

Mercuriale
de Arte
Gymnastica









211
Virtutes maximas etiam in excipio in alatione tradit latos. Boni in Profat.
ad Bellugã in speculo Princip.



73-9^a

VI



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.





HIERONYMI
MERCVRIALIS
DE ARTE GYMNASTICA
Libri sex.

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM
veterum generum, loca, modi, facultates, & quidlibet
genus ad corporis humani exercitaciones
pertinet, diligenter explicantur.

AD MAXIMILIANVM II.
IMPERATOREM.



VENETIIS, M. D. LXXXVII.
Apud Iuntas.

MAXIMILIANO II.
IMPERATORI INVICTISSIMO.
HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem. D.



S 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, ut ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum videantur. Id facile perspicere quivis potest, qui militaris disciplinae, le-

* ij gum

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, unum medicae artis omnium utilissimae 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, Justinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta testantur. Verumtamen ut 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, ut saepe non maxima manu incredibiles hostium vires

res frugerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non desuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Severum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque causam id eos fecisse verisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & provinciarum 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 persiciendam semper uberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque extincta prorsus est; unde fit ut 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 ta-



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 adspetum, 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 pronunciaré non audeo: id unum scio, rem sicut maximae utilitatis, 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 unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi, quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, ut ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me causa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepere rim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profiteni munere, & frequentibus aegrorum uisitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitiorum ex uetustis monumentis iconibus repraesentatis

tis ita exornauerim, ut non verear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potior em esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas est, in pristinum splendorem, in ueterem dignitatem, & possis, & uelis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicator em 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, ut, 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. inserviunt, 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 or-
bis salute diu incolumem, & felicem conseruet.*

Patavij, Kal. Sext. CIO IO LXXIII.

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
Artibus aptavit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, crebi reuocavit ab umbris;
Et membris lactos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae:
Confisus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in unum
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 ut 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 in expertamq. 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.*





LAVRENTII GAMBARAE

Matth. Deuarij.

Ως πάλαϊππολύτοιο μέλι, πααήονος υίός
σίς-σιν εϊς ζώου σώματος ήρμόσατο,
ώ δέ ποτ' οίχομδής καλα λείψαν' αμυδρά περ έμπος.
τέχνης γυμνασίης νυύ αναλεξάμενος,
άκρος άκροσρίνη Γερόνυμος, άθανάτον μιν
κού τεθνηξομένω άδης, έτδξε νόμ.
ός γουώ ίσα θεοϊσιν, όνήσιμα έργ' αναφαίνει,
ίσα θεοϊς, τιμής άξιός άθανάτου.

Αχιλλέως Στατίου Λουσιτανού.

Γυμνάσιον πολυηδής άγαν ποσέων σωέγειρες
Παντοίοις αποσάδ'ω έκδοθιν εν βιβλίοις
Ούνηκα τώντε σοφών Γερόνυ με λυφώνι άποισή
Πένταθλον ουχι μόνον πάνταθλον αλλά μότος.

Achillis Statij Lusitani.

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



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

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| Aeschylus | Cornelius Celsus |
| Aetius | D. Cyprianus |
| Afranius | Diocles |
| Agathinus | Dion |
| Alexander Aphrodisiēsis | Dionysius Areopagita |
| Alexander Trallianus | Dionysius Halicarna- |
| Antillus | sens |
| Aretaeus | Erasistratus |
| Aristophanes | Erotianus, |
| Aristoteles | Euripides |
| Asclepiades | Eusebius |
| Athenaeus | Galenus |
| Auerroes | Herodotus |
| Auicenna | Herodianus |
| Aulus Gellius | Hesiodus |
| Ausonius | D. Hieronymus |
| Bardesanes | Hippocrates |
| D. Basilus | Homerus |
| Caius Julius Caesar | Horatius |
| Cassianus | Josephus |
| Cassius Iatrosophista | Isidorus |
| Catullus | Julius Capitolinus |
| Caecilius Plinius | Julius Firmicus |
| Clemens Alexandrinus | Iulius Pollux |
| Coelius Aurelianus | Iustinus Martyr |
| Columella | Iuuenalis |

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

☉☉☉☉

ARTIS GYMNASTICAE LIBER PRIMVS

De Principys Medicinæ.

Cap. I.



B

VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post indutam paulatim consuetudinem penitus ignorarunt, (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usque ad tempora Socratis di-

stillationum, quas Graeci *κατάρσις* 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 irrepere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos

C

coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisca 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 morboris, 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

Gymnastica.

A totam

1. de Reput. bli.

In lib. qui Maxim. Tisi. primo. medicus i- 40. relat. at Traaq. scribitur. de Nihil. i. 31. no. 20.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. **D**
Atq. hi fuere primi Herodictus Selymbrianus, & Hippocrates eius
discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cōseruatiuam ual-
erudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagētem adde-
re uisi sunt, arbitantes non minus praeclarum, atque artificiosum
opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam impli-
citos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fue-
rat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis cu-
randis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est.
An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus
rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij tem-
plo dicatis Hippocrates confluuerit: an uero solam in curandis
morbis versantem clinicem uocatum, quemadmodum Varro, Stra-
bo, atque Plinius credidisse uidentur, 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 usque ad
Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiā
in Italia perdurauit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae
in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & usque ad hanc
diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece
haec leguntur.

Lib. 29.
cap. 1.

Αὐτῶς τῶς ἡμέραις Γαίῳ τινὶ τυφλῷ ἐ χρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ
τὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τῆς δεξιῆς ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀρι-
στερὸν, & θείναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τῆς κνήμης, & ἄρα
τὴν χεῖρα, & ἐπιθέειν τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, & ὄρδον ἀνέβλε-
ψαι, τῆς δὲ δήμου παριστώτος, & συγχαιροῦν ὅτι τόσῃ ἀρετῇ ἐγί-
νοντο ἐπὶ τῆς σεβασῆς ἡμῶν ἀντωνίνου. id est:

*HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum
reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua fle-
cteret, deinde a parte dexter aueniret ad laeuā, et
poneret quinque digitos super altare, & eleuaret ma-
num, & poneret super proprios oculos: & recte uidit
populo praesente, & gratulante, quod grandia mi-
racula fierent sub Imperatore nostro Antonino.*

Λουκίῳ πλωρίτικῷ καὶ ἀφελπισμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώπου,
ἐ χρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, & ἐκ τοῦ τριβώμου ἄρα τέφραν, καὶ μετ'
οἴνου

Αοῖνου ἀναφρεῖσθαι, καὶ ἐπιθέειν ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθῃ, & δη-
μοσία ἐν χειρὶσι τῶ θεῷ, & ὁ δὲ ἦμος συγχαιρίσατο. id est:

*LV CIO affecto lateris dolore, & desperato a
cunctis hominibus oraculum reddidit Deus,
ueniret, & ex ara tolleretur cinerem, & una cum
vino commisceret, & poneret supra latus: &
conualuit, & publice gratias egit Deo: & po-
pulus congratulatus est illi.*

Αἷμα ἀναφρεῖν τὴν ἰσλίαν ἀφελπισμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώ-
που, ἐ χρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, & ἐκ τῆς τριβώμου ἄρα κόκκους
B σεβίλου, & φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθῃ, καὶ
ἐλθὼν δημοσίᾳ ἐν χειρὶσιν ἐμπαρόθεν τῆς δήμου. id est:

*S ANGVINEM reuolenti Iuliano desperato ab
omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ue-
niret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet
una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens
publice gratias egit praesente populo.*

Οὐαλείῳ ἄφρω σεατιώτῃ τυφλῷ ἐ χρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν &
λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρονίου λδοῦ μετὰ μέλιτος, & κολλύριον σω-
θεῖναι, & ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῆσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέ-
C βλεψέειν, & ἐλθὼν ἐν χειρὶσιν ἐν δημοσίᾳ τῶ θεῷ. id est:

*VALERIO Apro, militi caeco, oraculum
reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem
ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium con-
ficeret, & tribus diebus ueretur supra oculos:
& uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.*

Quod etiam in templo Idis 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, uerisimile fit, solam remediorum co-
gnitio-



gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpti, & sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam proiectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, nec non curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliae fero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pueros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atque Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephantiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoque tarde medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij Imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usque ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi sunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quaedam composuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se cum Hyenae pelle quod Actius quoque de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neque genus mali, neque remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocrates sub Ileidi doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & scelyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculiquida, ut Agatarchides in eius maristractu retulit, parui crura atque brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisque partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusque pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neque naturam eius, neque generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

Epist. 96.
& Sympos.
prob. ix.

Cap. 171.
Lib. 2.
cap. 62.
In prob.

Lib. 5.
cap. 3.

de locis
affect.

nodia

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulans multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in caernis, solaque respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, quae quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequabantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris execranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuersas regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen asserere debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad summam perfectionem proiectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusque illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae reuera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraque *προφυλακτική*, siue *ύγιεινή*, altera *θεραπευτική* nuncupata fuit, uocabulis quidem huiusmodi ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam unquam apud ullos mutationem susceperunt: 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 nomine plerumque comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo **C** ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adeptae est, quod conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam a pud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam existere, nempe quae nudis coniecturis, infimisque argumentis primo ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea ferre omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumque humanas calamitates, morborumque incommoditates, quales forent, si curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absque summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

Libro 1. de
abstinencia
ab animalibus.

Thomasi Gymnastica.

A iij

T H N



In Epistol. graecis uarijs.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ὀπίσθη μὲν σωτηριώδη τοῖς ἀσθενήτοις πυχρά- D
τεν, τὸ ἀγαθὸς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ & ταύτῃ εἰς ἕραν ἀποφοι-
τικῆναι δικαίως φιλοσόφον παῖδες κρύπτουσιν. τὸ γὰρ ἀδυνεὶ τῆς ἡμε-
τέρας φύσεως, καὶ τὰ τῆ ὀπισθὸν μβαινόντων ἀβρασημάτων, ἐπανορ-
θούται δὲ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τῆ δικαίου λογισμὸν συμφορὰ τοῖς
ἀνωθεν βασιλεύσι θρασυζώντες, ἡμετέρα φιλανθρωπία κελίου μὲν,
τῶν βουλεύτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοι-
ποῖς χρόνοις δάγειν. id est:

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

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



M igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, al-
tera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema
haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in ἀροφουλα-
κτικῶν, morbos futuros, & imminentes auertentem:
σωτηρικῶν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικῶν,
a qua ualeudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ulti-
mo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ip-
sae tantum multorum hominum additamentis splendorem acqui-
suerunt, 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 tem-
poribus, quam nunc praestare uisa est: Ea porro, quae ad hanc par-
tem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quat-
tuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac mul-
tiplices res sub se complectuntur. tot namq. praebidijs bonam uale-
tudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus
concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ ἀροφουράκια, τὰ κε-
νούμυρα, τὰ ἔξωθεν ἀρωγιζόντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim
exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remedio-
rum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt sudori-
bus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continen-
tur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salugine, mari, oleo, & hu-

iuscemodi

A uscemodi constituuntur. Agenda uero exercitationibus, studijs,
uigijs, somno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisque eiusdem ge-
neris comprehenduntur, unde nulla res est, nullumue auxilium,
quod ad sanitatem defendendam conducatur, quin sub aliquo prae-
dicto: unum quattuor generum, quae totam conseruatoriam artem
quantitate, qualitate, & occasione conuenientibus perficiunt, con-
cludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus,
tum a recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasijs au-
tem siue exercitationibus, a quibus ars gymnastica apud ueteres ual-
de celebris constituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam pau-
cissima, & fortuito, confuseq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq.
gymnastica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forsitan ab
alio numquam absolutam tractationem habere decreui, eo magis

B quod Galenus hanc haud ignobilissimam conseruatoriae faculta-
tis partem esse scriptum reliquit: omnesq. fere testantur exercita-
tionum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad custodien-
dam praesentem sanitatem, & ad ualeudinarios reficiendos, (quae
tres partes uniuersam conseruatoriam efficiunt) incredibilem uti-
litatem afferre; ut etiam nos uberrime demonstraturi sumus; ubi
haec omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postula-
bit, in hisce libris declarabimus. Primo, quid sit gymnastica ipsa,
quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius spe-
cies; deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab anti-
quis efficerentur; postremo, quid sit illa qualitas, quantitas, & oc-
casio, quibus haec ars tantopere bonae ualeudini 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 ue-
hementius omnes ualeudinis studiosos amplexuros esse auguror,
quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto ante-
cellere uidetur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus su-
perantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratissimi me-
dicinae scriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excremen-
ta soluere, tum per sudoris meatus eijcere posse; tantoq. tam cibis
quam medicamentis attenuantibus praestare, quanto fatius est nul-
lo corporis nostri incommodo exigi, quae redundant, quam pari-
ter & carne liquada, & solidis extenuandis: haec namq. incom-
moda calidis attenuantibusq. medicamentis associantur: exercitatio-
nes uero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas

A iij quae-

1. d. 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 *συνάδεια* 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, labore & que corporis aestimauit, ut Persis, quos recte institueret semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi unquam sine labore cibum caperent, ratus ualitudini, 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.

vii. Symp. prob. 4.

Lib. vii. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.



QUATTUOR itaque existentibus illis, quibus tota conferuandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conferuandae F parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam proficitur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina sciungentes, 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

runt

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 γυμναστική ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πάσι γυμναστικῆς δυνάμεως*: hoc est gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animaduertendum 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 causas exercitationis uirium sapissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum causas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius existit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: *παυδοτριβαὶ τοῖν διδάσκουσι ὀδονομεῖν κατὰ νόμον, ἀδινεῖν δὲ πάως, ἔλασπαιεν, κλέπτειν, ἀρπάζειν, βιάζειν, τὰ κλέλλισα, & ἀσχίσα*: id est: Paedotribae hoc edocent praeuariari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorum, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerum tamen, cum interdum unus utriusq. munus implet, 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 qualitatam notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

In lib. ad Thras.

