętus curabat manuũ geſticulatione.240.d.lędit deambulatio.261.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obeſt 304.e
Epiſcyrus luſus quis 85
Equitatio an ſit exercitatio. 79.a. eſt mot⁹ mixtus ſecundum Gale. 170.f.292.d
Equitatio q̃d efficiat & ei⁹ inuẽtor. 167.c ſemp in honore eſt habita ibi.& 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio ſuccuſſante equo facta quid efficiat 293.b
Equitatio per aſturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 193.c
Equitantes cur aliquãdo lacrhymas emittant 294.d
Equitatio an ſit geſtatio ibidem
Eraſiſtrat⁹ miſſionẽ ſanguinis è medicina auferẽda, atq; etiam oẽm exercitationẽ inutilem ad ſanitatem iudicauit 191. b
Eraſiſtrati rõnes, quatuor q̃b. exercitationem inutilẽ eſſe ad ſanitatẽ dixit. ibidẽ
Eraſiſtratus per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Eraſiſtratus eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 223.a
Eraſiſtrati rõnes ſoluuntur.ibid.& infra.c
Eraſiſtratus malè à Cęlio reprehẽditur,q̃ paralyticos deambulationeĩ locis harenoſis facta exercendos iudicabat. 264.f
Eraſmi error 154.f
Erectum ſtare an ſit exercitatio.136 f.vtilitas & nocumenta 169
Erecti ſtãtes quodãmodo mouẽtur. 137.c
Erectum ſtare ante cibi ſumptionem quomodo iuuat 140.e.169.c
Erectum ſtare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum ſtare poſt cibos ſumptos quid faciat 139.e.207.c
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Eryſimachus medicus ad ſingultũ curandũ ſpiritus cohibitione vtebatur.153.e
Eſculenta tũ cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Muſa fratres vſum aquæ frigidæ poſt balnea calida monſtrarunt. 47.b
Euripidis ſententia de athletis 71.b.c
Excrementa diuerſis modis è corporibus auferuntur 190.f.& infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum ſpecies generant.192.e. 196.d.212.d. 214. d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 223.a
Exercitationes corpus cõſeruant ſanũ.6.f
Exercitationes quomodo corpori ſano vtilitatem, Gale. & Auic. ſententia, præſtent 7.c
Exercitati cur à frigida lotione aut potione lędantur 223.c
Exercitationis diffinitio ſ̃m Gal.77.b. ſ̃m Auic. 78. a.ſ̃m Auer.& hũc authorẽ. f
Exercitationis diuiſio ſ̃m Platonẽ. 80.d.f
Exercitatio vilíſsima quæ ſit ex Gal. ſententia 185.b

Exercitationis dfiæ vnde ſumantur 189.c
Exercitationes opportune factę multorũ errores corrigere poſſunt.18.e.& multa bona præſtare. 194 d.197.a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Eraſiſtratus ad ſanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Eraſiſtrati ſententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidũ lædit, Eraſiſtrati ſententia,& per conſequens ſanitatem conſumit ibidem
Exercitationis neceſſitas,&vtilitas.192.d.e
Exercitatio corporis habitũcõſeruat.192.e
Exercitatio laborẽ coniũctũ habet.193.b
Exercitatio calorem naturalẽ auget,vnde fit, vt ipſe mediocritatem trãſeat. 194.ſd
Exercitatio ſupfluos humores cõſumit.ib.
Exercitatio cunctis hominibus indifferẽter cõuenit ſecundum quoſdam. 195. b
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibid.& 196.f
Exercitatio ſanitatem præſtat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi ſumptionẽ conuenit 195.c.190.e
Exercitatio quoſdam lædit, quoſdam iuuat. 196.f
Exercitatio aſſuetis conuenit, non autem inaſſuetis ſecundum quoſdam 198.d
Exercitationum tres ſunt primæ differentiæ 200.e.136.f
Exercitatio præparatoria ſecundum Gale. quæ ſit ibidem
Exercitatione præparatoria quãdo,& quomodo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ ſit, & quando ea vti debemus ibidem.& 237.b
Exercitatio ſimplex quæ ſit, & eius ſpecies 201.a.237.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatã degunt,quanta eſſe debeat ibidem
Exercitatio propriè dicta ſpẽs habet. 202.f
Exercitationes poſſunt morbos in quantitate auferre 207.c
Exercitatio ſecundum Hippo.per additionem fieri debet 209.c
Exercitatio bonum habitum inducit, & ſanitatem conſeruat 211 c
Exercitatio nulla debet eſſe aut violenta, aut immodica 212.e
Exercitat.à q̃b⁹ vitari dẽant. 213.c.& ĩfra
Exercitatio omnis in loco ſalubri fieri debet 219.b
Exercentes ſe ſub ſole magis incaleſcunt quieſcentes, quàm qui mouentur, & qua de cauſa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum ſententia ſemper ante cibũ à ſanis fieri debet. 222. d 226.d.267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obſeruare 223.a
Exercitationis factæ poſt cibũ nocumenta,quæ ſint 222.f.268.d
Exercitatio nõ debet fieri vbi ſtomachus eſt valde vacuus,& qua de cauſa. 223 b
Exercitati ſtatim poſt exercitationẽ nullum cibum aut potum debent ſumere: & qua de cauſa 223.c. & infra
Exercitationis terminus duplex eſt 227.b
Exercitatio duo requirit, membrorum robur,& caloris augmentum 227.c
Exercitationes conſuetæ in ſenectute congruunt 228.d
Exercitatione laſſitudo ſemper eſt vitanda 228.e
Exercitationis termin⁹ eſt famis ſẽſus. ibi.
Exercitationis exceſſum laudat Ariſt. magis, quam defectũ in cibo ecõtra. 230.f
Exercitatio Socratis ſenis quãta eſſet. ibi.
Exercitatio virorũ quãta eſſe debet. ibid.
Exercitatio puerorũ quãta eſſe debet. ibi.
Exercitatio fortium hominum quãta eſſe debeat,& debilium ibidem
Exercitatio ſenũ minor eſſe debet quàm, cum iuuenes eſſent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra ſudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vſque ad ſudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor eſſe debet ea,quæ æſtate fit ibidem
Exercitatio inaſſuetorum quæ, & quanta eſſe debet 230.e
Exercitatio immodica oĩbus nocet. 230.e
Exercitationis immodicæ ſigna. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus eſt adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exerci-

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibidem
Exercitationem ſtatim poſt cibum nemo debet incipere 232.f
Exercitatio prius remiſſe ac debiliter incipi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, ſiue vniuerſali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati ſtatim poſt exercitationem veſtes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233 a
Exercitati non ſtatim poſt exercitationem debent quieſcere, nec cibum aut potum ſumere 233.b.c
Exercitationis modus & ordo totus quis nam ſit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam eſſe debeat 219.b
Exercitationis mos apud antiquos diuerſus fuit ab eo, qui nunc eſt in uſu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi poſt coitũ meridianũ qua de cã vterent. 237.a
Exercitatio cũ puluere q̃d operetur. 238.a
Exercitatio cũ oleo facta q̃d efficiat. 236.c
Exercitationes multæ oculorum acumini obſunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remiſſa & aliæ à quantitate ſumptæ, quid in noſtro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri non debet niſi poſt cibi coctionem 243.b
Exercitationes q̃ nã quibus tẽporibus ex Hipp. ſñia fieri debeant. 246. f.& 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lædat 290.e
Exilitio ſaltus ſpecies curſui aſſimilatur. & eius effectus 254.e

