

**Disputatio medica, in qua agrestis vitae sanitas ... / sub praesidio ...
Augusti Quirini Rivini ... M. DC.LXXVII. ... exhibetur a Joh. Christoph.
Caesare.**

Contributors

Rivinus, Augustus Quirinus, 1652-1723.
Caesar, Johann Christoph, active 1677-1680.

Publication/Creation

Lipsiae : Literis Joh. Georg, [1677]

Persistent URL

<https://wellcomecollection.org/works/vx5k3dtw>

License and attribution

This work has been identified as being free of known restrictions under copyright law, including all related and neighbouring rights and is being made available under the Creative Commons, Public Domain Mark.

You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, without asking permission.



Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
<https://wellcomecollection.org>

DISPUTATIO MEDICA,

In qua

AGRESTIS VITÆ
SANITAS,

Permissu Gratiof. Facultat. Med.

Lipfienfis,

SUB PRÆSIDIO

Viri Nobilissimi Amplissimique

DN. AUGUSTI QVIRINI RIVINI,

Phil. & Med. Doctoris,

Publicè ventilanda

Ad d. 19. Octobr. M. DC.LXXVII.

H. L. Q. C.

Exhibetur

à

JOH. CHRISTOPH. CÆSARE, Ebl. Thur.
A. & R.

L I P S I Æ,

Literis JOH. GEORG.

DISPUTATIO MEDICA
AGRESTIS VITAE
SALUTAS

Author: J. B. ...
1788
PUBLISHED BY ...
AD E. ...

JOH. CHRISTOPH. ...
M. D. ...
LUGDUNO-BATAVO ...

Miramur sane quādocunqve paganos visitare licet per otium genus hominum non minus frigoris ac æstus, quā sitis, famis laborumqve patiens; id omne tamen, quicquid etiam ærumnæ atqve adversitatis accidat, æquo ferre animo, ac citra notabilem sanitatis jacturam; ut ita Divina Benignitas recompensare videatur melioris sanitatis dono dulcis otii defectum. Etenim seu primos infantum annos seu ætatem mediam, ultimosve senectutis dies intueamur, non deerit de quo sibi præ nobis gratulentur rustici. Quotusquisqve enim nostrum sexagesimum vel octogesimum attingit annum, qui non oculorum caligine aut podagra, phthisi, lithiasi, catarrho similive morbo corripitur. Videas nihilominus inter Ruricolos longe frequentius senium, quod non hos solum, sed & plures superat annos, corpore sat vegeto sanoqve ac viribus ferè integris; quale quid nuperime admiratus sum in hortulano nonagenario, cujus alacritas, non obstante capitis canitie, aliam longe ætatem præ se ferebat. Partus negotium quæ non pericula nostris parit? Adeo difficilis sæpe est lactatio, familiarisqve purpuræ malignitas, ut puerperii tempus suas non ignoret aniles regulas, plurimum supersticiosas. Villicam autem non unam vidimus ipso die, quo pepererant, surrexisse de lecto,

A 2

ligna,

ligna, aquam atque vasa apportasse citra molestiam. Lintheamina lavasse, ovem mactasse & vitulum, verbo, consuetum obisse munus non aliter, ac si ipsas non attinerent, quæ clam gesta erant. Nec id mirum cuiquam videbitur, quod infantes adhuc teneros cernit tempestatum injurias ipsumque asperrimum brumæ frigus seminudo pati corpore, quasi omni penitus sensu carerent, & faxeæ essent naturæ. Varioli autem, morbilli, similesque affectus ubi hos invadunt, tantum abest pueros affigi lecto, ut potius ægritudinem ludis fallant, spernantque morbi insultus minus periculosos. Prolixius hanc agrestis vitæ prærogativam deducere supervacaneum puto; vix enim à quoquam, credo, in dubium vocabitur, Ruricolarum corpora nostris saniora nec numerosis æque morbis obnoxia esse. Operæ tamen pretium me facturum puto, si hujus asserti non veritatem quidem, quippe quæ in propatulo est, sed rationes hæc vice explicem. Videtur autem potissima ac

PRIMA RATIO

consistere

IN VICTU,

§. I.