In primo de dieta.

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contēdit, 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 saepe numero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis esset gymnasticaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reliquit: *Εν πάσαις τῶν τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινόμεναις, ἀλλὰ περιεὶ ἄλλος ἐντιτελείαις οὖσαις μιᾶς ἐστὶ θεωρησῆαι τὸ ἀεὶ, ἕκαστον γένος ἀριότων, οἷον ἀσκήσεις σώματι ποῖα τε ποῖα θυμῶν, καὶ τὴν ἀείλην (τὴν γὰρ κάλλιπα πεφυκότι καὶ κερρορηγμένῳ, πλὴν ἀείλην ἀναγκάσιον ἀριότων) καὶ τὴν ἀείλην, μιᾶς παῖσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστὶ: ἐτι δ' εἰάν τις μὴ τῆς ἰκνούμενης ἐπιθυμῆι, μὴ θ' ἕξως, μὴτ' ἐπισήμης τῆν ἀείλην πλὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἦτοί τις παιδοδείξου, καὶ τῆ γυμναστικῆς ἀδραστεύσασθαι, τὴ καὶ ταύτην ἐστὶ πλὴν δυνάμειν*: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte existunt, unius est considerare, quid cuique conueniat generi: seu 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 hanc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo serme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnasticam a paedotriba distinguui. 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 ualitudinis 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-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in vnaquaque gymnastica locum haberint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, causaq. talis differentiae nulla alia existit praeter finem singularum, quo sine omnes facultates distinguui 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 proximo Senatu, 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 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 cogentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complese. 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 comparandij. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres existerint, atque omnes

Lib. xvj.
cap. 4.Lib. i. de re
mil. ca. 13.

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde declarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

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

QUAM iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicauerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, 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: & Equamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium 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 existit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout *ευκροτον*, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum 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 gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum 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 reipub. 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 corporis auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inferuire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignania atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque tum conseruandam, tum etiam reparandam 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 gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & 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.

QUAMUIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto femina quaedam illius iacta fuisse, quasque primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoq. fateamur potuisse faciliter multo prius existisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absolum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidnam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & iccirco semper existisse persuasum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de
tu. ualet.



sticæ principia quaedam existisset, facile illi intelligere potuerunt, qui poetæ libros lectitantes animaduenterint milites Graecos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & alijs huiuscemodi, quæ post ad gymnasticam facultatem transierunt, sese exercuisse, sicuti octauo, & uigesimalo tertio Odyssæe frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum sit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam assequi possumus ex illis, quæ Plutarchus in quinto 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, quæ a sacrificijs demum ad gymnasia paulatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaque sanitate fruerentur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesq. superandos aptissimi euaderent: & propterea quando otibantur, ne profus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus præmia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & spe præmiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disponderentur: & ob id Homerus secundo Iliados in hunc modum finxit.

Αχιλλεύς δὲ πρὸς ἰσημίνοι θαλάσσης

Δίσκοισιν ἔρποντο, καὶ αἰγανέισιν ἵεντες
Τόξοισι δ' :

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

Et uigesimalo tertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεύς

Αὐτοῦ λαὸν ἔρκεν, καὶ ἔχευεν ἑυρῶν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἀθλα, λιβητάσῃ, τετραπόδασῃ
Ἴππους θ', ἡμίονους, βοῶντ' ἰσθμια κάρηνα
Ἡ δὲ γυναικῶν εὐζώνους, πῶδ' ἰόντες σίδηρον :

id est: *Sed Achilles:
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauius hæc præmia splendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mul s, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.*

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis sæculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & præmia consequendi spem, tum ab bellorum, hostiumque uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrecere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cõcurrerent, hæe exercitationes in Deorum celebritatibus institutæ sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratæ reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentur, præmia, quæ homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque præstantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus, quoniam homines præmiorũ gratia dumtaxat certabant, quæ ἀθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληται nuncupati fuerunt, qui & ab Atticis ἀσκηται, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletæ, 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 ἀθλοι. Nam Olympia Pisis, siue in Elide, & Nemea apud Cleonæ: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerunt, quales apud Romanos ludi Capitolini, sæculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus præter præmia, 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, Caereq. 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 ualitudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptæ sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis ætatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quæ 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, quæ solum pro coronis & præmijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandæ, & boni habitus acquirendi finem

In 3 parti.
prob. 8.

Tertio de
repub.

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atq. etiā D. posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut verisimile est, moniti mirū in modū corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addētes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdā praeceptis, ac terminis concluderunt, atq. ita artem totā pepererunt *γυμνασικὴ* uocatam *ἀπὸ τῆς γυμνᾶς* & *ἀγῆς*, i. ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quā ob habitum corporis bonū obtinendum sanitatemq. conseruādam exerceri, hoc autē primos omniū effecisse Hippocratē, Dioclē, Praxagorā, Erasistratum testatus est Galenus, 3. cap. lib. ad Thrasymbulum. Quamobrē ex his clarū factum arbitror quomodo ars gymnastica principiū, incrementa, & statum, necnon quo tēpore susceperit. Siquidē primū in bello Troiano dum milites Graeci in arenā ex nauibus descēdentes (unde post emanasse prouerbiū *ἰν ἀrenᾷ* descendere opinor) inter se certantes ad bellū exercebantur tūc apparere coepit, artiq. agonisticae, & gymnasticae nomen etiā accepit. Postea ad sacrificia & hominū uoluptates traducta non modo praedieta nomina retinuit: sed etiā athleicae appellationē cōsecuta est, & apud Galenū uitiosa gymnastica nominata fuit. Demū ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniū sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cōclusa 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. industrius de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verū enim uero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solū in usu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualitudine firmiores exsisterunt: sed postquā crescente desidia in opidis otiosi, quam ruri laborare maluerunt, Graecorū urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idē Varro conquestus sit suo tēpore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omniū maxima & speciosissima fuerāt: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiā destructa fuerūt, & simul cū ipsis ars non paruam iacturā 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 curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum omnes

In secundo
de re rusti.
in prooc.

lib. 3. sym
pto. 6.

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem le-ctitaris, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad excitandam sitim quae sitas esse praedicat. Itaque valde allucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime usos, nulla firma ratione probat.

Li. 14 cap.
22.

De Gymnasis Antiquorum. Cap. VI.

Gymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex verbis Galeni in secundo de tu. val. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerūt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. *γυμνᾶς* enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, unde Marcialis libro tertio.

*Gymnasium, Thermae, Stadium est hac parte, recede
Exsumur, nudos parce videre viros.*

Et Bardezenes apud Eusebium lib. vi. de praeparat. Euang. cap. viij. Graecos ait non potuisse vlla vi syderum prohiberi, quin in gymnasijs nudis exercebantur corporibus. Quamuis etiam quandoque sub nomine gymnasij omnem locum, ubi exercebantur, comprehensum fuisse reperitur: sicut postea haec vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cōdidit. Haec loca Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem in libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nō fuisse praedicat: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si

Gymnastica.

B

cre-

In Anach.
Dialogo.

credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui D
in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercita-
tionis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos au-
tem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi
sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae pro-
diderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque spe-
ciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet,
vbi hos versus habet.

*Argivas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenae,
Aut claram Rhodon, aut libidinosaes,
Ledaicas 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 Lacedaemo-
num inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam il-
lam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemo-
nios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vr-
be tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum *ἀκαδημία*
uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum
λυκείον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum
fuisse legitur apud Lucianum; alterum *κνωσσαργεῖς*, ubi nothi, spu-
rij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos
tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui ve-
re legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut commu-
nem 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 gym-
nasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedi-
ficata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his
etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos ha-
buisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum in-
terfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis
gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis to-
tius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris
Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Pana-
thenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercebantur, fuisse
puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium stu-
dijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathe-
naico festa Panathenaica, Corinthum quoque gymnasiū habuisse

Craneum

In libro de
antiquis no-
minibus.

A Craneum uocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani po-
stremi omnium gymnasia palaestras uocata in vrbe ad Graecorum
aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen
ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inestima-
bili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum,
ruinis, quae ad hanc usque diem non sine omnium stupore perdu-
rantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de
Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?

Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae usum
ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo
dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymna-
B sijn partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & calda
lauatio sitae erant, vt ex multis auctorum testimonijs, & praeser-
tim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymna-
sium, thermae stadium est hac parte. His omnibus potest iam vni-
cuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fa-
teor) Blondus Foroliuensis conciujs meus, qui in secundo Ro-
mae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus in-
stitutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsitan admiratione capiat,
quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philoso-
phari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis varia homi-
num genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capi-
tea nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemo-
di locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque vllō im-
pedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corpo-
rum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij
C allata descriptione perspiciere quiuis mediocriter hac in re versa-
tus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij
Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editio-
ne tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (vt semper cu-
rae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus
Vitruuij verbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod
agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioan-
nes Vincentius Pinellus, Melchior Guilandinus, viri tum ob
acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud
omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius archi-
tecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt
non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis
B ij probata

4. Epist. fa-
mi. epist. 12.



probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae D ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octavius ipse reuiuisceret, nō dubitarem, ut erat homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huius 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.

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



Vnc mihi videtur, (tametsi non sint Italicae E consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicare, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt faciendā, uti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant *σταδίων*. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. uti cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorē 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 F 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 *λατρών* vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigium 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 (uti 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 peristylis exeuntibus, duae dextra, atque sinistra

A sinistra stadiatae, Ex quibus vna, quae spectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumq. excavatum, uti gradus bini sint in descensu sesqui pedali a marginibus ad planitiem, quae planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui uestiti ambulauerint circum in marginibus non impediuntur ab cunctis se exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos *ξυστός* vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, & B duplicem porticum designentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci *αἰθέρα ἐκμασάς*, 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 perscripti.





Figura palaestrae cum peristylis quadrato
Occafus

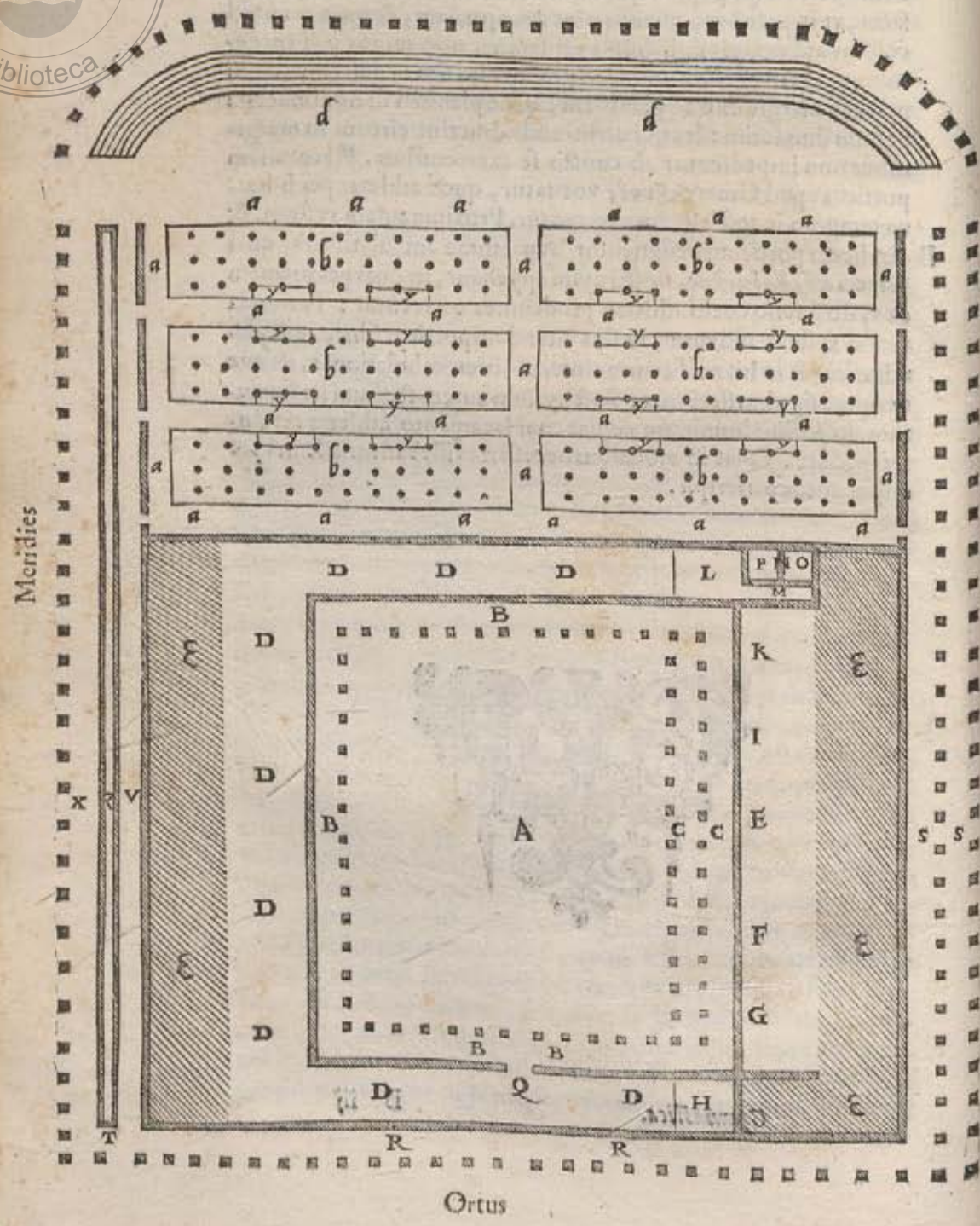
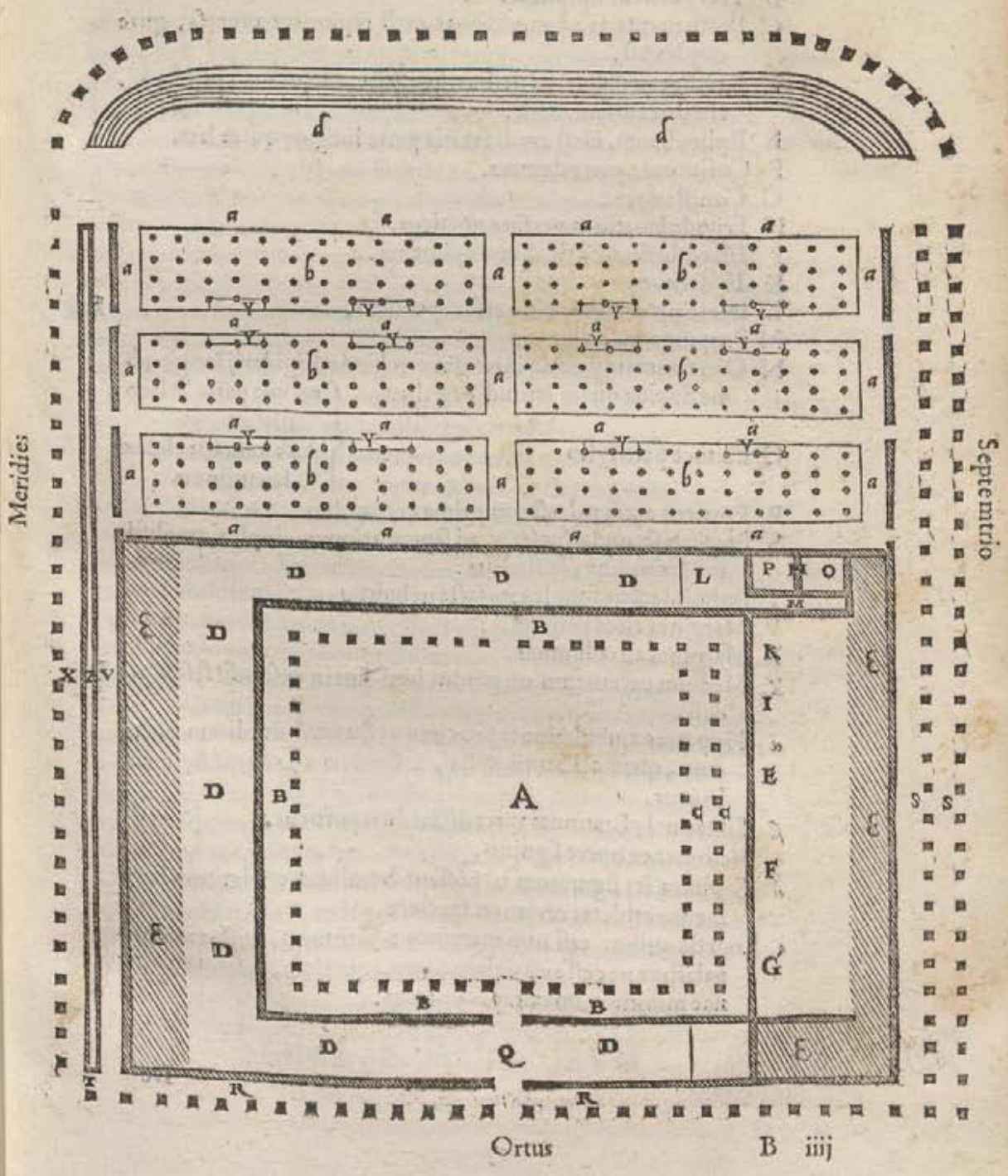