F

FAbulatum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionũ ſtudioſi homines equorum ſuæ factionis ſtercora odorabant, & qua de cauſa 168.c
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde ſint ortæ. 169.a
Febre acuta laborãtes ab omni motu ſunt remouendi ex Gal. ſententia. 206.d
Febres ſæpe contingunt, quia conſuetæ exercitationes dimittuntur 212. f
Fertorium quid eſſet 175.a
Flauius Veſpaſianus dicebat, Imperatorem ſtantem mori debere 139 e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctã debent omnino vitare 246.e
Fœtus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de cauſa 254 d
Follis pila quæ nã eſſet. 88 f. vtilitas. 242.f
Fornacatores in gymnaſijs q̃d agerẽt. 64.d
Foſſio eſt exercitatio & opus 202.f
Foſſores qua de cauſa à victu inordinato, & prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæſtra vbi nam erat. 20.f.39.c
Frigida lauatione cur vterentur poſt calidam 44
Frigidariũ ĩ palęſtra vbi nã erat. 20.f.39.c
Frigidum quodcunque ſtatim poſt exercitationem ſumptum, iecur, ventrem & alias partes lædit 233.c
Frigus nimiũ q̃d ĩ nr̃a corpora agat. 220.e
Funambuli 148
Fundæ inuẽtores Phærices fuerunt. 129.a
Fuchſij error 87 a

G

GAle anno ætatis ſuæ 30. luxationem ſummi humeri in palaeſtra paſſus eſt 26.e
Gal. tp̃e in palæſtra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo poſt Senecam, & Plutarchum floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. ſuæ ciuitatis fuit electus 142.f
Gal. vt ſe exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obeſum corpus veloci curſu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.e
Gal. iudicat radios ſolis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues noſtris temporibus apparuit, priſcis ignota 5 a
Galli venatores helleboro ſagittas inficiebant 118.d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet, & qua re ex Ariſtot. ſententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppreſſa lucta ſanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua cauſa equitatione vteretur. 170.c.291.
Germanicus equitationis beneficio à crurum tenuitate fuit liberatus 208.d
Geſtationis multæ ſunt ſpecies 295.b
Geſtatio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduerſetur ibidem.c
Geſtatione in quibus morbis curandis Aſclepiades vteretur 295.c & infra
Geſtatio in mari perturbato omnino eſt fugienda ibidem
Geſtatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Geſtatio ſine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Geſtatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Geſtatione in quibus morbis curãdis Gal. vteretur 297.c & infra
Geſtatio morbis diuturnis prodeſt ibid.
Geſtatione ſella, & lectica facta ægri vti poſſunt morbo iam inclinante 300.e
Geſtationis in alto mari factæ effectus. 302 f
Gymnaſia nullus antiquorum ſcriptorum ſufficienter tractauit 7.a
Gymnaſia quæ nam fuerint 17.b
Gymnaſia quare, & à quibus primùm ſint inuenta ibidem c
Gymnaſia diebus feſtiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnaſium cur antiqui Tiberi propinquum effecerint 46.f
Gymnaſtica quid ſit, & quotuplex ſit 8. e 202.e
Gymnaſtica ad medicum pertinet 8 f
Gymnaſtica ad ſanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnaſtica qũo à Pędotribica differat 7.b
Gymnaſtica vnde ſit dicta 16.d
Gymnaſtica ars apud græcos ſolùm in vſu fuit, & quo tempore ad Romanos acceſſit 16.e f
Gymnaſtica proprios habuit authores, quorum opera fuit illuſtrata 59.c
Gymnaſiarchus quid nam eſſet 60.d
Gymnaſticæ artis effectus 66.d e
Gymnaſticæ bellicæ finis 66.e
Gymnaſtica vitioſa quæ ſit 16. e 66. d a Galeno vituperata 69 a
Gymnaſtica medica ſaltationes non reſpuit 83.b
Gymnaſticæ duo ſunt genera, & quæ 82.d 170. f
Gymnaſticam & medicinã contrarias eſſe cur dixerit Hipp. 8.f
Gymnaſtica principaliter circa ſanitatis conſeruationem, conſequenter verò circa ſanitatis curationem verſatur 235.c
Gymnaſtes qui nã eſſet & eius onus. 61. b
Gladiatores apud Romanos qui eſſent, & eorum abſurdi mores 142. e f
Gladiatores diuerſi ab athletis 70.f
Gladiatores vſq; ad mortem intrepide pugnabant 143.a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores ſanguinem ex vulneribus aduerſarij bibebãt & quare. ibid. 275. b c
Gladiatores poſt pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ deteſtatio ex D. Cypriano. ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Dom. Imp. 144.d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus caryſtius pugillator excellentiſsimus 108.c 144.f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus ſcripſit 29 a
Gulielmus Chouius errauit exiſtimans diſcum eſſe pilam rotũdam in medio perforatam 126.d 145.b
Gordianus Iunior Imp. Thermas æſtiuas fecit 216.f

H

HAbitus corporis in exercitationem conſiderandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 26. f
Hadrianus Imp. curſũ Nemiacis & Iſthmicis certaminibus reſtituit 115.c
Had. Imp. lege ſanciuit, vt milites in menſe ambulatum educerentur 13[illegible].c
Halteres quale inſtrumentum fuerit, ex Oribaſij ſententia 126. e eius vtilitas, & damnum 256.& d. infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ fieri aliquãdo põt, ſi q̃d impediat 256.e
Haltere antiquorũ etſi nos caremus, loco tamen ipſius aliis inſtrumen[illegible] vti poſſumus, & ijdem effectus ſequentur. ibid.
Halteriſtarum imagines 127
Hæmorrhoidas ſaltus prouocat 255.b
Harpocræ liberto Claudius Imp. conceſſit, vt per vrbẽ lectica veheretur 174.f

Heliogabalus Imp. quibus piſcinis lauabatur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiſcua exſtruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58 d
Heliogabalus Impera. curribus animalia monſtruoſa,& aliquando fœminas nudas iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in euripis vino plenis exhibuit 180.e
Hepatica affectio quædam in Melonijs apparuit, quæ miros effectus pariebat, ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76.e
Hermeum quis locus fuerit 18.f
Hernia laborantes recti ſtare vitent 169.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus poſt Aeſculapium artem medicam multum auxit & illuſtrauit d. 2
Hydropiſim lucta, uel palæſtra Oribaſius curabat. 245.a Cœl. Aure. vociferatione 281.c
Hydropici continuis exercitationibus ex ſentētia Theodori Priſciani curari poſſunt.248.d itemq. curſu.250.c. & vociferatione. Cœl.autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodeſt 281.c
Hydropicos geſtatione Aetius curabat. 298.e
Hydropici Tral. ſententia lectica vti poſſunt,& qua de cauſa 299.a
Hydropicis maritima natatio ꝓdeſt 104.d
Hyeme minus, ęſtate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de cauſa. 21.bc
Hippoc.duas medicinę partes curatiuam, & præſeruatiuã ad ſummũ perfecit 5.a
Hippoc.tempore balnea publica aut priuata rara erant ædificata 38.e
Hipp.præceptum de ſanitate tuenda 74.c
Hipp.voluit oĩa fieri ἐκ προσαγωγῆς 154 d
Hippoc. ſententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp.patria temperata fuit 216.e
Hippo.iudicat, ſolis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266.e
Hippo. Herodici Selymbriani diſcipulus artem medicam illuſtrauit 2.d.4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virginitatem conſeruaret 307.b
Hypocauſtũ &laconicũ nõ idẽ fuerũt 42.f
Hypocauſtum balneo ſeruiebat 43.b
Hiſtriones vocis exercitationi operam dabant 157.a
Hiſtriones infibulabantur,& quare 157 c
Homeri tempore Gymnaſtica ars principium quoddam habuit 13.c
Homines naſci propenſos ad muſicam & Gymnaſticã qũo cognoſcitur 13.c.80.d
Hoĩes cuiuſcunq; ętatis illas exercitationes vitare debẽt,à q̃bus lædũtur 211.b
Homines cur aliqui ſedendo macreſcunt aliqui pingueſcunt 214 e.f
Homines excrementoſi & calida temperie præditi ſedendo pingueſcunt ibid.
Homines excrementoſi & frigida temperie præditi ſedendo macreſcunt ibid.
Homines, qui ante cibos, & ordinate ſe exercẽt, nõ indigẽt ita exquiſita victus ratione,vt illi, qui non ſe exercẽt 235.a
Homines ignari, dũ legere incipiunt, cur ſomno capiantur 286.d
Homines excellentes, dum legunt, ſomno non capiuntur,& qua de cauſa ibidem
Homo comedens, & non laborans ſanus viuere non poteſt 192.f.214.d
Hora,qua ſani homines cibum ſumere debent,quæ nam ſit 225.c
Horæ diei Romę quomodo,authore Martiali, diſpenſarentur, & quomodo authore Horatio. 224 f& infra
Horarum cõſideratio ab antiquis,Gal. authore quomodo fieret 226.c
Hordeum militibus, qui parum profeciſſent,pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale à ſuperfluitatibus turbatur,& inficitur 194.d
Humores crudos in ſtomacho aggregatos ſaltatio diſsipat 240.d