Mutationem equidem non unam alimenta subeunt, antequam in substantiam nostri corporis convertantur. In ore namque & comminuuntur ope dentium & humectantur ab affluente salivâ non sine notabili alteratione. In ventriculo resolvuntur atque fermentantur, non quidem ab acido quodam fermento

fermento, sed longè nobiliori causa, uti jam satis ab Excell. Dn. Præsidente monstratum est in nuperrimè habitâ dissertatione. In duodenum autem ubi cremor hic ut plurimum acidus è ventriculo prodit, corrigitur illico ab affusâ bile & diluitur pancreatico succo, quò facilius & feces secedant, & purior ac chylosa pars per intestinorum villosam tunicam recipiatur in vasa lactea. Alteratur denique & chymus in glandulis mesenterii à commixta spirituosâ lymphâ, non secus ac in receptaculo lumbari, donec tandem per ductum thoracicum in venam ipsamque cor deveniat, atque tunc demum, postquam plures cum sanguine circulationes passus est, secreto in renibus superfluo sero abeat in debitum nostrarum corporis partium alimentum, sanguinem puta, non amplius in humorem innominatum, rorem, gluten atque cambium, convertendum, quod Avicenna ejusque asseclæ perperam docent.

§. 2. Sangvis tamen, non obstantibus his qualibuscunque alterationibus, servat nihilominus quasdam assumptorum proprietates, ipsisque nutriendis partibus communicat. Adeoque & tauri caro pastinacæ, & gallus Africanus vini malvatici saporem refert, quibuscum faginati erant, & porcus, pascens prope montes ad zomam in maris littore, carnem exhibet, quæ piscis axungiam sapit, referente Helmontio in Magn. Oport.

§. 3. Quod si igitur quævis assumpta, quæ vix numero comprehendendi possunt, suam naturâ communicant nostro corpori, manifestum est, quanta oriri queant incommoda ex solâ victus ratione neglectâ.

§. 4. Paratur namque his quidem in locis vix unquam prandium aut coena, ubi non acida simul & amara, dulcia & acria apponantur & assumantur; ex quorum concursu atque miscela varii dubio procul emergunt saporés, innumerorum morborum causæ, amarum, Osium, dulce, acidum, insipidum, acerbum & sexcenta alia, quorum ipse Hippocrates meminit in lib. de prisc. Med.

§. 5. Præterea nec in assumendo modus servatur, sed & in quantitate æque ac in qualitate peccamus. Pessima enim nostratum consuetudo est, non horis saltim sed diebus aliquot metiri epularum tempus. Necesse autem est, non intermissâ variorum

deglutitione, omnem turbare digestionem, atq; sic varii generis cruditates coacervari in ventriculo.

§. 6. Rectissime enim Hippocrates 6. Epid. s. 4. aph. 20. docet: Sanitatis studium est, non satiari cibis, & impigrum esse ad labores. Quod ipsum quamdiu accuratius observarunt veteres Germani, cane pejus & angve vitantes crapulam atqve commestationes opulentiores, tam diu plurimorum morborum, quibus nostra nunc ætas premitur, minus obnoxii, inò longè nobis salubriores, saniores fuere.

§. 7. Qvis inficias ibit purpuram, malum hypochondriacum, scorbutum atqve similes affectus, olim minus notos, oriri ex vitiis in victu commissis, ac inde propagari ad feros nepotes. Cibi namqve plurimum inter se differentes sapore, variisqve modis aromatizati dum assumuntur, quid quæso aliud quam multifariam acrimoniam producere in nobis possunt; Et immodica non tantum ciborum, sed & potus ingurgitatio, quid aliud quam cruda ac indigesta in corpore relinquit? Unde non miror, quales sæpius morbi appareant, præcipuè maligni, & in quantum differant nostra remedia à veterum experimentis, jam minus sufficientibus.