Figura palaestrae peristylis oblongo
Occafus



B iij



- A Peristylum in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitum duum stadiorum.
- 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.
- 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 peristyllo
- 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.
- α Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis *αὐτὸ ἐκείνης* 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 palaestrae necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

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



Antea, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepe numero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuavis clamor, de quo conque- rebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitum, his verbis apud Nonium: Ita ut 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:

*Sed vos saeuas imponite leges.
 Ut praeceptorum uerborum regula constet,
 Ut legat historias, auctores nouerit omnes,
 Tamquam unguis, digitosq. suos, ut 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, & *αὐτὸ ἐκείνη*. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recensere mea sententia a vero non errabit. fuit autem ea in Esquilij aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornata, ut 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 uocatis sit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
 SCHOLAE. MEDICORVM

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

Alterum genus erat Adolēscētes, qui vt exercitacionū obseruatio-
nes, atq. modos addiscerēt, ad gymnasia accedebāt, vbi a gymnastis
ipsis quascumq. cupiebāt exercitaciones, edocebātur; Adolēscētes
liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōuincitur ex illis Par-
menonis apud Terentiū verbis, quibus ille Chereā sub forma Eu-
nuchi Thaidi offerēs ait, Fac periculū in litteris, fac in palaestra, in
muscis, q̄ liberū scire aequū est adolēscētē, sollertē dabo. id q̄d cla-
rius infra demonstrabo. Tertiū genus erāt Athletae qui ibi se exerce-
bāt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & popu-
lū delectare, necnō victoria ac praemijs potiri. & q̄d hoc fuerit, p̄-
ter Vitruuij auctoritatē Suetonius clarissime demonstrat dū refert E-
Neronē quandoq. gymnasiū ingredi solitū, vt certātes athletas spe-
ctaret. Quartū genus erant oēs illi siue nobiles, siue ignobiles, q̄ vel
militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuēdae sanitatis, & boni ha-
bitus cōparandi gratia varijs exercitacionū generibus incūbebant,
de prioribus est locus apud Cassiodorū l. b. v. epist. 23. male a Pame-
lio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit.
Ostēt iuuenes nostra in bellis, q̄d in gymnasio didicere virtutis. In
posterioribus vero Galenū nostrū numerare possumus, cū scribat
se anno aetatis suae trigesimo quinto passum fuisse luxationē sum-
mi humeri in palaestra. Quintū genus erat eorū, qui fricabātur, li-
cet. n. frictiones fierēt a multis ante reliquas exercitaciones, nihilo-
minus multi quoque sine vlla exercitacione seorsum ab alijs, vt de
Vespasiano tradit Suetonius, solū fricabātur, quod intelligi pōt ex F-
Galeno frictionē ad exercitaciones praeparatoriā a reliquis distin-
guēte. Sextū genus erāt, q̄ lauabātur, atq. hi erāt tū nobiles, tū igno-
biliores. Hoc tamen intererat, q̄d diuites, atq. primates labra, & cō-
lymbithas proprias in cellis alioqui cōmunibus habebāt, vbi soli di-
uersis tēporibus lauabātur, multi etiā q̄ etiā folia vel lignea, vel ar-
gētea (q̄d recitat Plinius) secū ferrēt, ne pedes nudos collocarēt vbi
vilissimi quiq. ponebāt, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum
Imperatorē lauari solitū, vbi plebs lauabatur quod & Titū Caesar.
fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in
gymnasijs reperiebantur, quoniā vel exercitacionum vel balnearū
gratia vnguebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectato-
res (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in
gymnasia conueniebant, qui nō ob aliud, nisi ad videndos exerci-
atores

In Eunu-
cho.

»

»

In 1. de ar-
tic.

» 1. tu. vii.

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant.
Quo in loco id etiā animaduertendū cēleo, diebus festiuis gymna-
sia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detē-
ti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā
uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarē-
tur, quemadmodū uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Roma-
nā maiestātē illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impu-
rae aliquae & spectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martia-
lis innuūt, publice uersarentur in gymnasijs, necnon in locis separa-
tis, quae ibi lauādis feminis solis exstructa essent, perinde ac in pri-
uatis balneis honestae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri
loco natae, quā illustriores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore
referat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas asinas
Betas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum
corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.
aut pinguia Poppaeanā.
Spirat &

Lib. 2. cap.
41.

Saty. 6.

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbādi cor-
poris usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphroni-
trumue in balneis uirpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorū
mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse,
praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio

Primo de
alim. fac.

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

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

VITRUVIUM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solū palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis constat, 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 excelsis rebus mos) plura suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parū ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnastiorū magis principales explicaturus haudquaquā solas a Vitruuio significatas in medium asserā, sed illas nullo sitis ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio exposulare videtur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quāquā Vitruuij E auctoritatem nunquā multi faciendā existimaui, nempe quē *ὁ δὲ ἀξιόλογον* & sua aetate minime aestimātū puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quādo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebantur, 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 gymnastiorū 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 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 erumpabant. 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 sphaeristrio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has ad numero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercēdi genere pactio-

nes

Anes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes exercebantur. 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 acquisuerat, mentionem faciat: & praeterea in secūdo de tu. ual. sic scribat: *ὄτω δὲ καὶ ἔστι ἀναρριχῆται διὰ σπονδίας καὶ ἀπὲρ ἐν παλαίστρῃ γυμνάζουσι τὰς παῖδας ἐς ἐντολίαν ὡς ἔσονται ζῶντες.* i. Sic autem, & quicumq. per funē scandit quemadmodum pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiā id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nō esset, ubi Lydus Pistocleri paedagogus patrū erga filios sui temporis indulgentiā taxās de antea acti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam

Digitum longe a paedagogo pedem ut esseres ex aedibus

Ante solem ex orientem nisi in palaestram ueneras

Gymnasti Praefecto haud mediocres poenas penderes:

Idq. ubi obrigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum

Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.

Ibi cursu, luctando, hasta disco pugilatu, pila

Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauis.

CVnde mihi cōijciendū uidet pueris summo mane palaestrā aduendi praeceptū fuisse, ut uirorū, qui tūc non aderant, commercium uitarent, atq. etiam litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amor. in 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 *δορυθήλειον*, & a Galeno *γυμναστήλειον* uocatus. Nisi enim Coriceū apud Vitruuiū talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omnium maxime necessaria extitisse dicendum esset, quā non solū in publicis gymnasijs, uerū etiā in priuatis affuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae suae

Lib. de se.
ad Posth.Lib. 1. & 5.
Epist.

suae Laurētinae ac Tuscorū apodyteriū inter alia adnumerat: unde D
 illorū sentētiās probare nequeo, q̄ Coryceū in Vitruuij textu legē
 dū putarūt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis agerēt aut cou
 riceū pro tonstrina, aut coriceū tāquā in eo puellae, & virgines χο
 ραία Graecis uocatae exercerent. Quarta pars erat cleothesiū a Iu
 lio Polluce ἀλειπθίων, a Caecilio Plinio unctuariū uocatū, atq. in
 isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inuituri ungebant
 tur, redungebāturq. Sed, quoniā oportunitas rei postulare uide
 tur, ut de hoc gymnastico ungedi munere uerba faciā, neq. Metro
 dori Scepsij ἀλειπθίων, i. de ungerendi ratione citatus ab
 Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicā: primū, quādo, & q̄
 ungerentur: secundū, quae esset unctiōnis materia: tertiū, cuius fi
 nis gratia ungerētur: quartū, quo modo, & a quibus unctio admini
 straretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasiū uenie
 bāt, maiori ex parte spoliabātur in apodyterio: postea horū nōnul
 li, & praesertim qui uel luctā, uel p̄cratiū inire intendebāt, (nā pu
 gilatores, cursores, ac alij multi unctiōne nō egebant) alipteriū in
 gredientes ungebātur, atq. ita uncti ad locū, ubi erat puluis, de quo
 loquar inferius, trāseuntē puluere cōsperebantur, sicq. deinceps
 in exercitationes diuersas diuersi prodibāt: postquā uero sese, quā
 tum libuerat, exercuissent, iterū ad unctuariū reuertentes ibi a Me
 diastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