I

IAcobus ob neruum latum inter luctandum læſum, in poſterum ab eſu neruorum abſtinuit 145 – 245.
Iaculationis ſpecies duas fecit Plato 129.c
Iaculationis inſtrumentorũ inuẽtor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnaſijs quid agerent 64.d
Ianus Cornari⁹ Platonẽ latinũ fecit 217.b
Icterici oẽs ſapores amaros iudicant 262 f
Iecoroſos natatio maritima iuuat 304.c
Imitationis ſpecies ſecundum Ariſt. 96.e
Impuberes ſingulari certamine certabant. 144.c
In autumno hora veſpertina cibus ſumi debet,& qua de cauſa 224 c

In

In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia 38.f
In cubone multi Romę aliquando periere. 196.e
In gymnaſia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora veſpertina cibus ſumi debet, & qua de cauſa 224.e
In morbis ĩtermittẽtibus motiones aliq̃n ſunt vtiles ex Hip.& Ariſt. ſñĩa. 206.e
Inſanientibus in morbi declinatione muſicus cantus ſubuenit 283.c
Inſolatione antiqui multis modis vtebantur 271.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1 b.4 d
Intemperies eſt duplex 204.f
In vere hora meridiana cibus ſumi debet, & qua de cauſa 224.e
Ioannes quomodo recumberet ſupra pectus Domini 54.e
Ioannes Baptiſta Rhamnuſius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus ſanum conſeruat 7 a
Iſchiadicos curſus liberat 250.f
Iſthmici ludi in iſthmo agebantur. 15.b
Iudęi cur à neruorũ eſu abſtinerẽt. 245.b
Iulianus q̃dã ſanguinẽ euomens qũo oraculo monſtrante fuerit ſanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis conceſſum 5.c.& infra
Iuuenes oĩbus ferè motib⁹ ſunt apti. 212.f
Iuuenes, ſi plus conſueto laborent, conuulſionibus fortibus magis quàm ſenes tentantur 212.f

L

LAbor nimius pallores inducit, & qua de cauſa 74.f
Labor ex Eraſiſtrati ſententia eſt naturæ noſtræ inimicus, & iucunditatem à ſanis aufert 191.c
Laboribus inaſſuetos aliquando exercere debemus,& quã de cauſa. 199.a.230.d
Labores moderati quibus nam corporibus conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione ſe exercebãt.187.c
Lacedæmonas damnat Ariſtot.quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur 64 d
Laconicum & tepidarium non ſunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypocauſtum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio ſuccurrit 281 c
Laſſitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obſit 262.d
Lecti apud antiquos varii erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid ſit. 176.e.301. b
Lectis penſilibus pro ægrotum exercitiis antiqui medici vtebantur. 176. d. quid eſſent,& quomodo fierent 300.f
Lectis penſilibus, Celſo authore, quando vti debemus ibidem
Lectis penſilibus geſtatio facta tam ante cibum,quàm à cibo prodeſt ibidem
Lectica quare eſt inuenta. 173.b 175.a.& quot numero ſerui eã portarent. 173.c. & infra.eius vſus. 198 f& 299.b
Lectica per vrbem geſtari libertis erat vetitum 174.f
Lectica noſtra cui antiquorum ſellæ correſpondeat 175 a
Lectica in languentibus antiqui medici vtebantur 175.b.299.b
Lectica à ſella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs⁹apud antiquos fuit.298.e
Lectica,ĩ ea ſedẽtes,q̃ nã vti poſſint.299.b
Lectuli penſilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis ſpecies, & earum ad ſanitatem vſus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remiſſa poſt ciborum ſumptionem vti poſſumus ibid.& infra
Lenti labores quibuſdam corporibus conueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum deturpat 207.b
Liberati à morbo, quid ſibi auxilio fuerit,tabellulis notabant,ac templo Apollinis dicabant 2.d
Libarii in Gymnaſiis liba vendebant.64.e
Libertis erat interdictum quominus per vrbem lectica veherentur 174.f
Liber de inſomniis eſt Hippocrati adſcriptus,& qua rõne hoc cognoſcat. 263.e
Lycæum Ariſtotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit,ne quis manibus in altum ſublatis exercitaretur 149.c
Lycurg⁹ iuſſit virginũ corpora luctationibus,curſib⁹,& hmõi aliis exerceri 246.a

Lienoſos,

Lienoſos, natatio maritima iuuat 304.e
Loca ad Septentrionē & Orientē ſpectātia ſunt ſalubriora ijs, q̄ ad Meridiē & Occaſum ſpectant, & qua de cā ibi. & 216.e
Loca prope paludes, & ſtagna, & huiſmodi alia ſunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem ſpectantia ſunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti ſunt tres conditiones, & quæ ibidem & 216.f
Locorum vis quantum poſsit 215.c
Locus, vbi vocis exercitatio fiebat, qualis eſſet 158.e
Locus, in quo exerceri debēt hoīes, hyeme calidus, æſtate frigidus eſſe debet 219.b
Locus conſularis in Triclinio quis 54.c
Locutio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, ei⁹ vtilitas, & nocumēta 286.e.f
Lōgā āmbulatio humiditates exiccat 262.e
Longus funis quid ſit Cœlio Aureliano 165.a 178.f
Lotiones corpus ſanum conſeruant 7.a
Lucius q̄dā lateris dolore laborans, q̄uo oraculo mouēte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oēs antiquorū cur ſint inſtituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11 b
Ludū cur inter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui eſſent, & qui magni 64.c. & 65.a
Ludorū victores q̄uo honorarentur 15. b.c
Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105. a. quatuor modis fieri poteſt. 244.e. f
Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint 105. a 115.c
Luctam Gal. artis gymnaſticæ minimam partē eſſe iudicauit. 102.f. eius apud antiquos magnus vſus fuit 244 d
Luctam noſtro tempore exercent ruſtici, quomodo apud antiquos athletæ exercebant 244.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præſtet 244.f
Lucta habētib. crura debilia nocet 245 c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remiſſè facta q̄d corpori p̄ſtet 244.f
Lucta ſuper pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lucta in puluere facta carnis plenitudinē remouet 246.d
Lucta ex ſententia Gal. eſt perquā exigua pars Gymnaſticæ medicæ 246.f 248.a
Luctator qui ſit ex Ariſtotelis ſnīa 70.d
Luctatores quid nā agerent, antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletę ſecundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104 a
Lugētibus, varius ſermo ſuccurrit 283.b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos diſcus corroborat 257.c