§. 8. His probè consideratis, facile elucet, quanto feliciores sint agricolæ, quippe qui nec quantitate nec qualitate peccantibus alimentis, æque ac urbani utuntur, sed potius euchymis ac optimè nutrientibus.

§. 9. In quantitate equidem assumendorum videntur magis excedere pagani, quam urbani. Nemo enim rusticorum unquam satiatur hæc ciborum, ut sic loquar, dosi, quàm nos contenti sumus, qui vitam potissimum sedentariam agimus. Gravius ergò rustica gens peccat contra Lessii præceptum, qui cuique sufficientem cibi quantitatem esse vult unciarum duodecim, potus vero quatuordecim.

§. 10. Optimè autem huic jam responsum est à Jac. Primisio in lib. 3. de Error. in Med. cap. 4. p. 251. juxta mentem Hipp. & Galeni; In assumendis nec modum, nec pondus, nec numerum cognosci posse, nec aliam certitudinem reperiri, quam corporis sensum;

sum; atque ideo non aliam quantitatem esse adhibendam, quam quæ ventriculo non gravat.

§. 11. Quamobrem, etsi duplo aut triplo plus & comedat, bibatque rusticus, quam aliquis nostrum, non tamen in quantitate, quippe quæ suæ naturæ sic debetur, peccat medicè, prout nec ethice, nec enim ipsius sanitati nec temperantiæ repugnat.

§. 12. Qualitatem autem assumendorum quod spectat. Commendat se paganorum victus partim simplicitate, partim bonitate. Lacte scilicet, butyro, ovis, oleribus similibusque cum pane quotidie vescuntur, citra curiosiorem apparatus variationem, atque eo ipso, quo delicatiora sed diversi saporis fercula negligunt, plus damni inde oriundi evitant, longeque melius suæ consulunt sanitati.

§. 13. Bonitatem alimentorum, quibus agricolæ uti solent, ut demonstrem, fere supervacaneum est. Lactis quippe vim alimentosam ac summè nutritivam vix quisquam in dubium vocare potest, cum palam sit, lac in ventriculo sano præ aliis omnibus citissime digeri, annotante id ex Bilsii observatione Diemerbrockio in Anatom. atque maximam partem quoad Δ reas videlicet particulas, converti in substantiam aliti. Prudentissima hinc mater natura primum statim tenellorum adhuc infantum alimentum lac esse voluit maternum, eò quod nil magis ad chyli naturam accedat, nihilque facilius in sanguinem nutrientem converti queat.

§. 14. Nec prætereunda hic foret vis lactis medicamentosa, (si prolixior esse velim.) Nec enim adeò rejicienda est lactis sic dicta diæta sive quotidianus usus, si cum regimine atque custodiâ prudentis Medici instituatur. Quid valeat lac, quibusque morbis conveniat, quivis judiciosior facile cognoscit. Plura notavit Baricellus in libro de lactis usu, alia, præcipue circa hausti veneni curam, notarunt alii, plurima docet quotidiana experientia.

§. 15. Eadem & butyri ratio est. Est enim hoc ipsum nobilior tantum lactis pars, unde non secus atque lac virtutes possidet alimentosas unâ & medicamentosas. In temperanda namque humorum acrimonia, qui in primis hærent viis, vix præstantius dari potest remedium; unde non adeò inconveniens, uti primâ fronte videtur, in diarrhæa remedium est, quod pro certissimo mihi communi-

municatum est experimento: si quis alvi fluxibus laborans butyrum nondum Θ itum, supra carbones calefactum ebibat, sic enim & tormina sedari, & fluxum ilico cessare, expertus contestabatur.