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

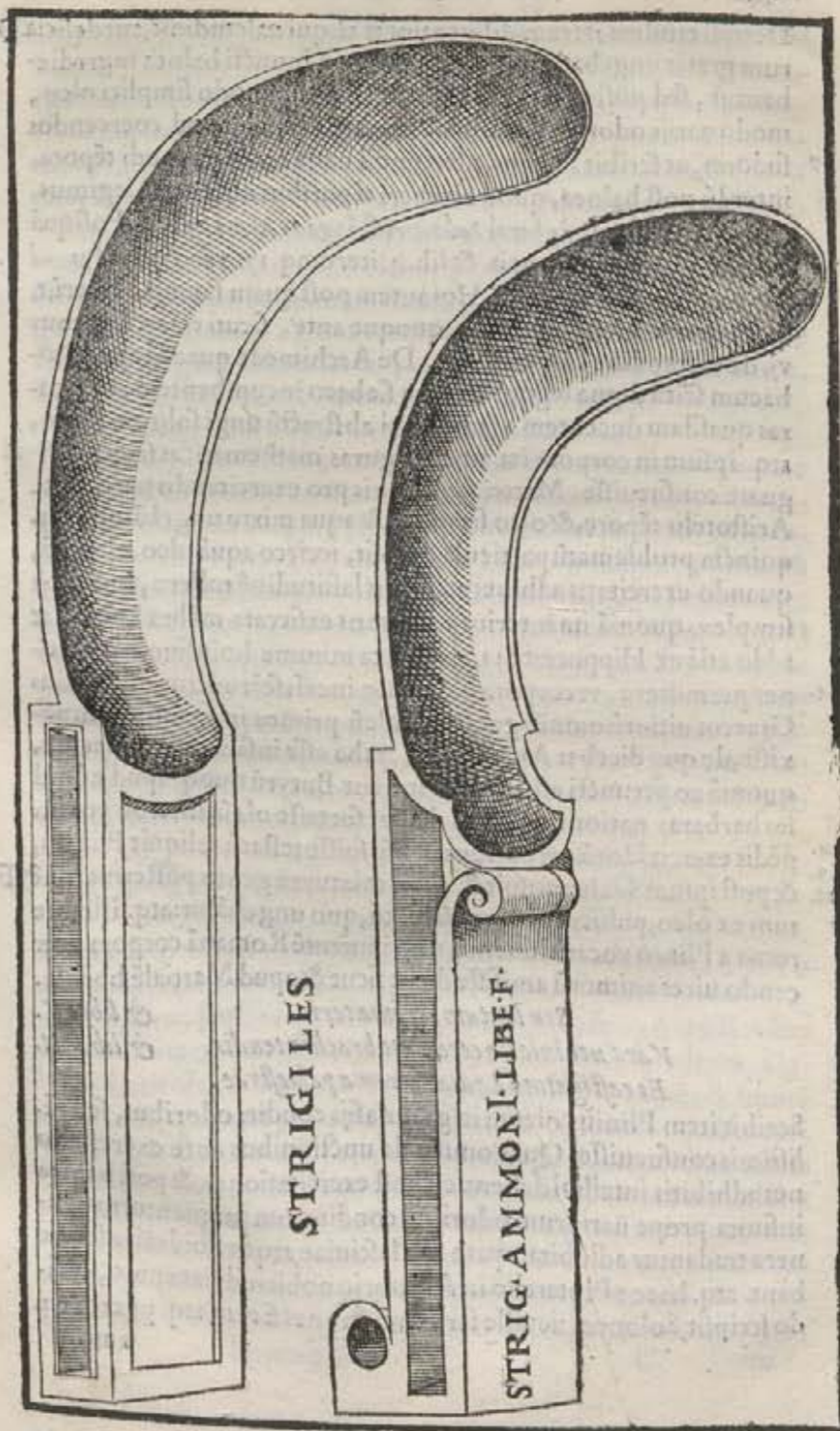
de tergebantur, in qua deterfione oleum, puluis, & sudor, quae de
 radebantur, simul mixta in usum medicum adseruabātur, & ab At
 ticis κοισαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride Pli
 nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicen
 na libro secundo faciat mētionem etiam sudoris sicci athletarum, E
 quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. &
 quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, ni
 hilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel li
 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 autē erant, uel aurei, uel argētei, uel cornei, uel eburnei, uel
 aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus ra
 debantur. Aerei strigiles erāt, quorum p̄ctura hic ponitur, quae
 olim inter Trajani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.

Li. 2. epist.

Lib. 1. c. 1.
 Lib. 34. c. 8.
 Li. de sim.
 me. 81. & 4.
 de to. ua.
 Libro 5. &
 10. de sim.
 med. &
 lib. 2. c. 17.





li. 21. c. 19.

Deterfi tandem iterum diligentiores aliqui ualitudinis, 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
sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungenti tēpora,
interdū post balnea, quod Homeri tēporibus obseruatū legimus,
ut in 3. Odyf. *Αὐτὰρ ἐπεὶ λούσιντε & χρίσει λίπ' ἐλαίω,* i. Postquā
lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumq. 17. *τὴς δὲ ἐπίδμ. αὶ
λούσαν, & χρίσει ἐλαίω,* i. Hos autem post quam famulae lauerūt,
& unxerunt oleo: interdum quoque ante, sicuti refert Galenus
vj. de ualitudine conseruanda. De Archimede quaedā apud Sto-
baeum scitu digna leguntur: eum sabaco incumbentem, & figu-
ras quasdam ducentem a famulis ui abstractū ungi solitum fuisse,
atq. ipsum in corpore ita uncto figuras mathematicas saepe desi-
gnare consueuisse. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit.
Aristotelis tēpore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebātur: Is n.
quincta problematū particula scripsit, iccirco aquā oleo admixtā,
quando exercitatis adhibetur, magis lasitudinē tollere, quā oleū
simplex, quoniā ita interius penetrans exsiccata mēbra humectat
addo etiā ex Hippocrate 11. de diaeta minime huiusmodi unctio-
nes permittere, vt corpora plus iuxto incalescāt auctor est Plinius
Graecos uitorū omniū genitores oleū primos in gymnasia inue-
xisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharmacum,
quoniā eo peruncti athletae insanirent. Butyrū quoq. apud nōnul-
las barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleū, interdū pro un-
gēdis exercitatorū corporibus in usu fuisse testatū reliquit Plinius,
& post ipsum Galenus: fuit & aliud mixturae genus posterius inuē-
tum ex oleo, puluere & cera cōmixtū, quo ungebātur: atq. illud ce-
roma a Plinio uocatū inuenio, quo iuuetutē Romanā corpora exer-
cendo uires animorū amisisse dicit: sicut & apud Martialē libro 4.

Lib. 15. c. 4.

li. 11. c. 14.
& li. 28. c. 9.
3. de alimē.
fac. c. 15.

Seu lentum ceroma teris & libro V.

Vana 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: cū post exercitationes, & post balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini in serui-
bant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quā-
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctioes siccas, atq. puerorum

amo-

A amorem, nō item mulierū coniugium, nisi potius unctioes extra
balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedi-
ctis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab aucto-
ribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae māda-
uit terrarū puluerem oleo admisceri solitū, ut suo frigore, & siccita-
te olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. Prob. 19.
volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cō-
sueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo
sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialo-
go, *Ἐπιγυμνασίων*. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere
se se 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 potissimū
usum pulueris existisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exer-
citatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore disfluere, aut
uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de causa a Martiale
pulis ille *ἀφῆ* 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, *ἀνορτί* nomen promeritus. cuius rei men-
tionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens.

lib. 1. epist.
1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnat.

C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?*

Ex quo satis mirari nequeo Budaecū, uirū sane doctissimū, q̄ in suis
ad Pandectas adnotationibus hoc nō uiderit, malueritq. *ἀνορτί*, i.
ἀνδῶ ἀγώνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, q̄ credāt oleo
exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuādas lasitudines. Ga-
lenus sentit oleū tam ad exoluendā praeteritā lasitudinē, & futurā
mitigandā, quam ad praeparandū ad motus cōduxisse. quibus cerā
additā cum Galeno opinor, quo oleū alioqui fluxile diutius adhae-
reret. Quae uero post balnea adhibebātur unctioes, nemo dubitat
inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue refe-
ratis a balnei calore meatibus natua caliditas exspiraret. quamquā
etiā aliqui deliciores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis un-
guētis, aut sicci diapasmatis ad cōprimendū immoderatū sudorē,

6. de tu. va.
c. vlt.

Gymnastica.

C ut

li. 13. c. 1. &
li. 21. c. 19.
lib. 1.

ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis. **D**

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate virus.

Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipsum fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicissim unctum, quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasticis, atque reuictoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctiois penetrationem fricantes tandem uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, & prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut plurimum in Alipterio fiebant: qui nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. 7. lib. 4. ac Martialis lib. 14. existimo illud eos agere solitos, ut sordes a corpore melius eluerent, atque exsiccarent, quantum enim abstergere possit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat Conisterium, Polluci *zovis* uocatum, quinta gymnasijs pars, in quo positus puluis conferebatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

li. 35. c. 35.

& Aegyptius, quemadmodum & Patrobius Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenam tenuissimam non multum a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandemque a Leonato Cratere, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cum reliquis militaribus commercijs portatam. cui forsitan haud ab similibus illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnam describens loquitur. **F**

Inquies vicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philemum irridens, quod Palaestrarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inferuebat. *aphem* namque tactum significare, nemo nescit.

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



ACTENVS quinq. Gymnasij partes, quae etiam in palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniuntur, Philosophorum exedras, Ephebaeum, Apoduterium, urctuarium, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaque sexta pars locus quidam palaestra uocatus,

Acatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut fauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatam, appensionem manibus ad funes exercitationem qua stabant pedibus & manibus in pugnum uinctis, easque alteri aperiendas porrigebat qua potera manibus attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Orbasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumque exercendis corporibus idoneum, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q. F. prima, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quinto Aeneidos;

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, *Eccum a sua palaestra exit foras.* Tertio certam gymnasijs partem, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Orbasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit

Alberoforo, palaestra, stadio, & gymnasijs?

Miser ah miser. & Afranius scribens.

Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest, Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

Quod autem a Palaestrae muris, stauis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abradentur, & in uarios medicinae usus seruantur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmenta quadoque a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarum interdum palaestram uocari, sicuti quandoque M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* necnon Plauto in Charmide pro Tauri palaestra locum significauit quo uiri docti ad colloquendum disputandumque conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum, ubi athletae exercebantur, & in quo solum lucta, & pancratiu non cur-

C ij sus,

In Bacchidibus.
2. de tu. ua
let. ca. 9.

6. collee. e.
14.
De Berecithim.
li. 1. ca. 36.
li. 5. de sim. med.
lib. 1. de legibus.
lib. de claris Orat.
lib. nat. histo. 27. c. 4.

Prob. 4.



sus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque D
 palaestram nuncupavit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis
 studentes exercerentur quo pacto accipiendum reor apud Hipp.
 quum in principio primi Epid. narrat tubercula ijs esse oborta, qui
 in palaestra, & gymnasijs exercebantur. Forfan autem dubitavit ali-
 quis an in palaestra hac pulvis stratus esset, quoniam Galenus ipsam
 a loco, ubi pulvis erat, separasse videtur hisce uerbis: *ἀλλὰ τὰ μὲν*
ποιῶντα κ, χωρὶς παλαιστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύνανται γίνεσθαι
καὶ ἐπιούνη χωρίον ἐπιεσπτον ὀρθῶν ἐσώτων. ὅσα δὲ παλαιόντες εἰς
ἀλλήλους δέσσειν ἀσχοῦντες τὸν τόπον, ἢ τοὶ κόνεως βαθείας, ἢ πα-
λαιστρας δέονται. i. Sed & haec absq. palaestra, & alto puluere in quo
 cumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero
 lueta inter se contententes agunt robori acquirendo incubentes,
 uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita responsum uolo, E
 etiam in palaestra fuisse stratum puluerem, sed humilem, ac modicum, ita
 ut duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterum extra
 palaestram: in illo pulvis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius
 pulueris in utroque usus erat, tum ut certantes firmiter contendere,
 neq. pedibus laborarentur: tum etiam ut qui in terram deiciebantur, mi-
 nus laederentur: At altus pulvis hoc amplius habebat, quod dum
 homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ut ad eos tol-
 lendos opus habebat, atq. inde robur maius comparabant. Quae om-
 nia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n.
 alto puluere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas,
 facpius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescen-
 tem quendam narrat ex concitato motu per loca profunda, & are-
 nosa facto ualde exsiccatum ad gymnasiu se contulisse: quod ex ijs F
 esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerce-
 ri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actioni-
 bus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus con-
 natur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasijs pars fuit sphae-
 ristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cuncta pilae exer-
 citia, quae plurima existisse infra demonstrabimus, frequentius,
 quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descri-
 ptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur,
 in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinim-
 mo & in particularibus gymnasijs hortusue Sphaeristiriū una cum
 alijs constructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorum
 Plinij, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq.
 sphaeristiriū ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque
 cir-

2. d. tu. ual. cap. 9.

lib. 11. de usu partiu. & li. de causis proca- tarticis.

lib. 1. c. 4.

A circulos caperet idem & ex eo Pandectaru loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quintus hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Rauēnae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristiriū & hypocausta & quaedam ipsius ualitudini apta sua impēsa faceret. Unde quoque facile conijcitur in sphaeristirio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quando & in ipso Vespasianus fauces, ceteraque membra (ut tradit Suetonius) sibi met ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, nec non tota peristylia area quae & ad subministrandam porticibus, ac cellis lucē factae erant, & ad spatiandum, aliasue exercitationes obeundas; quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum conculcatu paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantu solo forent. In his cursum factu existimo, atque ad id tum diuili, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diuulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tamen apud Vitruuiū nil aliud fuerit diuulos, quam peristylioru quadratorum circumitio, duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemē & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate serē semper exercebantur, ac ambulabant; atque has *περὶ ἐγυμνάσιον* a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus consitae ad praestandū amoenitatem, atq. illis, qui a sole offendebantur, umbrā. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De iisdem quoque Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomachus apud Xenophontem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationem in uillis, quam in cursibus sub hisce uerbis: *Τῶ δὲ σφῆ κη ἐμῶ ἐταίρω*
περὶ θόμῳ Α' κου μὲν ἠ κατα τὰς ὁδὸς ποιοῦμαι τοὺς περὶ πᾶτους.
φησὶ γὰρ ἀποπρωτέρως τῶν ἐν τοῖς δέμοις εἶναι. i. Tuo autem, & meo
 Gymnastica. C iij socio

lib. 2. epist. & 5. lib. 17. c. 16

” ” ” ” ”

lib. 12. Loca citato. In Oecon.

” ” ” ” ”



focio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe D
quas minorē lassitudinem ijs, quae fiunt in curfibus, 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: *ὅτε πατῶντι μοι*
ἐν τοῖς τῶ ξυβῶ περὶ τοῖς, hoc est, ambulanti mihi in xyfti ambu-
lationibus, quod eius interpreshaud exacte percepisse uidetur. Ne-
mora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Nero-
nianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum secisse scribit Lam-
pridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyfta Graecorum.

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

DE CIMA gymnasiorū pars fuit Balneū, quā ob delicias, E
atq. sanitatem omnium maxime aestimatā fuisse certū
est, quamue cunctis alijs maiorē, & pulchriorē existisse
opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tēpora deplorat)
omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tēpore Hippocra-
tis, & antiquorum fere omnium usq. ad Asclepiadis & Pōpei aeta-
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 exstue-
bantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in pri-
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 resulissent, 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 sudissent. Ne sta-
tuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur,
quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gēmas calcare vel-
lent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptū
qui lectitarit, non poterit maiorum in exstrendis 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-

3. com. de
uic. acur.