M

Machaon venatione ſummopere delectabatur 185.c
Magni Pōpeij poſt ętatē hoīes toto corpore ac ſingulis dieb⁹ lauari cœperūt 50.e
Manuum geſticulatio ad ſanitatem cōſeruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus ſemper in aere permanet, nec in terrā niſi mortua cadit 137.b
Manuum geſticulatio humores attenuat 240.d
Marcus Aure. Aſclepiades, & ei⁹laus. 60.e.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum ſeparauit 50.d
Marcus Antoninus Impe. valetudinis ſtudioſiſsimus quid ante cibi ſumptionem ageret & qua hora cibū ſumeret 224. e.f
Marcus Tul. ſtomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons hauſtu erat iucūdiſsima 50.f
Mare eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6.f
Mare inſignem ſalubritatem quare efficiat 179.b 302.d
Maria Magdalena quomodo ſtaret retro pedes Chriſti cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis ſuſtinet, & qua de cauſa 184.f
Marius varicibus laborabat, & qua de cauſa 269.c
Marſilij Ficini error in Platonis translatione 38.d & 217.b
Martialis exercitia dū ruri morareť 203.a
Materia, qua lauabantur, q̄ nam eſſet 39.a
Mecœnas Meſsius triennio ſiluit, & qua de cauſa 286.f
Medea ſecūdum Diogenem ſapiens fuit, non venefica, & quomodo 8 e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cum ſint diuerſæ, diuerſa etiam nomina ſortitæ ſunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanū conſideret 12.e
Medicus eſt artifex res ſenſatas tractans 212.d
Medicamenta quoſdam iuuant, quoſdam lædunt 196.e
Mediaſtini ī balneis q̄d facerēt 30. e. 63 a
Melancholicos lucta Theodorus Priſcianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur ſomno capiantur 286.d
Melancholiam Theodorus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant 296.f
Melchior Guilandinus Laud. 19.c
Membra corporis per exercitationē robur & firmitatem acquirunt 192.e. 194.d
Menſæ apud antiquos prope balneū erant ſitæ, & qua ratione 56.d
Menſæ & lecti ſimul apud antiquos parabantur 56.f
Menſtrua ſanitatem corrumpunt 48.f
Menſtrua ſaltus euocat. 154. f. & deambulatio 260.f. 263.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Meſſores qua de cauſa à victu inordinato & prauo non lædantur 229.b
Methodi vniuerſales ex Gal. ſententia niſi particularibus ſpeculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris diſciplinæ cupidi gymnaſia ingrediebantur 26 e
Milo Crotoniata vir robuſtiſſimus. 67.a quantum comederet. 73. b. q̄uo robur oſtenderet 138.e. 150.d. 277.e
Mecœnas primus natatoria calidarū aquarum in vrbe conſtruxit 184 e
Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria ſunt genera, & quæ 104.e
Morbus in intemperie, & eius ſpecies ibid.
Morbus in mala partium formatione qui ſit, & quomodo fiat 204.f
Motus intempeſtiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus interciſus minorem laſſitudinem membris affert, & qua de cauſa 237 c
Mortui in gymnaſijs apud antiquos ſepeliebantur 18 f
Mulieres poſt Hip. ætatē podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.f
Mulieres apud āntiquos nō accūbebāt 53.c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerſo accumbebant 54.d
Mulieres frequentiſſimè ſaltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo ſaltu vterētur & 97.c. 118.e
Mulieres quęnam vitam magis ſanam & minus moleſtam degunt 215.b
Mulieres quænam faciliter pariunt ibid.
Mulierem prægnantem lędit ſaltatio 240.e. 254.d
Mulieribus prægnantibus pica obſeſſis vociferatio prodeſt 281.c
Mulieribus parturientibus vociferatio prodeſt ex Alexandri ſententia 281.c
Muſicam Plato Gymnaſticæ contrariam eſſe dicit 150.d

N

Natationē curſui cōparat Ariſt. 183.b
Natatio ſemper in honore apud veteres fuit 182 e 303.b
Natationis locus quid ſit 183. e. & 184 f eius ſpecies 303
Natatio quibuſdā ægritudinibus ex Antylli ſnīa, & Gale. conuenit 183. a. 184.e
Nataturi quid agere debent, antequā natent 183.b
Natatio īter exercitationes numerať 183.a
Natationem cur antiqui addiſcerent ibidē 185.a. 303.b
Natatio ī fluuio facta ſomnū īducit 303.e
Natationem in aquis ſponte naſcentibus factam Antyllus improbat 303.e
Natatio pernicioſiſſima quæ ſit 304.d
Natatio ſub Dio facta quid opereť 304.e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Ariſt. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumenta 304 f
Natatio frigida calorem naturalē validū efficit, & concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui læduntur 305.a
Naturæ calidæ ſecundum Hip. quieſcere debent 196 f
Naturæ hominum adeo diuerſæ ſunt, vt nemo alteri prorſus ſit ſimilis 196.e
Natura corporibus noſtris meatus multos cur dederit 19[illegible].e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an ſit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis authore Auicē. proſit

proſit 302.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs côueniens qui ſit ex Herodoti ſentẽtia 179.c
Nauigationis ſpecies ſunt multæ, & quæ & 179.c. 301.c
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare, quibuſdam morbis conueniat 180 d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179 a
Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi. & quare 180 d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes ſunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de cauſa 181.c
Nauigatione ſanus factus eſt Anneus Gallio ſanguinem expuens 179 b. & 302. e
Naumachiæ cur à Pop. Ro. ſint inſtitutæ. 180 e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. ſententia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodeſt. 303 a
Nero Imp. gymnaſia quando; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26 e
Nero Imp. muſicũ certamẽ inſtituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.c
Nero lamina pectori impoſita ſub ea cantica exclamabat 360.d
Nicomachus ſmyrnæus valde craſſus qua via ab Aeſculapio ſit curatus à nimia illa craſſitie 207.c
Nitro, & aphronitro fricabantur 34.e
Numa ſecundum Plutar. voluit adorationes ſedendo fieri 139.b
Numer⁹ exprimit rerũ ſimilitudines. 96.d

O

OCuli lachrymantes læduntur ſaltatione 240.e
Oculi lippiẽtes, & lachrymoſi à quantumuis minimo motu lęduntur, quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circumuolutiones vertigines pariunt 242.d
Octauius Pantagathus vir doctiſsimus Vitruuii contextum de palæſtra emendauit 19.c & infra
Oleum eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Piſis agebantur 15.b
Onera ferẽtes, ſi cãtẽt, min⁹ laborãt 283.d
Onuphrius Panuinus Veronenſis de ludis diligentiſſime ſcripſit 11.b
Ophthalmię lucta nocet 146.e
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 298.d
Orcheſtica tertia ſaltatoriæ ſpecies in plures partes diuiditur 82.f. 240.d
O thopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alex. Se. colebat 182 d
Os clauſum cõtinere ſitim extinguit. 286.f
Oſcellæ 163.b
Otiũ corporis habitũ deſtruit 192.f 197.c
Otium perniciosum eſt & qua de cauſa 199.c & infra