§. 16. Ut taceam vires butyri specificas, quæ non raro à plantis ipsi communicantur. Clarum id in vaccis est, quæ scordium copiosè vorant, ac postmodum lac & butyrum præbent, sapore & viribus scordii præditum; quod ipsum Kergerus testatur in egregio de fermentatione tractatu p. 125.

§. 17. De ovis idem esto iudicium, quod de butyro & lacte latum est. Præfero equidem sobilia reliquis, utpote quæ facilius præ cæteris digeruntur in ventriculo. In genere tamen omnia, cujuscunque etiam sint avis non contemnendum præbent nutrimentum, ita ut nec Avicenna veritus sit asserere, ea tantum sanguinis generare, quantum ponderent.

§. 18. In languente sane & dolente ventriculo non semel expertus sum ovorum virtutem medicam. Vitella item ovorum, adeo in alvi fluxibus ab Helmontio decantata in Tr. Pyl. Rector. rarius ægri medicique spem fallunt.

§. 19. Quid dicam de arborum fructibus, de rapis atque pastinacis, crambe, ac reliquo olerum genere, quibus rustica gens suas exornat mensas. Quantum hæc ipsa valeant in saginando pecore, tota notamus die, adeoque non dubitem his folis & rusticum non modo nutriri sed & pingvescere.

§. 20. Alimenta autem talia & medicamentosa esse per singula non difficulter probari posset; interim unici illius admodum notabilis exempli meminisse sufficit, quod in Laurenb. hist. 57. Acerrâ Philol. Cent. 1. habetur.

§. 21. Supplementum tandem omnium ciborum panis est, primum hominis nutrimentum, ita ut & ipse Salvator Noster panem saltem tanquam potius nominare in præscripta nobis oratione, atque sub hoc ipso omnia ad vitam necessaria complecti voluerit.

§. 22. Est autem panis adeo gratus atque amicus nostræ naturæ, ut, cum plures vinum, caseum atque butyrum aut similia abhorreant, vix quisquam tamen panem rejiciat. Nec enim unquam panis fastidium nos capit prout reliquorum ciborum, quibus

bus frequentius vesci solemus. Imo si vel maxime cunctum æget cibum aversetur, omnium tamen postremò panis appetentiam, amittit ut plurimum, primumque sanitati restitutus repetit.

§. 23. Hæc de cibis sufficiant Potum autem paganorum si consideramus, qvi plerumque coventum aut simplex ∇ est, videtur longè inferioris conditionis ac minus nutritivus esse, quam nominata atqve quotidiana esca.

§. 24. Audio hic tamen illos, qvi omnia ex ∇ produci credunt, asserere & ipsam simplicem ∇ m nutrire posse; probantqve id per varia experimenta v. g. per piscem in vitro ad notabile sui corporis argumentum enutritum per 3. annos, it. ex regno vegetabili per salicem, quæ sola ∇ a affusâ ad debitam proceritatem succrevit. Conferatur Boyle, Helmont. & Beckius.

§. 25. Tamdiu autem circa vim hanc ∇ æ nutritivam mihi dubitare licitum erit, quamdiu talis ex ∇ Philosophus proprio testari exemplo denegat, se & sustentatum & pingvetactum esse unicæ ∇ æ potu.

§. 26. Institutum est hanc rem ab Excell. Dn. Præside experimentum aliquod ante biennium in cane. Incarceratum enim hunc ad aliquot dies, simplici aluit ∇ a, inq; ejus sectione demonstravit ne granulum quidem pingvedinis in toto corpore, & sanguinem non rubicundum aut nigricantem, sed summe ∇ osum instar loturæ carniū, quine quidem extravasatus coagulabatur; Venæ adeoq; pellucidæ, sed viscera sanissima videbantur, imò & lymphatica vasa per universum corpus distributa tantæ evidentiae erant, qualia nunquam iterum observavit tam clarè, quam vis de industriâ in illorum systema inquisiverit non semel.