Epist. 27.

lib. 6.
lib. 1. Sil.

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 corruatā omnes sciunt. & quāuis
apud Galenum aliosq. saepenumero de medicatis balneorū aquis
mentio fiat, illis tamē aegroti, aut ualeudinarij utebantur, nō gym-
nasia ingredientēs, 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-
rio, frigidam lauatiōē siue *λῆτηρον*, frigidarium, tepidarium, suda-
tionē calidam, & calidam lauatiōem. 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 accepit, quando Romani nondum thermarum ea
admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis
lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue *λῆ-
τηρον*, 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-
tio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequerentur
siue ob ualeitudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus,
quem rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauasse 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 desuerunt 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 lauatiōe, ubi alia frigida aqua seruabatur, existisse, cum in fri-
gidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

C iij potest,

lib. 3. epist.
ad Q. Fra.
epist. 1.

potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parū distabat, adeo ut loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephæbæū, frigidam lauationē, & reliqua loca transire necessum esset: tum quia probabile est in Ephebaeo homines sæpius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaquā nudos cōspici honestū erat. ex quo ad hæc omnia euitanda facile est in frigidario sese exuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quā ruri apodyteriū quoq. fuisse balnei partem, quemadmodū etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis tēperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasteriū temperati debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidariū ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor statuit, calidarium, calidā lauationē, quam *ἀσπερ* uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed hæc potius coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquā hic dubitare debet quā Vitruuius unā partem, Galenus aliā *ἀσπερ* uocent, quandoquidē non est rationi dissentaneū, utraq. eo nomine designatas esse, cū in ambabus homines lauarentur. Illud etiā hoc in loco commemorandū est, publicas balneas hanc partem admodū uastam, & cuius peruiā habuisse, ita ut uestimenta eorum qui lauabantur, facile surripi possent, ob quos lege cantū fuit fures balnearū grauius esse plebetendos quemadmodū præceteris copiose docuit Aristoteles sec. xxix. prob. xiiij. quamquā & capsā, reos uocatos in eum conducere usum consueuisse balneatores atq. alios sciam ut uestimenta, laudorum a furibus conseruarent, quod intellexisse puto Iuuenalem F. eo uersu x. Saty.

Quem sequitur custos anguste uernula capsae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum custode foris tunicam seruante puellae.

Certent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Linteā ferret apro uacuus cum uernula nuper

Et supra togulam lusca sederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominū generibus inueniebatur, tum illis, qui tēpore aeris aut aquae, vel utriusq. ob uoluptatē, siue ualetudinē frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebāt; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursus a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam laua-

2. d. rerull.
in pro. 5.
epist. lib. 3.
de tu. uale.
10. col. c. 6.

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrent, alterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabatur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum 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, inuississet, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicū coniuncta interdū fuisse saltem post Vitruuij tēpora opinamur, etsi is lib.

B. v. cap. x. huic sententiae omnino ad stipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullā aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimū instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, hæc contra sui temporis mores scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianā uisitatē Laconicis excoquimus, & ex alto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorē prouocabat, haud aliter, ac super Baias mytretis, ubi tēpore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epist. ubi ait.

sane myrteta relinqui

Diētaq. cessantes neruis elidere morbos

Sulphura

C.

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

Ritus si placeant tibi Laconum,

Contentus potes arido uapore,

Cruda Virgine, Marctaq. mergi.

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

lib. 3. epist.
ad Q. P. ep.
prima.

li. 5. c. 14.
lib. 2. c. 16.

li. 3. ad Q.
F. epist. 1.
In pro.
li. de re rull.
titic.

li. 1. ad Val.
lam.

Lib. 6.

quoniā mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus D
aedificato ludū pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristiro
v. Epist. li. fieri cōsueuissē tradit Plinius, exerceret: fuisse namq. (ut est in pro
uēbio) camino oleū addere, si exercitationes per se corpora ualde
calescentes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uer
ba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

Qui Laedaemonium proptysmate lubricat orbem:

nam taxat quendā qd in Laconici lolio copiose exspuēdo efficeret,
quo minus in ipso pedes ambulantiū firmari ualerent. Post Laconi
x. Metho. cum sequebatur cella calida labris aquae cōtinendae postis referta.
in qua qd lauarētur, calidae lauatiōis a Vitruuio, & a Galeno λου-
τρον nomen adepta est. hanc puto Archigenē apud Galenū viij. de
cōposit. medicam. sec. loc. uocasse ζεσν. Erat nāq. primaria balnei
pars, & proindea nemine de ipsa quidquā est in cōtrouersia positū. E

Cur Vitruuius in Balneis gymnasiōrū construendis nullā tepidarij
mētionē faciat, cuius, dum priuatorū balnea doceret, aperte memi-
nit, nō sum admodū certus. quoniā si illud sub cōcamerata sudatio-
ne intellexit, sequeretur etiā in tepidario sudari cōsueuissē, cū tamē
in superiori capite sudationes & tepidariū distinxerit, si sub calida la-
uatione tepidariū ab ipso cōprehensum fuisse placeat. quomodo er-
go calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiusdē libri initio tam-
quam diuersa fecit? Itaq. dicendū est forte concameratā sudationē
& laconicum, & calidā lauatiōē cōplecti; tepidarium uero omis-
sum, quia Graecorū palaestrae id non haberēt. Quod porro scripsit
Pollux libro septimo, ἀλειψήθειον apud Alexim fuisse balnearum
partē, nullo modo probare ualeo: cum idē alias ipsum inter gymna-
siorum partes adnumerauerit. nisi uelimus penes Antiquos βαλ-
γείον significasse totum gymnasiū ipsum. Atq. haec sufficiant de pu-
blicorum in gymnasijs balnearū partibus. Fuerunt & innumera
fere priuatorū balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus ca-
ruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi nō est insti-
tuti nostri uerba facere. Quae autē loca non essent intra balneas,
sed ipsis tantum inscruiant, primo hypocaustum cōtinebant, quod
secundū Vitruuij descriptionē erat fornax seu caminata structura
subterranea calidario, calidae lauatiōis, atque uasario supposita, in
qua ad calefaciendū tum aquā, tum praedicta loca ignis succēdeba-
tur, & ne exstingueretur a feruis fornacatoribus ob id in Pandectis
a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis exci-
tabatur, de lignis autē in hunc usum adhibitis narrat Plutarchus x.
prob. lib. iij. sympol. aediles cauisse ne ignis balnearū ex olea suc-
cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliū, qd horū nidores graue
dinē capitis, & uertigines lauantiōibus inuehant praedictarum pila-
rum apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet lib. 1. 51.
solum caldariorum ita sternēdum esse inclinatum ad hypocaustum,
uti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad
praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De
his loquebatur Staius in descriptione balnearum Etrusci.

Crepantis

Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat

Audibus, & tenuem uolunt hypocausta uaporem.

Vnde cuius manifestum esse potest, in quā graui errore uersentur
illi, qui Hypocaustū, & Laconicū idem fuisse crediderunt. Auctor
est Seneca iij. nat. quae. cap. xxii j. nec non epist. xc i. tēpēstate sua
Binuentos esse parietibus impressos tubos, per quos circumfundere-
tur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero ca-
lorem immitti cōsueuissē 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 aperto

Voluit anhelatas tectoria per caua flammis,

Inclusum glomerans aestu expirante uaporem.

Horum autē tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae cōspi-
ciuntur in Diocletiani, atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocau-
stum uia quaedā erat propnigeū, quasi dixeris praefurniū a Vitru-
uio uocata. Aquarium cella erat calidae lauatiōis, atq. calidario ad-
C nexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendā aquā ex
aqueductibus, aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidā lauatiō-
nē, & calidā per fistulas corriuandā. Non lōge ab hoc situm fuit ua-
sarium, ubi uasa cōseruabantur balnearū seruitijs necessaria, & ubi
aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa lib. 5. c. 10.
supra hypocaustum tria cōposita fuisse, unum calidarium, alterum
tepidarium, tertiū frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in
calidarium, quātum aquae calidae exisset, insueret, de frigidario in
tepidarium ad eundē modū. De aere balnearū, qui extrinsecus ad-
mittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a
Septentrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria
ab occidente hiberno lumen habebāt. Quod Oribasiū significasse
puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balnearum do-
mos ad octauam horam uersas cōstruxisse scribit. Sin autem natura
loci impediuisset, utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in
medio



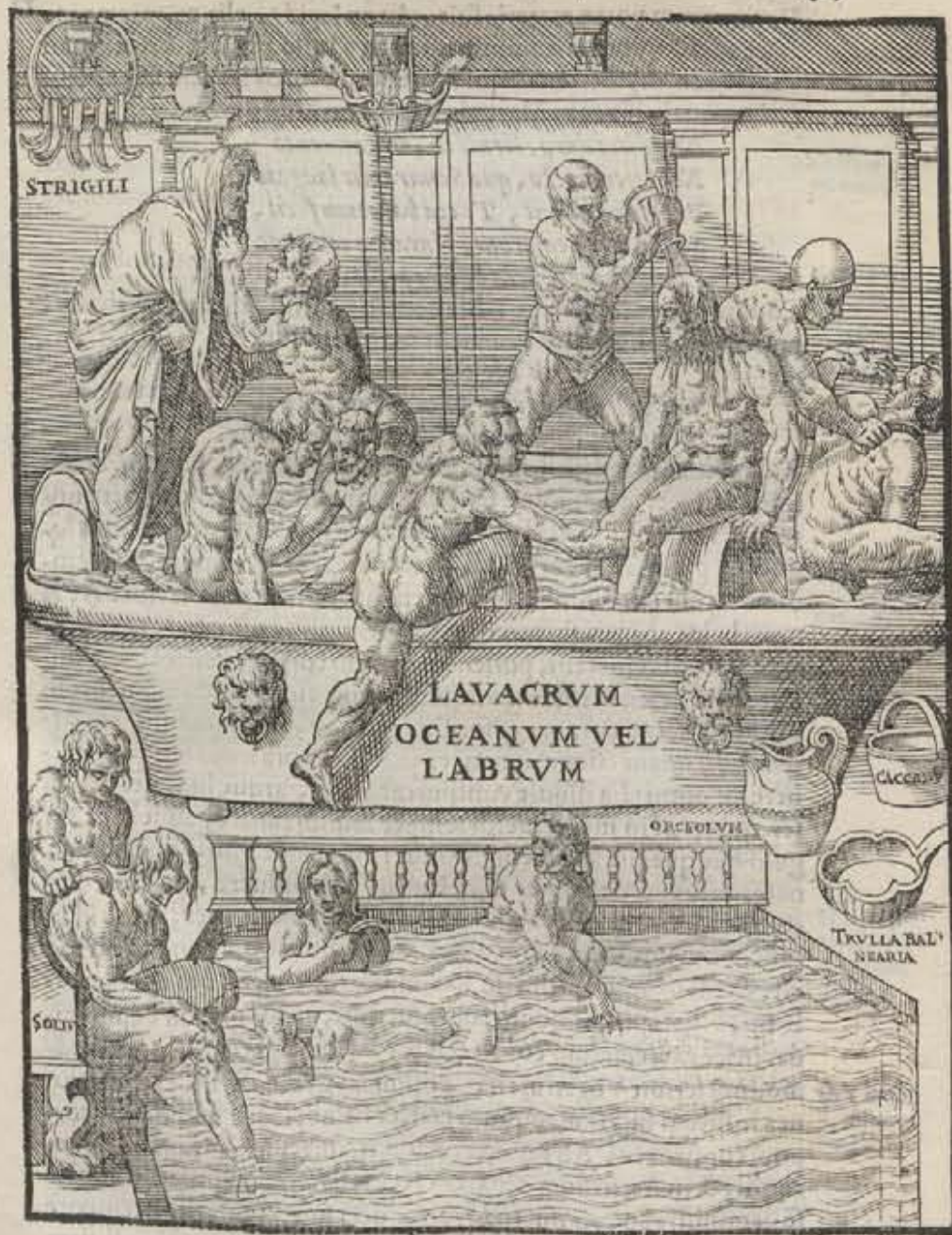
medio camerae foramē latū relinqueretur, sub quo labrū exstrue-
 batur: circa labrū erāt spatiosi quidā margines, aut porticus, a Vitru-
 vio scholae uocati, in qbus occupato a prioribus lauationis loco reli-
 qui circūspēctātes recte stabant, nec suis umbris lucē, q̄ superius cap-
 iebat, obscurare poterāt. De aeris porro intra balneū existētis sta-
 tu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauisimis scriptū reperio, an-
 tiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alex. in
 lauacro ēt febriēs, Galatarūq. mulieres pultis ollas in balnea ferētes
 una cū pueris lauarētur, & māduarent; at eorū tēpestare maxime
 calidas in pretio habitas fuisse, adeo qd. de illis dicere licebat *Huc*
Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.
 Quales sortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Mar-
 tialis sic scribit libro quinto.

Epist. 87.
 lib. 8. sym.
 prob. 9.