P

PAlæſtra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõſuetudinem inter mulieres, quæ exercebantur, inuenit 76.e
Palæſtra quid ſit 17.c
Palæſtra deſcriptio ſecundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e f
Palæſtrę nomẽ quid ſignificet. 35.a 102 d 244 f
Palęſtra multas ſub ſe habuit ſpecies 102.d
Palæſtrę nomẽ vnde ſit dictũ 102. f & ĩfra
Palęſtra ſtomachũ frigidis morbis oppreſſum liberat. Cęl. Aureliano authore 245 a. 248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinæ difficultate laborans per multũ tempus minxit 4.f
Pali exercitatio 145
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiaſtes quis ſit ex Ariſto. ſnĩa 70.d
Pãcratiũ duplex erat 105.c 109.a b 244 f
Pancratiaſtes vocabantur veri athletæ ſecundum Gal. 108.f
Pancratio Gal. plurimos ſanitati reſtituit 110.d 248.d
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis ſpõte naſcentibus facta Cœl. Aurel. authore prodeſt, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimẽto nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodeſt 263. a
Paruæ pilæ luſores qũo ſe haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctiſſimus, & eloquentiſsimus 178.d
Paullus Rhãnuſius vir opt. & doctiſs. 54 b
Paullo Rhamnuſio multũ debent ſtudioſi ob accumbendi formam monſtratam in marmore antiquiſſimo 54 c
Pauli Aeginetæ ſententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237 a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio ſubuenit 281.c
Pectoris affectionibus curandis geſtatione Aetius vtebatur 298.e
Pedes debiles & male tutos ſaltatio firmat 240.e
Pædotriba ſecundũ Platonẽ quis eſſet 62.d
Periſtylia in palæſtris quonam pacto fiebant 20.c
Periſtylij interioris ambitus cui curſui inſeruiret 116.f
Peritonæum debile habentes ſpiritu retento læduntur 280.d
Perſæ victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195 a
Perſis labores corporis Cyrus inſtituit ante cibi ſumptionem, & quare 8.d
Petauriſtę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 162.f
Petronas ægra corpora exerceri iudicabat 205 b
Petrus Victorius nſæ ętatis ornamẽtũ. 124
Potulenta tũ cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Pheninda quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus diſco Hyacinthũ interfecit 126.e
Philagrius medicus profluuium ſeminis exercitatione partium ſuperiorum curabat. 247.c curſu Antyllus 290.f
Philander in ſuis in Vitruuiũ cõmentarijs oſtẽdit antiquos in ſtratis cœnaſſe 53 a
Philoctetes dolorem, ſagittarum iaculatione lenibat 258.f
Philoſophi in palæſtras ad diſputandum conueniebant 20. e 28 e
Phonaſcia ars, & phonaſci magiſtri 158.d
Phyſic⁹ qũo corpus humanũ cõſideret 12.e
Phryges ĩuenerũt curr⁹ q̃tuor rotarũ 171.a
Phrynicus ob ſaltationis excellentiam ab Athenienſibus Imp. eſt electus 100.e
Phrynon dux Athenienſium pancratiaſtes fuit excellentiſſimus 110 d
Phrenetici lectis penſilibus iuuãtur, & qua de cauſa 301.a
Phthiſicis vociferatio prodeſt 281.c
Pilæ paruæ luſus in tres ſpecies diuiditur. 84.e 201.c
Pilę magnę luſus duas habuit ſpecies 86.d
Pilæ inanis luſus quis apud antiquos fuerit. 86 d & vtilitas 241. f.
Pilæ ludorũ quatuor apud Græcos fuerunt genera, & quæ 84 e 241,b
Pilæ luſus ſecũdum latinos, & eius ſpecies. 88.e 242.e
Pila robuſtis corporibus conuenit 212.f
Pilæ paruę luſus omnes quid præſtarent vtilitatis corporibus 241.b
Pilæ paruæ exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal. & Paulo 241.b
Pilæ follis dictat exercitationis figura 89
Pilæ magnæ luſus vtilitates quæ ſint. ibid.
Pila trigonalis quæ nam eſſet. 91.b vtilitas 243.a
Pilæ trigonalis figura 93
Pila paganica quæ nam eſſet 94. d quibus conueniat 243.c
Pilamalleus quid ſit 167.a & 290 e eius vtilitas, & nocumenta 290.f
Pilicrepus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63 c
Pingues quanto magis exercẽtur, tãto magis ſani ſunt, & qua de cauſa 213.a
Piſcatio nauigijs facta eſt nauigationis ſpecies 181.a
Piſcatores marini cur pilos ruffos habeãt, 181.c
Piſcina pub. Romæ vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athletis primus carnem exhibuit 72.f
Pythagoras voluit adorationes ſedendo fieri 139.b
Pyrrhichiæ ſaltationis imago 98
Pittachus Mitylenę⁹ Phrynonẽ Athenĩẽſiũ ducẽ & pãcratiaſtẽ excell. vicit, ob quam rẽ ſtatua ĩ Prytaneo ei erecta fuit 110.d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitoſi vociferatione iuuantur 281.c
Platonis ſententia de arte gymnaſtica 12.f
Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ cum viris in palæſtra exerceantur 27.c
Plato ſecũdum quoſdam athleta fuit 71.c
Plato fuit Hip. ſectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato ſcribens ſtatum motui contrarium non prorſus vera locutus eſt 138.d
Plato dicit naturas diuinas ex motu, & quiete conſtare ibidem
Plauti verſus de antiquorum puerorũ moribus in palæſtra 29.b
Plinius ſcribit athletas aliquando coitu vti ſolitos 76.d
Plinius ſecundus æſtiuo tempore poſt cibum apricabatur 140.e
Plinius ſecundus ex Veſuuij montis concrematione interijt ibidem
Plinij capitũ librorũ catalog⁹ adulterin⁹ 28
Plinius dixit Aſclepiadem iucundũ curan-