§. 27. Nodum ergo quærere in scirpis videtur, qvi singulare quoddam in ∇ nutrimentum sibi pollicetur. Non rejiciendus tamen ideo potus ejus est, utpote qvi sola simplicitate se satis commendat. Aptus etenim sic est, & pro vehendis alibilibus ciborum particulis, & ad eluendos quoscunque vitiosos humores in primis viis hærentes.

§. 28. Idem igitur ∇ æ potus aliquando & medicamento- sus evadit, quale quid notatu dignum præstitit in dysenteria biliosa, de qua videri potest Amatus Lusitan. Cent. 2. cur. 46. item in

cholera, annotante Borell. cēnt. 2. obs. 27. item in doloribus colicis, quos cæteris in cassum sibi propinatis solo simplicis ∇ æ haustu sedavit Illustris Princeps, quemadmodum id Excell. Dn. Præses ex ore clarissimi Hermannii Conringii habet.

§. 29. Nec vero alia mihi videtur ratio fontium salubriorum, qui ∇ m saltem fontanam referunt sapore, quales in vicinia Pegavix hoc anno, ut quondam, scatuerunt. Quicquid enim præstat in morborum cura, id contingere potest hac sola ratione, quod diluat atque eluat acrimoniam sibi in ulceribus externarum partium, siue internis partibus inhabitantem.

§. 30. Quod si vero alio ac miraculoso modo hos fontes operari Deus velit Omnipotens, quale quid & stagnum illud Hierosolymitanum, cuius mentio in Joh. cap. 5. facta est, præstitit; satius erit horum incognitas vires admirari quam flocci pendere.

§. 31. Sed hæc de potu æque ac cibo meminisse sufficiant. Pergendum itaque ad

ALTERAM RATIONEM

quæ consistit in
Aeris liberioris inspiratione.

§. 1.

Primus profectò locus inter res n. n. non immeritò ipsi assignatus est aëri, cum ejus qualitates præ cæteris insignius alterent nostrum corpus, adeoque non modo ad vitam ac sanitatem ferendam, sed & ad morbos mortemque ipsam invehendam, plurimum faciant.

§. 2. Hippocrates in libro de flatibus hæc habet, quæ latine sic leguntur p. 402. Edit. Lind. Mortalibus autem vitæ & morborum ægrotis solus aër auctor est. Tantaque omnibus corporibus spiritus necessitas exstat, ut siquidem omnibus aliis abstineat homo, neque cibum sumat, neque potum, possit tamen dies duos vel tres & plures ducere. Si cui vero spiritus in corpus viæ interceptantur, in brevi parte unius die intereat, ut vel hinc, quanto usui spiritus corpori sit, liceat æstimare &c.

§. 3. Dif-

§. 3. Difficillimum interim explicatu est, quid & quomodo
aër ad sanitatem conferat. Quod materia generationis spirituum
evadat, uti veteres crediderunt, citante Claudino in lib. de Ingr.
ad infirm. p. 341. & Excell. Præceptore meo D. D. Bohnio in Diss.
Phys. 15. §. 5. & seqq. adhuc obscurum est. Manifestius autem
est ab aëre sangvinem alterari, quod color ejus mutatus satis te-
statur.

§. 4. Certò etenim constat, sangvinem omnem, qui veno-
sus atq; ater pulmones intrat, iterum arteriosum omnino & flori-
dum ex illis redire; Imò & sangvinem extravasatum in superficie,
qua aëri expositus est, coccineum acquirere colorem, ita ut si diu-
turniori agitatione commoveatur, quo aërem penitus intromittat,
totus evadat purpureus, Vid. Lovverus in tr. de corde pag. 178.
& seqq.

§. 5. Male quidem ex his inferitur, pulmones esse officinam
sangvinis; rectius tamen asserunt sangvinem non abs re alterari in
horum membranaceis cellulis.