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

Nihilominus tēpore Galeni, qui paullo post Senecā, & Plutarchū
 floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquā fuerunt. Quinim-
 mo etiā morē illū calidioribus utendi haudquaquā tunc omnibus
 cōmunem fuisse, sed aliquibus peculiarē, pro cōperto habeo: et si Se-
 neca testat apud ueteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio fun-
 ctos esse, intrandi ea balneorū loca, quae populū recipiebant, exigē-
 diq. munditias, & utilē ac salubrē tēperaturam procurandi: sed tem-
 pore suo illud in desuetudinē abiisse, ut balnea tunc similia incēdio
 forēt, narrat Plinius lib. 33. cap. 9. vt cōualescētes balnearū aestus to-
 lerare possent salē linguae subditū praestitisse. Vasa quibus lauabā-
 tur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae nō mouebantur, ex
 lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione,
 in frigida piscinae & baptisteria nūcupabantur: adeoq. magna erāt,
 ut etiā in ipsis aliquo pacto natāre cōcederetur: atq. horū uestigia
 adhuc Romae in aliquibus thermae sū ruinis cōspiciūtur: Quae mo-
 ueri poterant, tamēti in priuatis balneis ut plurimū fierēt; attamē
 in publicis quoq., sed ob priuatorū forsan vsus, exstitisse opinor: &
 haec diuerfas figuras habuerunt, alia quadratā, alia quadratā oblon-
 gā; alia rotundiusculā, alia ovalē, sicuti nunc apparet ex uetustissi-
 mis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autē unā dūtātaxat formā da-
 mus, a Pyrrho Ligorio ex suis praclarissimis reiū antiquarū monu-
 menti cōmunicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis re-
 bus intelligendis sagaci lectōri accommodatissimam putamus.

Epist. 87.





Lib. 7.

Lib. 9.

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

*Non silice duro, struētili, ve caemento
Nec latere coēto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Ut 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 Rhinocerate lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba.*

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo E sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta no tari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus existit. (de sanis lo quor & gymnasiarum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetu dinariorum lauationibus sermonem haberi non postulat locus) Pri mam balnearum 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 sordibus tumentur, usus inuentus: aut sal tem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a pul uere, & omnia illuue 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 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 molliem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

Libro 1. de re milit.

ab

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentibus corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob de licias ufos 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 Titum Imperatorem hac de causa interijisse, ex relationibus eoru, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui in ualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroboran di, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico re latum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod per suassissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, & quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero esferentur. Summatim ob quattuor causas balnea in usu existisse scribit Cle mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγίαιας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepesciendae, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, nec non ad corpora emollienda: quae ideo ἀθερρωγναφία uocantur. Calidis & tepidis ad conci liandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut ro bustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior cua deret; ideoque fere post calidas balneas ea adhibebatur. quae usum primos omnium Euphorbum Iubaes regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Malsiliensis, damnato calidorum bal nearum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at que in lacus aegros mergebat, qua dere extat Senecae ad stipula tio, sese phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut re ferunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium (ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauacionem conferre opi nati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepe 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 cimam quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.]

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur.

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

Dum tu quadrante lauatum

Rex ibis & Iuuenalis.

Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

In libro de tu. ualet.

Aetius li. 6 cap. 10. Lib. 29. cap. 1.

lib. 3. pac. dag. c. 9.

Li. xxviii. cap. 4. li. x. colle. cap. 7.

Sat. 2.

Sat. 6.

Queritur



Lib. 10.

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

Quadrantes.

Quod forsitan uel ob diu-
turniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs
cōtingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse:
quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo consti-
tuisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cū ita uili pretio liceret,
nullum genus hominum a publico balneo arcebat: pueri iuue-
nes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: sed prae
caeteris, phoaschos, cytharoados, praecones, tragoedos, comoe-
dos, 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.

3. d. comp.
med. f. G.

Lib. 7.

*Menophili penem tam grandis fibula uellit,
Vi si: comoedis omnibus una satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitem uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.*

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, in-
fibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum
balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymna-
siorum 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.

In fine. 2.
ope. & die.

Μηδὶ γυμνασίου λουτρῶν χεῖρα φαιδρῶν ἴδαι.

ἀνέξα. 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 men-
struis recremētis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. qui-
bus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius
aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Roma-
nos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue la-
uandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitari, neque affirmare
audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educa-
tioni Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis te-
stimonij mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

μυσοῦ

saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauuisse comprobat, qui libro de analo-
gia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum
ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus
in oratione de promulgatis legibus idem cōfirmare uidetur, cuius
verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nō patiebatur utrū-
que sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Ni-
si dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla,
uel angustissima, & uilissima exstiterē, sed de priuatis esse intelli-
genda: quemadmodum forsitan Vitruuius intellexit, ubi utriusque
sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero postero-
ribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurimum
probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter
quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum femi-
narum mores carpens haec scribit.

lib. 10. c. 3.

lib. 5. c. 10.

Sat. 6.

B

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

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempo-
re Iuuenalis publicas balneas aduuisse, ibique & exercendo, & la-
uando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius
tempestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta catervis

Lib. 11.

Balnea denit at Blatara? &

Cum te lucerna balneator exstincta

lib. 3. in Ve-
tulinam.

Admittat inter busuarias moechas.

C

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 nu-
das in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans
Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reli-
quit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad
libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt,
quae cum uiros, ac a uiris nudaee uident turpiter, ac uidentur, non-
ne ipsae illecebram uitij praestant. Cui sententiae multa etiam si-
millima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione
fuerit prodita. His itaque omnibus cuius perspectum esse potest,

lib. 3. c. 5.

Gymnastica.

D

non



non paucis tempore cum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D
 feminae atque uiri in promiscuis balneis lauantur: quando etiam
 non desuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procaci-
 tatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem
 scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari noluisse: sicut
 & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse,
 eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum pro-
 hibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item ali-
 quando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis bal-
 neis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis causa
 intrarent, sub repudij, & dotis amissionis poena: quod postea in
 l. fin. tit. de repud. & in autentico de nuptijs profanico receptum
 fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae mulieres in fe-
 minarum dumtaxat usum fuerint extractae, quales Agrippinae E
 Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, & quas
 Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum forsan ho-
 minum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi pe-
 nes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie
 brachia, & crura abluant: tot nudinis solum lauabantur. Ce-
 terum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto
 corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a plu-
 ribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. no deerant
 tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habi-
 ta ratione lauantur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tem-
 pore suo narrat, quem aetate antiquorum medicorum, cum rari
 post cibum lauantur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem
 maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F
 ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adno-
 tauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari con-
 sueuisse: quod similiter ante illum inuenisse Martialem eo uersu
 uideri potest.

Epist. 87.

Lib. dette. rig. & spof.

In libro de paruae pi- lae ludo. Lib. 4.

lib. 31. c. 3.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?

Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quoda
 significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim ac-
 currerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundis-
 simam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis la-
 uabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempo-
 ra nunquam thermas ante aurora m apertas fuisse, & semper ante so-
 lis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorom publicarum
 thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent.
 Non me laret quosdam alijs horis lauuisse, sed uel extra gymnasia,
 uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel con-
 suetudinis, ut scribit Martialis de Fabano.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora

Te sequar Agrippae, cum lanex 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.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam nemine nisi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticum, 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 octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, ac cubuit, *euotulu* agebat, itaque & edit, & bibit *ad hoc*, & 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 *ad hoc*. i. sine timore, & iucunde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus

C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille *euotulu* agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti *διατητικη* a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & *νεωτικη*, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius *euotulu*, est illa *αγογη*, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiolorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Aesclepiades Prusienensis 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 Cellus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerant,

Lib. 5.

&

Lib. 4.

Lib. 11.

Lib. 13. Ep.

ultima.

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

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

D ij cum





eum frequentiore reddidit. Undecima, ac omnium postrema in D
 gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas
 certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphaerium quod-
 dam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spe-
 ctatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an
 autem inter ipsum & xystu seu peridromidas murus intercederet;
 atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiolorum athletae in
 arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur,
 rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne
 cuius pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio com-
 probari 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 mul-
 tis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio B
 non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut
 nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloa-
 cis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi
 commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praeter-
 missa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popi-
 nas, 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 forsitan
 Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia
 popinarum meminit. Haecenus de antiquorum gymnasijs.

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



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam sua-
 det, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in
 die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudi-
 nis 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, si quis meliori iudi-
 cio, ac eruditione praeditus, uerjorem aliquam, & magis rationi
 consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri ma-
 ne exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & ue-
 spera 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 ci-
 bis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, Mar-
 tiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) com-
 probatum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus no-
 stris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stra-
 tis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes,
 doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs aucto-
 rum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demon-
 strandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum unde nam hae
 duae consuetudines principium acceperint & quomodo uere ac-
 cumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex re-
 centioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin posteris du-
 bitandi, & plura desiderandi occasionem reliquerit. Quod an ob
 B rei obscuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego sane
 utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenae consuetu-
 dines a balneorum usu manasse existimo. & primo ut ita de accubi-
 tu sentiam, pluribus, ijsque non spernendis coniecturis adducor,
 quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo fre-
 quenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Pro-
 corum apparet.

*ἔς δ' ἦλθον μιν ἡρως ἀγχιόροες, οἱ μὲν ἔπειτα
 ἔθρον' ἔθροντο, κατὰ κλισίαις τεθόρυτοι:* id est,
*At proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
 Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis*

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

C *ἔς οὐ θεοῖσι θρόνοι παρὰ τρεῖς ἢ Μενέλαον:* id est,
Thronis sedebant prope Stridem Menelaum,

ficque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim
 balneorum usu, una quoq. huiuscemodi accubitus incrementum,
 praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando
 scilicet uiri tantu, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. &
 Isidorus ex Varrone testati sunt, accubebant, nec cum ipsis lauaban-
 tur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῶν αὐτῶν ἰματίων ac-
 cubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore
 Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Po-
 litic. scriptis, ubi puerorum institutionem tradens Iunioribus
 praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priusquam in
 commensationibus cum alijs discumbere (κατακλίσεις uoce uti-
 tur) ualere: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni,

Gymnastica.

D iij

atque

3. partie.
 Prob. 32.
 Epist. ad
 Dionem.

1. Odyss.

10. Etym.
 .. dip. nos.



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

*Ergo ubi contigerint positi tibi manera Bacchi,
Atque erit in socy femina parte thori. &
Cum premet ille torum, vultu comes ipsa modesto
Ibis, et accumbas.*

& 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 accubentes cenasse rationi consen
taneum est: nō solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ra
tio ita postulasse uideatur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus
mulieres cū uiris accubentes repraesentantur, illae certe figura qua E
dam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedentes, & nulli alteri rei
cubitis innixae accubentes, & edentes cōspiciuntur. At quo pacto
uiri accubent, opera e precū me facturū auguror, si postquā locus
inuitat, breuiter explicuero. Viros. n. scribit Plutarchus, in princi
pio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor *παλα
ταίς*) mensam, ut plurimū tetigisse: quo sola dextera manu illā cir
cumire possent, in sine uero se ipsos in latus ita, ut acutā corporis fi
gurā, redderēt, uertisse. *ού κει δὲ πειθοῦ, ἀλλὰ κατὰ γράμμιον τῆς
χώρας ἀπὸ ἀριστερῆς.* 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 causas, ob quas ueteres in princi
pio cenae arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc F
ἐπὶ τὸν δεξιὸν & τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati
uero *ἐπὶ τὰ πλάγια* uertebantur. ita, quod ubi edebāt, capite ere
cto ac humeris, spina uero dorsi modicē reflexa, ac reliquo corpore
resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uo
lebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

2. de arte
amandi.
lib. 1 amo
rum.
Eleg. 4.
lib. 1. c. 2.

5. Symp.
Probl. 6.

Saty 4.

*Nam plurima dixit
In laenam conuersus, at illi dextra iacebat
Bellua: sic pugnas Cilicis laudabat, & iētus
Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.*

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

A cilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, cōuiuus trucidat
um 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
uictus 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 forsā omniū Romae Octauio
Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postre
mo Patauij Ligorio, absq. marmoris uisus 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 artium, & antiquitatis amatores in
primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidē cōparauit, Manibus;
tum Paulo Rhamnusio filio, qui eum egregie custoduit, & nobis

indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei qd' Plutarchus de lo
co cōsulari, nec nō de tribus tricliniorū lectis disseruit, iam non ob
securū est, quā mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani fi
gura. Similiter, & q' ab Horatio de cōuiuuarū situ uarijs in locis nar
rantur, nō aliunde melius intelligi possunt, p̄sertim quādo scribit.

*Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos
E quibus vnus auct, quantis 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 exstitisse quae numerum conuiuuarum nouē excedere, nec pau
ciores tribus esse uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum,
septem conuiuū, nouē conuiciū, attestatur. Quinimmo Iulius Ca
pitolinus refert L. Verum Imperatorē praeter exempla maiorum,
cum duodecim solemnī 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

1. de symp.
probl. 3.

Lib. 1.
Sat. 4.



5. Symp. 5. nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominū copia conueniret, nequaquā accūbentiū numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo uel epulū publicū, uel nuptiale coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chacrophon apud Athenacū in vj. uideatur admittere conuiuas triginta dūtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile est necessarium fuisse uocatores illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iij. cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita uocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo, at forsā nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarū testimonia cōiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostēdunt, quaeque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & a quo E mordēdo abstinuisse uerisimile sit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarum rerū ignari faciant, & quā Galetanus Cardinalis inutiliter commentatus est facile conijcitur, etenim hebreos, ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euāgelij saepe usurpatum etiam id testari potest, quod uidi frequēter Romae conuersarentur, similiterq. Romani in Iudea, ac in usu positum sit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq. pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

Vide Simonem
non ad Nibon
pag. 39.

lib. 5.

*Omnia cum retro pueris obsonia tradas
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?*

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, seruos namque ad pedes cenantium stare solitos ex multorum scriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Seruus qui cenati 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 congestas super manus reliquias circumferri iuberet spargique ad pedes 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 excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes simul

A simul conspurcarent, & 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 se ipsis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, lanceis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincere solitos. quod minime puo 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, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus bouum potasse, indeque *νεχου*, id est temperare uinum aqua *ὄνο τὸν νεχου* id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerum etiam 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 lanceis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum alijs instrumentis nonnullis in dextro 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 maior ipsum uetustate corrosus, & pene del. tum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnoso.
philō. 11.





ACCUBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM
Patavij, in Aedibus Rhamnusianis, post Curiam Urbis
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, qđ
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 ualitudinis rationes cōsideremus, ualde rationi cō-
sentaneū erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea,
iam lotos, & deterfos, ne noxā ullā incurrerent, sed lassitudinē effu-
gerēt, lectulos ingredi, a quibus nō discederēt, sed mox prope men-
sas, & coenā parari curarēt, sicq. comederēt, p̄inde ac tēpestate no-
stra maior pars eorū medicorū faciēdum iubet, qui aut ualitudina- E
rios, aut etiā sanos lauari mādant, nā *κλισμοι* 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 postero-
ribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formā terminatum
fit. Nā & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quādo nō nul-
los uino nimiū deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi
prius, tunicamq. induere nō paterētur; sed nudi protinus ad bibendū
currerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatē,
cōmoditatē uel ullā aliā, aut honestatē ita accūbere inchoarint, quā-
do si sedētes, atq. accūbentes in cenando inuicē cōparemus, illi ualde
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 lotionē ne offenderentur, lassitudinem uel
incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingre-
dicbantur, 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-
cubisset, ut ex hisce Plauti in Stichō uerbis colligitur, potius in
subsellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis signifi-
cauit, ubi Syris cū damnat, quod in popinis sellularijs non accūbens
coenaret. Quod si quis sentētiaē nostrae id refragari uelit, qđ ueri-
simile nequaquā uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-
uatis,

li. 14. c. 21.

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in le-
ctis accumberent; & quod magna pars hominum in publici bal-
neis gymnasiarum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant;
unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime cre-
dendum esse, artices, & omnes denique, qui accumbendo cēna-
bant, semper antea lauasse, quando praesertim, ex Plauto, Terētio,
& ex lapidibus Romanis scitur accubitoris foccos & soleas detrahi
solutum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc di-
scelsisse, & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuis-
se, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt,
diuersos existisse. 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
exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis
eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accu-
buisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

lib. 1. Ser.
epill. 6.

*Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syrisco
In sellariolis uagus 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-
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 sit, acces-
suros ad publica, uel priuata amicorū cōuiuia prius se lauasse, ne sor-
dibus in die necessitate quadā contractis infecti, ceteros mundiores
perturbaret, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos,
iam uero soleas, & focchos accubitoris detrahēdi mos certū argumē-
tum est prius sese lauare consueuisse an ne inter eundem 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 focchos quibus mini-
me utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem
lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indignisse. Adde huic nequa-
quam

quam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse. D
se cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus ori-
ginē inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad
iam contractam, aut futuram lassitudinē uitandam post modicum
tēporis interuallū lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacer-
nis, alijsue in id paratis uestibus induiti cenarent, atq. inde mox au-
cta balneorum cōsuetudine usq. adeo accumbēdi morem creuisse,
ut nobiliores in delicijs maximis eum habētes, lectos nunc marmo-
reos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim
exstrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quā plures, (ut de Lu-
cio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & p̄sertim pauperes dor-
mire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uolue-
runt. quē morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditio-
rum imitationē, tam a balneis quā illoti, ita frequentissimum esse. E
cerūt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris die-
bus accubens cenaret, in qua re non secus cōtigit, ac euenisse cōspi-
citur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honestū usum, &
quasi necessitate quadā primū repertae, deinceps ad luxū, lasciuiā,
uoluptatē, aliosq. usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat uete-
res in cōuiujs oēs prope excogitasse uoluptates, nihilq. reliquisse,
quod ad deliniendos animos taceret: sic enim sermones cōiuuales
ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerūt, ad au-
ditum oblectandū musicae uaria genera adhibuerunt, unguēta pre-
tiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque
cōtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides
Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebāt;
quo fragrātia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, somnū con- F
ciliarent, ebrietatē uitarent. quantū porro cibis, & potibus delica-
tissimis cōquirendis studiū adhibuerint, nō modo fidē faciunt sex-
decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a lon-
ginquis regionibus Romā aduecta, atq. alia quamplurima a Iulio
Polluce nominata, uerū etiā multa, & prope innumera Auctorum
de re coquinaria cōmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorū in
die semel tantū sese cibis implendi cōsuetudine, eius etiā opinionis
sum, ut cū ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori
capite diximus, ueteres lauari cogentur, & a lotionē lectos ingre-
derentur, uix semel comedendi in die otii ipsis suppeteret: quoniā
si priuata cuiusq. negotia spectemus, si & exercitationū, & balneo-
rum, accubitusq. apparatus cōsideremus, magna tēporis pars ipsis
in sumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere,

lib. 11. de
terull. c. 1.

3. Symp.
Prob. 1.
6. de simp.
cap. de ane
tho.
2. Paeda.
cap. 8.

li. 7. ca. 15.

aut

A aut balnea interdum uētre pleno adire, aliosq. multos errores, & in
ualetudine, & in alia uitae ratione cōmittere fuissent coacti. Come-
dendi uero horā, & modū balneorum tēpore, atq. cōmoditate me-
tiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, qui si interdū
ob aegrotantiū inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panē
mane sumebat, quo cenae tempore sufficere ualeret, quando alij si-
mili de causa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti
non modo Galenus falsus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit.

6. de tu. ua.

Pransus non auide, quantum interpellet inani

Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in causa fuisse
praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset
post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare;
B praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur,
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 interdū, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est
plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubi-
tus, & cenae antiquorum origine mihi ἀπιστώως dicenda uolui.

*De Auctoribus Gymnaſticae, & gymnasiarum
ministeris.*

Cap. XII.



V E M A D M O D V M ceterae artes proprios auctores ha-
buerunt, qui earū facultates, regulas, atq. usum scriptis
mandarūt: similiter gymnastici illi nequaquā caruisse
cōstat qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obli-
uione uindicarint, sed factū est, ut quam iacturā plurimae res homi-
num subierunt, isti quoq. auctores lecerint, quando quidē hisce tē-
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 cōmentaria nisi hodie de-
siderarentur, forsā haec ars, quae iam dudum pene abolita est, nō
minus ceteris dignitatis, atq. splēdoris haberet, neq. nos hunc labo-
rē ad lucē eam reuocādi assumeremus: praetereo Theonis de hac ea-
dem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a
Theophrasto celebrata cōmentaria: quibus dū nos carere cōsidero,
non



non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locum 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: Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto haud medioeres 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 praerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conicitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

In Bacc.

» apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto haud medioeres 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 praerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conicitur, 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. HERMOPOLITAMAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPA TVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia 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 non

6. Epidim. sect. 3. prope finem.

Non solum ipse luctaretur, uerum etiam palaestra curam haberet. Agonistarcha uero eum fuisse puto, qui certaminum publicorum praefectus 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 comunicata.

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

Post hos aderat Gymnastes, quem Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omnium exercitationum existisse, qui eorum uires, ac potentias ad sanitatem conducetes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruum aegrum medico, aut gymnastae uadat, non esse redhibendum uult, quasi uterque languentes sanis dignoscere scire debeat, immo Basilus hom. in Hexameron xj. de hominis natura aequae Gymnastae, ac medicum speculari, & quaerere solitum docet. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progyrnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referente Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicum medicum qui primus gymnasticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: *ἔτι τοίνυν πρὸς τοῦτοις εἰς παιδοτρέβας ἀέμπουσι, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ δαμόνῃ χρησῆ ὄντι.* Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae existenti inferuiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Brogyrnastios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercetur uocabulo (quod equidem sciam) nulli alteri usurpato, quamquam Muretus progyrnastas legendum maluerit in suis ad eam locum notis. *ἀλείπτω* quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta *ἰατροαλείπτην*, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egeret; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam Cicero

In lib. ad Thrac.

» » »

lib. 3. c. 47. lib. 1. c. 1.

Cicero



Cicero in epistola quadam ad Lentulum, in qua haec scripta reperiuntur: Sed uellem non solum salutis meae, quemadmodum medici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & colorisationem 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 ualitudine, & Coelium Aurelianum saepius uidere est. quo in casu Hippocratem *ἰατροειπλω* potius dicere uoluisse, notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uideatur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gymnastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assimilat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti milites nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitationum omnium 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 d. Politicorum concludit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: *μηδὲν ἢ τὸν τῆ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμνασμοῦ ὡς ἀσκητῶν, καὶ τὰ τῶν ἑξ ἑτέρων δυνάμιν.* Gymnastes itaque erat praefectus exercitationum, paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori proportionem 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 dignoscantibus. Haec duo nomina apud Homerum non existere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, semina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebant, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebant, institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen, quem

In lib. ad Tharf.

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 & reuectores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuisse qui crediderint, a Paulo Aegineta *ιατρολειπτας* uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his *ιατρολειπτω* ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasijs obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio.

lib. 3. c. 45.

B

DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEL. T. FLAUI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIIIL
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 exsicantes. 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 lutores 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. 11. 57.

ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorū tamē sentētia non probo, quod Iuuenalis certo testatū faciat, fuisse in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens Persico ait:

*Nec pugillares defert in balnea rauceus
Testiculos, nec vellendas iam praebuit alas.*

Sat. 11.

lib. 14. cap.
20. lib. 29.
cap. 1.

Atque hos modo uolsellis ad id obeundum ufos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confiteretur Plinius) nunc psilothris, opinor. quādo narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiarum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij, & quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaue alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuētae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS

M. CALPVRNIO. M. F. MEN

V O S E N N I O

V I X . A N N . X X X . M . I I X

M. CALPVRNIVS. M. F. MEN

HILARIVS. MEDICVS

LVDI MAGNI

FRATRI. PISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI

MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI

CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS

LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

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 proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. nec non in fine tertij libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios gladiatores autē meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorū confluēbant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina; ut iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationē sint infectati. Non est tamen illud ignorandū, scholis quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates profanitate, modum, & tēpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, spaeristricus, stricator, reuēctor, & mediastinus pilieropus, alipilus, lanitor, fornacator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

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



QUICVMQUE artem, aut rem aliquā sibi exacte tractandam proponunt, operae pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, 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 medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeque sint gymnasticae circa eadem fere uersantes. necesse est arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasticas.

E

cae



caae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni D
more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam :
haec 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, ut homines exercitationum moderatarum ope,
& sanitatem acquirant tueanturque; & bonum habitum adipiscan-
tur; *δημολογῶ* (dicebat Plato) *μητὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέγιστα γυμ-
νάσια τῶν δεξιῶν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις*, idest, Fateor haud
multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum
inferere. Hoc ita esse quoniam Galenus tū 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 unū dudiū erat ho-
mines pueros atque etiā apud nonnullos mulieres earundem exer-
citationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello
sefē 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 nō 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 septi-
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 assequēdam militarem peritiam, nil
melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id
quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe profecu-
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 adolēcentes efficientes reprehendit, eamq. pueris
gymnasticam traderdam consulit, quae mitioribus laboribus, &
magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis nego-
tijijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

In lib. de
Philos.

”

Ga-

A Galenum non reperiō, 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 βόλια* comminuere solitum scri-
psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri
possent, operam nauabant, quam uel pluribus nominibus apud au-
ctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo *ἀγῶνιστικῶν*, modo *ἱε-
ρῆς ἀγῶνας*, modo *ἀθλητικῶν*, modo *γυμνικῶν* 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: *ἰσπερὶ τῶν γυμνικῶν ἀγῶ-
νων ἀθληταὶ βραδύως περὶ τούτων ἀμελεῖσι τῆς ἀσκήσεως*, idest,
Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas
tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
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-
ne habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt
simplici nomine uel a fine, qui *ἀθλοι*, siue praemium erat, cui ope-
ram nauabant, uel *ἀπὸ τῆς ἀθλῆς* idest a certamine nisi potius (quod
maluit Galenus) dicamus nomen illud *ἀπὸ τῆς ἀθλῆς*, siue *ἀπὸ τῆς
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.

Lib. 2.

In suas ar.
ad 60. at.

E ij ubi



ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομωτέρες δέ τι- D
 νος εἰ δ' ἐγὼ ἀσκήσας δέ τι τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, ἕως γὰρ ὡσπερ
 κωμίας ἀγρῶνας τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exer-
 citatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam ui-
 giles canes esse necessarium est. & rursus septimo de republi. τὸ
 δὲ δ' ἐνοῶ λέγον ἄλλα, ἐκ ἀθλητῶν μάλιστα πολεμικῶν ἰσχυρῶν τε
 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
 a hletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper appo-
 nit, παλαιμικός, uel πολεμικός, uel aliud, ut in fine septimij de legi-
 bus, τοῖς παρ' ἡμῶν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab
 athleticis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secun-
 dae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed E
 tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas,
 pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus pro-
 prie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum fac-
 cultatibus libro, qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propo-
 situm haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū
 totum diem, aut luctari, aut ἀγχεκτιάζειν cogebantur, iccirco
 cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est ci-
 bus 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 ha-
 bitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortit-
 tudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gym F
 nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex
 quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter
 gymnasticum, nec non tres fuisse artes in exercitationibus uersan-
 tes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica om-
 nibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud me-
 dicos loquor, quod alij forsitan hanc primariam effecerint) minus;
 tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenrans,
 uitiosa appellata sit: quae uel robori, non sanitati operam daret: ro-
 bur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristote-
 les viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sa-
 nitati uero rarum conuenire scribit.

A De uitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.