di modum caluiſſe 205.c
Plinij iunioris exercitatio quæ fuerit 222.d
Plinius maior dum voce & ſtomacho laboraret, lectione clara liberatus eſt 285.b
Plinius Cœcilius vehiculo geſtabat 290.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt intereundum ſtudijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis ſanitatem venationi referebat 187.c.307.c
Podalirius venatione delectabatur 185.a
Podagrici ſaltum debent fugere 255.a
trochum 289.c
Podagricos lenes & remiſſa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c
Podagrici Tral. ſentẽtia lectica vti poſſunt & qua de cauſa 299.a
Poſis ſecundum Simonidem eſt ſaltatio loquens 96.f
Pompeij magni exercitia 116.e
Pons naumachiarius quare ſic vocatus ſit. 186.f
Poppea Domitij Nero vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philoſophus carnis vſum cur prohibuit 193.c
Porticus tres extra palæſtrã quomodo diſponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnaſiorum principales, & quomodo ſe haberent 28.c
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134 e
Porticus in viridario Vaticano qualis ſit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55 b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 135.c
Prandium apud antiquos quid eſſet 52.f
Praſinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.e
Praſini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur ſi vocat' ſaltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
Præmia certatoribus cur fuerint inſtituta. 14.e 15 a
Priapiſmũ pilæ magnæ luſu Tralianus curabat 242.d. atque item haltere 256.e
Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205. b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis ſtudioſiſſimus fuit. 210 e
Propnigeũ ĩ palæſtra vbi nã erat 20. f.43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnuſiano lapide 55.b
Prouerbium in harenam deſcendere vnde ſit ortum 16.d
Prouerbium illud diſcum (quàm philoſophũ audire malunt) vnde ſit ortum. 28.e
Prouerbiũ Ne q̃ras ĩ ſtadio dolichũ 117.a
Prouerbium tranſire metam 119.b
Prouerbium cõtra eos, qui nec literas, nec natare ſciebant 181.e
Prouerbiũ à mari & terra ſumptum. 302 e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorũ geſtatio in vlnis nutricũ eſt quædam ipſorum exercitatio 176.d
Pueri poſt Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.e
Pueri frequentiſſime ſaltationi operam dabant 101.b
Pueri muſicam Platonis, & Ariſtot. ſententia debent addiſcere 160 d
Pueri a ploratu ex Ariſtot. ſententia prohiberi nõ debẽt, & qua de cã. 160.f. 288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 183.b
Pueri vſque ad vigeſimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre poſſunt 228.c
Pueris peritonęum aut ſcrotum ſpiritu retento rumpitur 280.e
Puellæ ſunt ex Platonis ſententia gymnaſtica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimæ ſingulari certamine certabant 144.c
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.c
Pugil qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vſu 107 b. ſanitati parum cõfert 247. a
Pugilatores quomodo certabant 107.c
Pugilatus in gymnaſtica medica exiguum vſum habet 108.e
Pugiles vocabãt veri athletę ſm Gal. 108.f
Pugiles, & athletę aliquando in Deorũ numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de cauſa 236.d
Puluis vim habet emplaſticam ex Galeni ſententia 238.d
Pugilatus nocumenta, quæ ſint 247.c
Pugilatus fuit paruus Luſus in gymnaſtica medica 248 d
Pugnæ nomen plura ſignificat 140 f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid eſſet & quot eius ſpecies ex Oribaſij ſentẽtia ibidem. & 273.a
Pugna vmbratilis quomodo fiebat. ibidẽ. 201.e
pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna ſingularis quomodo fieret ibidem
Pugnas ſingulares exercebant ſacerdotes in Pergamo Gal tempore 142.e
Pugna aduerſus palum quinam vterẽtur. 145.c 273.a
Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146.e 273.b
Pugna armata a Demea inuenta. 146.e
Pugnas ſingulares etiam Romani exercebant 146.d ibidem
Pugna ſingularis rudibus armis facta à Mantinæis eſt inuenta 145.b
Puluis in vnctione quid præſtaret 33.a & 238.d vnde portantur 34.e
Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritiſs. 19.c
Pyrrhichiæ ſaltationes quæ fuerint, & à quo inuentæ 97.c

Q

QVadrans erat merces balneatori data 47.e
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213 a
Quadrigæ in pub. ſacris ſæpe certauerũt. 171.c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 281.c
Quinquertio qui ſit ex Ariſto. ſententia. 70.d. e
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a

R

RAuẽna Strabonis authoritate aerem ſalubrem habebat 75.a
Razis ſentẽtia de venatione 187. c. 306. e
Renes debiles lædit ſaltatio 240.f
Remediorum omnium natura eſt, vt proſint, & aliquid etiam offendant 251.a
Renibus malè affectis lucta nocet 245.c
Renum lapilli optimè ſaltatione extruduntur 240 e 254 f
Renũ imbecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti ſaltũ vitent 255.a. & diſcũ. 257.c
Renum inflammatione laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Rhamnuſianus lapis, in quo ſculpta eſt forma Triclinij, antiquiſſimus 56
Rhetores in palæſtras ad diſputandũ conueniebant 20.e 28.e
Res rõne finis varia noĩa ſortitę ſunt 203.a
Reſoluti Tral. ſentẽtia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299.a
Reſpiratio crebratum oſcitationum eſt remedium 279.a
Reunctores in balneis qui eſſent 30.e 63.a
Rigores ſaltatio arcet 240.d
Riſus q̃uo fiat, & quid efficiat 161. a 287.b
Romani poſtremi omnium gymnaſia ad Græcorum imitationem ſtruxerũt 18.f
Romani in balneis multo græcis laſciuiores 38.e
Romani ſuos milites & mari & terra exercebant 180.f
Romanorum mulieres Varronis teſtimonio in eodem loco cũ viris lauabantur. 48. f. oppoſitionem 53.e
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
Rotæ curruum Homeri tempore ſtãno ornabantur 171.a
Ruffus Epheſius Romæ ſub Traiano floruit 245.e
Ruſſati erant vna factio Romana 168.e

S

SAltantes pondera aliqua habebant, & quorſum 118.d
Saltatorię exercitationis ſpecies, & eius diuiſio 82.d
Saltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſtit 96.f
Saltatio ſecundum Simonidem eſt poeſis tacens 96. f & infra
Saltatio vera à muſica ſecundum Plutarchum deprauata eſt 97.a
Saltationis inuentor quis fuerit 97.a
Saltationum diuerſa nomina vnde ſint orta 97.c
Saltationis finis 100.d
Saltationes vbi nam fierent 101.b
Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, rõne, & proportione indigebat 239.b
Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates, eadem inopportunè adminiſtrata multa detrimẽta homini p̃ſtat 239. c
Saltus vtilitas, quæ ſit, Vegetij ſententia. 117.c 253. c & infra.
Saltus ꝓprie dictus duplici modo fit 118.f & eius effectus 254.c 254.c
Saltus multæ ſunt ſpecies 254.e
Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255.a
Saltus humores ſuperfluos euacuat, & loco

purgationis ac phlebotomię, Gal. authore, fieri põt, ſi q̃d ſit, q̃d ipſam ĩpediat. ib.
Saltus factus, manibus aliquo põdere plenis, q̃d differat à ſaltu aliter facto 255.b
Salſugo eſt ex extrinſecus corpori accidentibus 6.f
Sanguinis miſtionem Eraſiſtratus e medicina auferebat 191.b
Sanguinis mictũ aut fluxũ quemlibet patientibus ſaltus obeſt. 255. & deambulatio 260.f
Sanguinis reiectio ſpiritu retento non curatur, & qua de cauſa 280.d
Sanitas in humorum æqualitate conſeruatur 192.f
Sanitas eiſdem remedijs & amiſſa recuperatur, & præſens conſeruatur. Eraſi. ſententia 191.c. huius falſitas 193 c
Sanitati voluptas eſt coniuncta 183 b
Sanitas cum aliqua moleſtia permanere poteſt ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cõmenſurato humido conſeruatur 191.c 194.d
Sanitas quot modis conſideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 193.c
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus ſe obligare debet 61.c
Satyriaſim lucta, Theodori Priſciani authoritate, ſanat 245.a
Scabioſis, qua de cauſa motus vehemens conuenit 208.f
Scabioſis natatio maritima prodeſt 304. d
Scapeda quid eſſet 147.
Sceltyrhis ægritudo Plinij ætate ſe manifeſtauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25.c
Scimpodium quid ſit 177. c. & 301.a
Scythæ oẽs ferè ſemper equitatione vtuntur 167.c
Scythæ inuenerũt currus ſex rotarũ 177.b
Scribonius Largus Claudij Imp. medicus ſcripſit neminem vſque ad ſua tempora aquæ formidine liberatum 4.e
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæſ. Romæ floruit 142.f
Scrimia vulgo ſic dicta quid nam apud antiquos eſſet 145.b
Secundas ſaltus educit 254.f
Sella currulis vnde ſit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174 f
Sella portatoria quid eſſet 175.a
Sella à lectica differebat 175. c. & 299.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 299.c
Semen præcalidum emittentes, haltere, Gal. authore curantur 256.e
Seminis fluxũ patiẽtes lędit ſaltatio 240. f & deambulatio 261.a
Seneca vocat ſe pſychrolutrem 47.c
Semitertiana febre laborãtes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Senecæ de geſtationis, & ambulationis difficultate q̃uo ſit intelligenda 296.d
Seneca aduerſus miram anhelãdi difficultatem geſtatione in vehiculo facta vtebatur 297. b.c
Senes quonam modo ſecundum Gal. ſententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus conſuetis 211.b
Senes pauciores & remiſſiores exercitationes ſuſtinent 212.f
Senibus exercendis quatuor ſunt conſideranda 210.e
Senectus quid ſit ex Ariſt. ſententia. ibidẽ.
Senſus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pẽſilia ĩuenit. 177. a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auerſaretur ſupinum ſe locauit, & iccirco facilius trucidatus eſt 54.a
Seuerus Impe. Scimpodio vehebatur, dum Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de cauſa 213.b
Siccitas nimia exercitationes ꝓhibet 220.f
Silentium ſitim, tuſſim & ſingultum extinguit 286.f
Silentium ſanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Silimachus medicus fuit Hippoc. ſectator 296.e
Singultus longa & cõcitata ambulatione comprimitur. 262. e & ſpiritus cohibitione. 278.f. & vociferatione. 282.f. & ſilentio 286.f
Syracuſani bis in die ſaturabantur 53.a
Sitis à ſilentio extinguitur 286 f
Soclarus Epicuro aduerſatur circa coitũ. 237.a
Socrates ad ſanitatẽ conſeruandã, & robur acquirendũ ſaltationem exercuit 101.a
Socrates cantu ſe exercebat 284.e