§. 6. Nihilominus tamen obscurior hujus rei ratio est. Alii
enim sangvinem ab aëre volatilifari in pulmonibus asserunt, vid.
Helmont. Tr. Blas. human. 45. Alii contra eum condensari volunt,
conferatur Sylvii Disp. VII. §. 78. & Barth. Anat. p. 431. & 432.

§. 7. Sciendum autem est, universum aërem constare ex di-
versis atomis, ∇ eis np. terreis, \ominus inis, &c. quæ vel suâ sponte, vel à
calore, frigore vel ventorum vielevantur à globo terraqueo. Con-
feratur egregia Sylvii Oratio de caus. nat. eff. Ep. Leid.

§. 8. Quibus vero atomis hoc negotium concreditum
sit, nondum liquet. \ominus inæ profectò, acidæ ac \ominus sæ, quales à Ca-
pite mortuo \oplus li, \oplus i, Ois, &c. attrahuntur, talem sangvini altera-
tionem inducere minus aptæ sunt. Omnia namque acida, quem-
admodum sangvinem coagulant, ita & colorem ejus obscuriorem
reddunt, contrarium autem in pulmonibus accidit, ergo his \oplus is
particulis attribui hic effectus nequit.

§. 9. Aptiores longè mihi videntur aëris particulæ spiri-
tuosæ, quas Mundi spiritum vocant, de quibus legi meretur cu-
riosior Balduinus in Auro Auræ, & alii ab eo citati.

§. 10. Quicquid autem hujus sit, maneamus jam in eis quæ
vulgo nota sunt, sane per quotidianam experientiam constat aërem

temperatum atque serenum saluberrimum, nebulosum contra & impurum admodum nocivum esse.

§. 11. Qvis nescit raucedinem, tussim, pleuritidem, coryzam aliosque morbos ex solo aëris inspirati vitio nasci sæpissimè.

§. 12. Ipsum pestis contagium, (quod Deus à nobis clementissimè avertat) in aëre circumvolitans, quas non clades importat uti pecori sic & nobis, si quando in respiratione attrahatur.

§. 13. Quod si igitur à putridis, acribus, atque impuris effluviis cum aëre inspiratis tanta nobis surgant mala, quid de illis iudicandum erit hominibus, qui omni tempore inter foetiditas atque impuras exhalationes versantur.

§. 14. Ergo, inquis, cives hoc saniores erunt, quo magis nitida inhabitant domicilia, quæ non stercore conspersa sunt atque pulvere, sed ornata, picta, variisque modis emundata.

§. 15. Casæ contra, quas videmus & ex luto factas, fimo superstructas eoque circumdatas undiquaque, quid aliud quam foetidum præ se terre odorem poterunt.

§. 16. Scias autem nostras domus aspectu quidem gratiores esse, secus quam casæ; subtilem tamen squalorem atque vapores, qui his includuntur ædificiis, non parum damni nostris afferre corporibus. Manifestius hunc urbis foetorem tum deprehendere licet, quando quis ex liberiori aura se domum conferat. Et vicissim aëris liberioris virtutes tunc maximè notare possumus, si quis Phthicus aut æger alius diutius lecto atque domo affixus tandem civitatem cum pago commutet, sensibiliter namque sic recreatur, ac si vires ipsamque vitam ex aëre hauriret.

§. 17. Saccharum videlicet illud, quod in rore dulcissimum existit teste Helmont. Tr. Imag. ferment. p. 33. omnino & gratissimum nostræ est naturæ, ut certius mihi pervasum habeam, nunquam milites tam diu omnes adeò calamitates, sitim, famemque sustinere possent nisi puriori aurâ sæpius resciantur.

§. 18. Latet quippe occultus vitæ cibus in aëre, quem potissimum horis matutinis unà cum rore attrahunt agricolæ, quandoque vix coruscante aurorâ sub diō ambulant, hortos aut arva colunt, scenumve subsecant.