Solon

tis ita exornauerim, vt non verear quin gratiores multo (quemadmodum ſolent ſemper poſteriores curae eſſe meliores) ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum eſt, vt, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti vllus eſt patronus quaerendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: vt, quemadmodum olim Imperatores eam inſtituerunt, auxerunt, & illuſtrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi voluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in veterem dignitatem & poſſis, & velis reſtituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, *cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maieſtatis obſeruantiſſimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratiſſimam rem facturum me exiſtimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maieſtati ipſius nomine adferrem. Quamobrem oro, vt, qua ſoles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maieſtati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas noſtra offerre poteſt, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ijs,

ijs, qui omni diſciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inſeruiunt, comparandum non eſſe non ignorem: ſi tamen animus ſpectetur meus, non dubito, quin, ſicut nullius ſtudia in M. T. ſunt ardentiora, aut obſeruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus videri poßim. Deus Optimus Max. M. T. pro Chriſtiani orbis ſalute diu incolumem, & felicem conſeruet.

Patauij, Kal. Sext. CIƆ IƆ LXXIII.

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes ſuis ditionibus ſubiecerint, vt ne recenſeri quidem numerando facile queant. Hac eadem inſtructi, non defuerunt Principes, qui aduerſus quemlibet Athletam robore ſunt auſi contendere, quales fuiſſe Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac ſola arte ſanitatem conſeruaſſe, fortißimosque euaſiſſe memoriae proditum eſt, ob hanc quoque cauſſam id eos feciſſe veriſimile eſt, vt ceteros ſuo exemplo ad eaſdem exercitationes inuitarent. Huiuſmet artis ope quis ignorat priſcos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum ſpectacula ad ſubditos in officio continendos prudenter excogitata introduxiſſe? ne plurima alia commoda recenſeam, quae gymnaſtica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam ſemper vberrime praeſtitit. Sed, quo plures ſcimus ab hac arte vtilitates emanaſſe, eo magis dolendum nobis eſt, quibus neſcio quo miſero fato cum multis alijs optimarum artium ſtudijs perijt, atque exſtincta prorſus eſt; vnde fit vt vetus illud militare robur, & veram ſanitatem perpauci ſint hoc tempore, qui conſequantur, totque morborum genera quotidie nos infeſtent, quot ob exercendorum corporum conſuetudinem non expertos eſſe veteres rationi conſentaneum eſt. Haec autem etſi ita ſint, deſperandum tamen

men non eſt, ſapientiſsime Imperator, quin eorum ſcriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remanſit, ab interitu poſsit vindicari, ac iterum in hominum adſpectum, lucemque proferri, ſi & Principum ad hanc rem propenſio adſit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc ſtudium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recuſent. Ceterum cur nemo noſtris ſaeculis huiuſmodi prouinciam ſuſceperit, ſane pronunciare non audeo: id vnum ſcio, rem ſicut maximae vtilitatis, ita immenſi eſſe laboris. Et ego, licet multa eſſent, quae ab ea deterrere me poſſent, aliquando tamen ſum aggreſſus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obſeruaueram, in vnum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me eſt magna animi contentione, & ſtudio: euentu autem, vt ex multorum teſtimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me cauſſa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII Card. ſapientiſſimi ac prudentiſſ. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum viſitationibus implicitus, rurſus eos poſtremis hiſce menſibus in manibus ſumpſerim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex vetuſtis monumentis iconibus repraeſentatis

tis

Solon vetabat ſeruis vnctiones ſiccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium 54.c
Somni corpus ſanum conſeruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui ſe exercuerunt, & qua de cauſa 193.a
Somni profundi concoctionem meliorem efficiunt, & qua de cauſa ibidem
Sõno capiunť ſæpe intẽte ſpeculãtes 139.a
Somnolenti cur ſint decolorati 244.d
Soranus in curãdis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Soſtratus Gnidius ambulationem penſilẽ primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæſtris ſe exercebãt 27.b. & in balneis vnà cum viris lauabantur 48.c
Spaſinus cynicus curſu remouetur 250.e
Sphæriſterium gymnaſij pars quid eſſet, & quid in ipſa ageretur 36.f
Sphæriſticus quis nã eſſet, & eius onus 62.f
Sphæriſtica eſt ſalationis ſpecies, & quid ſit, & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores ſubſellia ſibi ad ſpectandum ferebant 138.f
Spiratio numeroſa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153.a. eius ſpecies. 153.b. eius vtilitas. 278. d q bus conueniat. 279.a. eius nocumenta. ibi.b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletæ duabus de cauſis vtebantur 154.a
Splenis ægritudinibus ex Aetij ſententia curſus eſt vtilis 250.d.f
Spleneticos geſtatione Theodorus Priſcianus, & Aretæus curabant 296.f
Spurij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210.f.223.c
Spurinę ſtudiũ ĩ ſanitate cõſeruãda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6.f
Stadium gymnaſij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorem corpori laborem affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut ſummis digitis innitendo nihil niſi moleſtiam affert 272.f
Stellas deficientes in inſomnijs videntes quomodo ab Hippoc. curentur 253 a
Stephanio fuit inuentor togatę ſaltationis 83.
Stercora corpus exinaniunt 6.f
Stómachace ęgritudo Plinij ętate noſtro orbi nota facta eſt 4.f
Stomachus in coquendo debilis à ſaltatione corroboratur 240. d
Stomachum frigidis morbis oppreſſum curat curſus 250. f
Stomachicos ſpiritu retento Cæl. Aure curabat 279. c. & vociferatione 281. c. Aſclepia. geſtatione 296.f
Stomachi dolorẽ Theodorus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curandis geſtatione Aetius vtebatur 298.e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat 304e
Strigiles balneorum quid eſſent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conſeruant ſanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor eſt motu prouocandus, & qua de cauſa 221.b
Sudor ſine motu proueniẽs deterior eo eſt, quià labore prouenit 233.a
Sudor qua de cauſa manus exercentibus ex Ariſto. ſententia effluat 247.c
Sudor ſiccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarũ & arũdinũ, Auguſti, qũo ſit intelligẽdus 264.f
Suffuſi oẽs colores rubeos iudicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 297.c

T

TEmporis duo ſunt gña, q̃ ab authorib⁹ medicinæ naturalia nominanť 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum cõſtitutiones in exercitandis corporibus, quæ ſint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obſcurũ exercitationibus eſt ineptum ibid.
Tempus ſerenum & lucidum eſt exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid eſſet 40.e
Tepidarium & laconicum non ſunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarii cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnaſiorum 42.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affuſa liberat 305.a
Themiſon in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themiſon medicus rep̃hendiť, q atrophia labo-

laborãtes longa ambulatione affligebat 262.c
Themiſon methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes eqtare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica ſcripſit 70.c
Theſpius poeta ſaltator cur ſit vocat' 101.b
Theſſalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Theſſali qua de cauſa centauri ſint vocati 167.c
Tyberius Imper. ſcimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis a uia duobus menſibus, ſingulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni ſub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.c
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f
Titus Imp. qua de cauſa ſit mortuus 47.a
Tonſillas patientibus lucta nocet 246.e
Thoracem haltere lædit. 256. f & diſcus. 257.c
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo ſanatur 263.a
Thorax difficulter ſpirãs deambulatione p accliue facta iuuat ex Antylli ſnĩa 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterariæ exercitationes fiebant, & quæ 25.b
Triclinium marmoreum vetuſtiſſimũ Patauij in ędibus Rhamnuſianis 56
Tryphon de athletica ſcripſit 71.c
Tripudia nr̃a ſaltationibus antiquorũ correſpõdẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus eſſet nobis eſt ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocauſto 43.a
Tubicinibus ſpiritu retento peritonæum rumpitur 280.e
Tumores laxos geſtatione Aetius curabat 298.e
Tuſſis ſicca, ſpiritu retẽto, curſu nõ in puluere facto curatur ex Celſi ſnĩa 250.e
Tuſſis à frigida cauſa orta ſpiritus cohibitione curatur 278.f
Tuſſis à ſilentio extinguitur 246.f
Tyberius Imperator omnium primus colis dolorem expertus 4.f

V

VAlerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prænunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.c
Valeriola recte putat contra Fuchſium, follem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo ſint exercendi. 209.b 230.d
Vaſarium quid eſſet 43.b
Varices patientes ſaltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibid.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.e
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant inſignita 171.a 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs ſuſpendendi mos 54.f
Venatio non ſolùm corpus, ſed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam eſt vtilis 186.d 186.f
Venationes tres ſunt ex Platonis ſententia 186.d
Venationis multæ ſunt ſpecies 188.
Venatio quæ nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis inſtrumẽtis opus habet & in hoc à pila ex Gal. ſnĩa differt 305.c
Venationis equeſtris vtilitas, quę ſit, & quibus obſit 306.f
Venationis pedeſtris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio eſt exercitatio & opus ex Gal. ſententia ibidem
Venæ aliquando à ſaltu valido rumpũtur. 255.a. & à diſci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum ſit dictum 130.d
Venus conſeruat corpus ſanum 7 a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245. a. & curſus 250.f
Vertiginoſos manuũ geſticulatione curabat Aretæus 240.d
Vertiginoſos lædit ſaltatio 240.e. & pilæ luſus 242.d
Vertiginoſi luctam vitare debent. 246.e & curſum circularem. 252. f. 262. f. & trochum. 209.c
Vertiginoſos malè curabat Aretæus pugilatu. 247. c. curabat etiam diſci exercitatione 257.c

Verti-

Vertiginoſa paſſio vnde oriatur 262.f
Vertiginoſos geſtatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.c
Veredus erat vehiculi ſpecies 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim ſolenni conuiuio accubuit 54. d
Veſicæ lupilli optimè, ſaltatione extruduntur 240.e
Viæ apud veteres græcos quæ ſint 217 c
Vigiliæ ſanum corpus conſeruant 7.a
Vigilia laborãtes lectica vti poſſunt 290 a
Viperarum moiſibus tibiarum moduli proſunt, vt Gellius refert ſe apud Theophraſtum inueniſſe 283.c
Virgo fons tactu erat iucundiſſima 50.f
Virgines ſecundum Platonem ſunt in gymnaſtica bellica exercendæ 66 f
Viri tantum apud antiquos accumbebãt, non mulieres 53 c
Viri apud antiquos quonam modo accũberent 53.c
Viri noĩe quid intelligat hic auctor 228.e
Viri ſunt ferè omnibus motibus apti 212.f
Viſus debilitati, & obſcuritati geſtatio retrouerſa facie facta, Auicen. authore, cõfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cęſ. Aug. 28 d. eius authoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis ſtare & ſedere aduerſantur 138
Vlceribus internis, Cęl. & Cel. authoribus, deambulatio remiſſa, & molliter facta prodeſt 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30 d
Vnctionis materia quæ fuerit 32.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio poſt balnea quid præſtabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, eſt incertum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebãtur, & qua de cauſa 236 d
Vocator in conuiuio quis 54
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt inſtituta 157. a b
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis eſt multiplex 158.f
Vociferatio quid ſit 156. & quid efficiat. 159. b. 280.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 383.a
Vocis abſciſio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis ſpecies ſunt ſex 280.f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio ſuccurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel ſilentio malè habenti vociferatio ſubuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283.a
Vomentes vociferatione iuuantur 281.c
Voracitas immenſa, Seneca & Plut. authoribus, multas nouorum morborum ſpecies hominibus genuit 4.d
Vrania quid 85.e
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex curſu augetur 252.d
Vtero conuulſio ambulatio calcibus incumbendo facta prodeſt 263.a

X

XYſtarca quis nam eſſet 60.e
Xyſti & xyſta quid eſſent in gymnaſio 37.b.c

Z

ZOſimus libertus ſanguinẽ reiectãs nauigatione liberatus eſt. 179.c. 302.c
ἅρπαστος quid ſit 84. f. 94. f. eius vtilitas. 243.c
ἀλητὴρ mendicum, & erronem ſignificat. 128.d
ἀκροχειρίζεσθαι quid ſignificet. 146 f. eius vtilitas 276.d. & 147.a
Acrochiriſmus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειριστὴς quid ſit 149.a
Acrochiriſmo celtæ vtebantur ibid.b
ἀσκωλιάζειν 121.b
κυβιστᾶν vnde dictum ſit 55.b
δίαυλος apud græcos quid ſit 20 e
ἐκπλετρίζειν quid ſignificet 149.b. 201.c eius vtilitas 276.e
πιτυλίζειν quid ſignificet. 149.c. 201.c. eius vtilitas 276.f
σπάθος quid ſit 30.f
γυμνάζεσθαι vox eſt antiquiſſima, & denudari ſignificat 17.b
γέλος vnde dicatur 187.a
κυνόσαργες gymnaſium Athenis quid fuerit 18.c
ξυστὸς apud græcos quid ſit 21.a
κορύκωμος quid ſit 30.f
Φαινίνδα quid ſit 84.f
Διοσκόυροι qui ſint 124
Βέμβικος inſtrumenti vertigo epilepſiam inducit 290.d
Διαχοινίου ἀναῤῥιχᾶσθαι 145.f

FINIS.

REGISTRVM.

✠ A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes ſunt quaterniones præter ✠ & X qui ſunt terniones, & D quinternionem.

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA DE GRANADA

VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D LXXXVII.