§. 19. Accedit his fragrantissimus illis tamen quotidianus odor

ôdor florum, arborumque virentium, qui omnem adeo aërem replet, ut de salubritate ejus non nisi insanus dubitare queat.

§. 20. Hac ipsa autem jucunditate destituimur, qui ab hortis atque rure longius absentes intra mœnia vitam degimus. In hoc itaque longè feliciores nobis sunt agricolæ, imo & propter hoc saniores.

§. 21. Videntur attamen & infeliciores eodem pacto. Nimirum posito, quod rustici quædamque fruuntur rore atque aura suaveolente, quæ nobis denegantur; Necesse tamen erit, ut alio tempore & nebulas atque putridum foetorem tolerant, à quo nostrum tueri corpus juxta fornacem non prohibemur. Unde qui commoda ferunt, ferunt etiam incommoda.

§. 22. Notandum ergo est, hæc ipsa naturæ paganorum, non æque nocere posse ac nostræ. Quemadmodum enim scabiæ, luisque veneræ contagium, imò & pestis atque febrium malignitas in disposita saltem corpora propagatur. Ita & nebulas atque ventorum asperitates vel pueri agrestes citra noxam sustinent.

§. 23. Quoniam enim sanguinea massa ex dulci pingvique alimento nata dulcis existit, ideò, si quid acre huic communicatur, obliteratur illico, atque destruitur à viscidis illis in sanguine particulis, ut citra aliquod damnum aut incommodum pati queat.

§. 24. Deinde si vel maxime aliqua hinc nasceretur in corpore rustico, turba, citius tamen eadem mali causa removeretur, eò quod labores continui, sudores atque transpirationem insensibilem accelerent, à quibus facillime quicquid nocivum est atque malignum, discuti potest atque expelli. Videtur enim sanitatis non negligenda.

TER TIA R A T I O

quæ consistit in

MOTU CORPORIS.

§ I.

Quanta ex solo sæpius otio nascantur mala, suo testari possunt exemplo, qui vitam agunt sedentariam. Nunc jam loquar moraliter

raliter de vitiis in defidia natis, sed medicè, de morbis surgentibus ex neglecto corporis motu.

§. 2. Rectissime hinc qui studiis incumbunt, exercitio se dedunt vario. Utilissimum enim, imò & necessarium ad servandam sanitatem his est, non rarò musæum cum palæstra, pennam cum gladio aut reticulo, libros cum pila, fellam cum equo, otium cum saltu commutare, atque per vices motu & quieti uti.

§. 3. Videmus etenim non paucos spretis his exercitiis plerumque malum pati hypochondriacum, alvi obstructions aut misere mei, ut taceam pallorem faciei, atque frigus extremorum artuum, illis familiarissimum.

§. 4. Tantò autem feliciores sunt illi imò & saniores, qui exercitio quodam corporis gaudent, quodcunque id etiam fuerit. Nec enim ipse Galenus veritus est librum edere de parvæ pilæ lusu, cum viderit hunc ipsum aptissimum existere ad conservandam sanitatem.

§. 5. In motu nempe corporis universa simul movetur massa sangvineæ, unde & faciei color magis vividus apparet, universumque corpus incalescit egregiè; adhæc notamus quotidie, à susceptis laboribus appetitum augeri, chylicationem notabiliter promoveri, & quod maximum est, ipsam transpirationem, quæ per cutis poros contingit, accelerari.

§. 6. Quanta vero necessitas imò & utilitas transpirationis sit, nemini non notum est, qui ab hac tantummodo impedita febres sæpiusculè oriri considerat. Adeoque non rejiciendæ omnino sunt regulæ, quas ad sanitatem tuendam in sua Medicina statica Sanctiorius tradit.

§. 7. Si quid enim vitiosum ac nocivum in corpore vel genitum fuerit, vel retentum, vel etiam inspiratum, id omne interfundandum aut saltim insensibiliter transpirandum resolvitur expelliturque.

§. 8. Propterea non omittenda mihi videbatur ratio motus, ubi in causas sanitatis agriculturalium inquiritur. Hi enim inter omnes plurimum incumbunt operæ atque laboribus, eosque potissimum attinere videtur Creatoris dictum: In sudore faciei tuæ cibum capies.

§. 9. Distingvunt equidem alias motum corporis moderatum
o immodico; & verum est mediocrem sanitatem atq; vires conser-
are, & immoderatum easdem destruere ac nociyum esse homini.

§. 10. Videntur autem labores illi, quos agricolæ ferunt, esse
modum vehementes, minusque referri posse ad moderatum cor-
oris motum; nam & arare, & frumentum vel metere vel triturare,
igna findere &c. non parum roboris atque vitium requirit. Obesse
taque sanitati potius quam prodesse dicendi sunt.

§. 11. Itaque quidem est, neminem nostrum & qui his curis
non est affvetus, tolerare tantos labores posse, absq; notabili vi fun-
ctura, insignique corporis delassatione. Rustica autem gens, cu-
us membra jam firmata atque huic operi à primis ferè annis affveta
sunt, hoc quicquid est negotiū in se suscipit æquo hilarique animo,
ec unquam attendit artuum lassitudinem, quæ propter consvetu-
dinem vilescit ac flocci penditur.

§. 12. Negandum interim non est, & in rusticis vires spiri-
tusque quodammodo dissipari, sciendum tamen, hanc qualemcum-
que jacturam prompte iterum resarciri per alimenta illa eupepta, li-
beraliter pro more assumpta.

§. 13. Ergo adhuc firmum est, hunc quotidianum agricolarū
motum salubrem esse, illisque perquam convenientem, adeo-
que dignum qui animadverteretur hac occasione, quā mihi de causis
sanitatem agrestis vitæ tuentibus sermo est.

§. 14. Hæ autem sunt potiores ex rebus non naturalibus
causæ, quibus sanitatem debent rusticolæ. Cætera ut sunt excreta
& retenta, somnus & vigilia, illis subordinantur, eorumque ratio-
nem sequi solent.

§. 15. Quamdiu enim legitimè cibo utamur & potu, item
corporis motu, tamdiu nec somnus dulcissimus corpori defatigato,
probeque pasto deficit, imò nec excretiones ordinariæ ac naturales
suas deferunt regulas, nec ea, quæ secundum naturam in corpore
retineri debent, rejiciuntur, verbò omnia salva sunt.

§. 16. Animi tamen pathemata singulare quid obtinent, eò
quod ab his immediate alterentur spiritus, vitæ fons. Unde nul-
lus omnino, etsi vel optimā gaudeat diætā, aëre fruatur serenissimo,
motuque utatur convenienti, sanus existit, nisi sedulò ab ira sibi

cave-

caveat; liberque maneat à mœrore, terrore, curis similibusque animi passionibus.

§. 17. Quemadmodum autem paganorum corpora atque labores non iniquè comparantur cum brutorum natura, ita nec ab his animo multum discrepant. Sunt enim rustici plerumque ἀπαγεῖς atque in diem vivunt, alienissimi à curis tristitia similibusque affectibus.

§. 18. Non ergò negandum est, & hoc pacto illos feliciores ac saniores existere; cum vero hi ipsi animi affectus non æque posseive conferant ad sanitatem, ac cibus & potus, aëris inspiratio & motus corporis; deinde cum nec illorum usus adeo necessarius sit ad vitam servandam ut reliquorum, ideo horum tractationem jam sicco præterire pede nullus dubito.

§. 19. Hæ sunt potiores mihi visæ rationes sanitatis quæ agrestes gaudent. Tu vero L. B. hæc prima juventutis meæ cōnamina æqui bonique consule.

SOLI DEO GLORIA!