OSTOYAM de bellica gymnastica, atq. etiā de gymna-
 stica simplici, quātum ad praefens negotium: spectabat,
 satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica ser-
 monē habere. quae quoniā tēporibus Galeni, atq. etiā

superioribus maximā auctoritatem sibi uendicauerat ideo ei opus
 fuit, ut eam longissima oratione, atq. impurissimis contumeliosissi
 misq. uerbis insectaretur. quod quā sapienter simul ac iuste fecerit,
 ex his q̄ de illius professorū moribus alijsq. conditionibus dicturus
 sum, facillime clarū futurum spero. & ut a principio exordiar, Pli-
 nius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticā ab Hercule
 olympiae inuentā fuisse: ut tota haec ars duos parētes habuerit, qui
 tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrē & admiratione dignam

B primo condiderint, illa tamen lōgo postea tēporis interuallo, atq.
 prauis hominū moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κα-
 κωτεχνίαι, quā artis nomen ei cōuenisse dixerit Galenus, si quidem
 illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorū gratia qui
 certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori in-
 crassando, roboriq. cōparando nimium incumbabant, mentē etiā
 crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. un-
 de non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desi-
 des uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratē me-
 dicum secutus, qui habitus athletarū ueluti periculosos, maximisq.
 aegritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & Plutarchus
 eos satis atq. gymnasiarū columnis similes eff. cit, alias itē confessus
 quod Graecis nihil aliud mollitiē, atq. seruitutē inuexerit, nisi haec

C gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab
 armis delapsi sunt, cōtenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seip-
 sos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hāc rem ita esse nemo
 sane dubitabit, si totā eius naturam breuissima oratione ab Aristo-
 le explicatā perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de
 Agonistica (sic etiā athleticam appellatā superius diximus) haec scri-
 pta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκεται ἐκ μεγέθους καὶ
 ἰσχύος καὶ τάχους, ἔστι δὲ τὰχύς ἰσχυρὸς ἔστι, ὁ δὲ διὰ μέγεθος τὰ σκέ-
 λη, ἔστι πίπτειν πῶς, ἔστι κινεῖν ταχύ, ἔστι πόρρω, δ' ἐσμικός, ὁ δὲ θλίβειν, ἔ-
 κωτέχειν, παλαιμικός, ὁ δὲ ὡσαύτῃ ἀπληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτε-
 ροῖς τυτοῖς, παγκρασιαστικός; ὁ δὲ πᾶσι τέτοις πέταθλος. i. Ago-
 nistica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celerit-
 ate cōponitur: nam & celer fortis est: quā. n. quodammodo crura

In suas. ad
bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad
Thrac.

Tertio de
repub.
i. Aph. lib.

In lib. de
tu. ual.

Cap. 5.

»

»

»



proiicere, & uelociter, ac longe mouere potest, cursor, qui uero cō-
 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. celerita-
 tem cōpararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & prae-
 mio honoreq. potiri ualere. id quod licet pluribus certaminum
 generibus cōtenderent, quinq. tamē praecipua erant, in quibus uel
 semper, uel plerūq. tā in sacris certaminib. quā in ludis, amphithea-
 tris, & publicis spectaculis, sed praesertim in stadio, quod fere solis
 athleticis proprie destinātū erat, certabant, lucta, pugilatus, cursus, sal-
 tus, & 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-
 que, pētathlus, & uocabulo Romano quinquertius uocabat, ut doc-
 cet Festus et si Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas si-
 gnificare scribat idē Festus, apud quē etiā perihodon uicisse diceba-
 tur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine a cir-
 cuitu eorū spectaculorū accepto. Erant postmodū Halteres, iacula,
 atq. nōnulla alia, quorū quōq. certamina athletae obibant, at in pu-
 blicis ludurū, & sacrorū certaminum celebrationibus raro illa per-
 agebātur, una excepta monomachia, quā Graecos sacerdotes aesta-
 tis tēpore in Pergamo exercere cōsueuisse memoriae prodidit Gale-
 nus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud ueteres ab
 Athleticis diuersos fuisse scimus, quod M. Cicero testatū fecit Epist. fam.
 lib. vij. Epist. j. his uerbis. Nā quid ego te athletas putē desiderare, q̄
 gladiatores cōtempseris: Nisi dicamus qd̄ memoriae proditū habe-
 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. l. Aquilia ab Vlpiano scriptū reperio: Si
 in colluctatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter se exercētur
 alius aliū occiderit, cessat Aquilia, q̄a gloriae causa & uirtutis, non
 iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores
 hāc athleticā in maxima existimatione habitā. cuius ea erat ratio, qd̄
 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
 athleticis ludos ingrediētibus ut refert Plinius oēs assurgebant, etiam
 senatus, iij. senatui proxime sedebāt, necnō cū patribus, auis pater-

3. d. art. 23.

lib. 16. c. 4.

nis

A nis a quibus suis muneribus uocabāt, & uictores in patrias triūphātes
 inuehebāt, immo Athleticis ingenuos caedere, atque becidere, qd̄
 alijs uetabāt leges, nō modo licuisse, uerū etiā honorificū fuisse au-
 ctor est in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicā, qd̄ Euse-
 bius in v. de Praeparatione euāgelica multo sermōne damnat uete-
 res, se eo superstitionis, atq. insaniae interdū deuenisse, ut pugiles, at
 que athletas in Deorū numerū referret. Quibus oibus rationibus sa-
 tis clarū esse pōt, athleticā antiquitus magnae auctoritatis fuisse: &
 propterea nō temere illā Galenū infectatū esse, dum animaduerte-
 ret, quantū dāni ex ea artis athleticae reputatione humano generi
 accederet, si qdē nō modo cūcta animi, uerū et corporis bona; ita cor-
 rūpebātur, ut nihil inueniri posset, qd̄ maius hominib. q̄ gloriae, &
 pmiorū ratione illā undiq. ambiebant, detrimentū afferret, quē ad-
 B modū Euripides quoq. elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

Καλιῶν γὰρ ὄντων μάλιστα ἐλλάδα,
 Οὐδὲν κρείον ἔστιν ἀθλητῶν ἔργους.
 Οἱ παρῆτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθασσιν ἐν,
 Οὐτ' ἀνδύωντο, πῶς γὰρ ὄσις ἐς ἀνήρ,
 Γνάθει τε δ' ἄλλος, καὶ ὄσις ἢ ἠτλημένος,
 Κτήσασθ' ἀνδύων εἰς ὑπεκτεροφίλι πατράς;
 Οὐδ' αὖ πίνεσθαι, καὶ ὑμνηρεῖν τύχαις.
 Ἔθνη γὰρ ἀνδρες ἐκ ἰθιότιντες καλὰ,
 Σκλυθεῖς μεταλλάσσειν εἰς ἀμείνονα.

Gal. i sua. ad bo. ar.

id est, *Cum mala innumera per Graeciam serpent,
 Nullum deterius Athleticarum genere est,
 Qui primum bene incolere haud discunt,
 Neque possunt etiam, quo etenim modo
 Quis quis est gulae deditus, ventriq. indulget,
 Diuitias parabit, ut alat familiam?
 Neque item egeni esse, & fortunis inferuire
 Sciunt: nam in malis diu versati
 Moribus, non facile mutantur in melius.*

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum prodat.
 Neque tamen desuerunt, qui hanc perniciosam artem commea-
 tarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon
 Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius pra-
 uitate ad gymnasticam tandem desinuit. Ne taceam Platonem, quē
 Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad
 philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia certa-
 re, atque uitam mille necis generibus exponere consueuisse nō se-

7. Aen. in vita Plat.

E iij mel



mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea dem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerum, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit *δός*, seu donū, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona *δός* autem apud Clementem, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit.

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuius erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorū ars foret, & quā sapiēter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniā tota uiuendi ratio in sex rebus, quas nō naturales appellare medici uoluerūt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atq. excrementorū euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere sese gererent, explicabo. Primū itaq. in cibo ac potu quadrupliciter errasse cōspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tēpore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs cibis athletas ufos diuersis tēporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiant: Plinius exercitatorē quendam Pythagoram athletis primum carnem comendandū exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Euramēni Samio carnes apposuisse, atq. talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumq. sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnis uesciebatur, & praefertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterū neque uno carniū genere semper illi uictitarunt, quoniam interdū caprinis uesciebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quē Chitomachus Cathaginiensis nouae academiae sectator praecclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas

Li. 11. c. 7.
Li. 1. colle.
cap. 40.

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

Inter catellas anserum extra lambentes

Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tū bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cū caseo sine fermento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimenterum crassitie non modo uberius nutriētur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cū Biantes pugil *πολύβορος* immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsā quod crederent ab eo nutrimentum solidū produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secūdo 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, quorum alterum carniū minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas perficasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atq. hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet acque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo *βίαι τε εφλω*, modo *ἀναγοφύγιον* uocauit, ut Gal. iij. de tuen. ual. *ἔδωδην* *πορὸς ἀνάγλω* quasi plus, quam ferre quamquā scio non defuisse, qui aliter eam uocem apud Aristotel. sint interpretati, possent, edere cogerentur: qua etiā utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarū esse potest, nisi qd̄ refert Galenus eos non aequae mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere cōsueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo ratione, uerum etiā experientia docti cibos

4. de me.
cap. 17.

Cap. 3.

7. meth.

li. 11. c. 53.

Prob. 4.

38. partic.
prob. f.

In libro de
morborū
temporib.

Homilia
34.

cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius cōfici, alio D
qui concoctū difficillimos ipsis, cū ob qualitatem eorum ualde ca-
lori resistentē, tum ob immensam quantitātē. quamuis secus uidea-
tur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambu-
latione, quā somno perficere, ratos somnum ad corpulentia, quam
ad firmitatē magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum
eosdē simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatē prorsus ef-
fugisse tradit, eius sententiā ita accipere debemus, ut uoluerit athle-
tas uno solum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcū-
que fuerit, usos. quod neq. nos negamus, qui supra diximus frequē-
tissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes.
Atqui somno, & uigilia qualē moderationē ueteris uitae eorū par-
tibus respondentē athletae adhibuerint, clarissime demōstrauit 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. f. exercitium τέλειον, siue κατὰ σκόνην
apud Galenum tertio de tu. ual. ij. uocatum inibant, modo nocte,
modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositū in om-
nibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cō-
temnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) il-
ludq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita
regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret causam. quae-
rens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore
amoeno hilarerentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo
euenire, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero la-
bor colorē cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti
mediocri calore in summa corporis retento leuiter colorē prouo- F
cat, & ad corporis superficie inuitat, ut calefactis, aut pudefactis ac-
cidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas
minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summū *ισο-
σενε* perdurasse. Iam quoq. aeris ipsos nullum discrimen effecisse
credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uento-
rum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationē haberent.
quamuis dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint,
ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestū est ex *xystis*, quas
ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hie-
me ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere cōmodius exer-
ceri ualere, quo tēpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus,
perferabant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, sed a
magistris exercitationum praescriptum sequebantur. Ita etiā apud
Stra-

A Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mitte-
re, ut ibi in salubriori aere cōmodius exercerentur. Ab animi affe-
ctonibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo
negabit, qui consideret quam leui ex causa certatores omnes excā-
descant, quanto pere uicti tristentur, quantum uictores exsultent,
& denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice satura-
ri, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorū exi-
nitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forēt,
quod forsā in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam ue-
nus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo
modo sese gererēt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, &
Gal. uenerem moderatā esse debere praeceperunt, tam eos, qui im-
modice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab
B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditissimis iudicantur. unde
magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo
seipos coitu interdicebant, cum ceteris forsā ob nimiam alimēti,
& sanguinis copiā magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de
loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae na-
turae *ὑπο ἀσκήσειως*. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut so-
brietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à uenenis usu abstinē-
tes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Quod porro a
Venerē prorsus athletae abstinerunt, praeter Platonem, qui Asty-
lum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse
memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Gale-
num Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas consi-
derantes ex uenericis 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 permetteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara
quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus.

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
etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui
in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem
coronam, nos uero ut immortalē accipiamus. Quam sententiam
fusius

Geograp.
lib. 5.

8. de legib. *ταυτὰ ἀποβάσει
ναυτῶν ἐν τῷ ἰσθμῷ
6. de loc. *νεκρῶν ἀποβάσει*
affec. in ff.*

lib. 11.

li. 34. c. 18.
5. de tu. ua.
c. ult.

lib. ad mar
tyr.
33
lib. 1. c. 6.
In sua. ad
bo. ar.
In lib. ad
Thraf.
lib. 2. ad
uct. Iouin.
3. li. paed
agogi. c. 9.
Lib. x. an
tiq. Rom.
fufius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempè cum & Athle-
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-
stinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti
solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes resitui, 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 fileam, affectu athleticum haud
secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae
ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae
obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uaso-
rum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus
athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis &
Galenus 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 Alexan-
drinus 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
consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur,
introducendam, esse, memoriae mandatum est. Quamquam Dionis-
sius Halicar. scribat ex Homero colligi ad priscos illos turpe habi-
tum esse nudos certare, primum autem omniu 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.

DOSTROYAM de Gymnastica, quid sit, eius
originè, nec nò uerae, & nò uerae differentiã
satis explicauimus, cõsequens est, ut, ceteris
non prorsus omisis, illã p̄cipue oratione no-
stra prosequamur, q̄ ad medicinam facit, &
de qua tractatione habere polliciti sumus.
Quoniã uero, dum gymnastae definitione
in medio proponeremus, eam esse artẽ quã
dam facultates omniu exercitatioũ noscentẽ, earumq. uarietates
opere ipso gratia sanitatis edocentẽ indicauimus: recta doctrinae ra-
tio postulare uideretur, aut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, de
inde in proprias species diuidatur, atq. illarũ unaquaeq. singulatim
explanetur. hoc etenim factõ, cũ ars (dicebat Aristoteles,) sit recta
operandi ratio, uidebimus q̄ sit in obeundis exercitatioibus haec
recta ratio, quomodo illarũ unaquaeq., uel ad parandũ bonũ habi-
tũ, uel sanitatẽ defendendam cõferat. Exercitatione itaq. definiuit
Galenus, secundo de tu. ual. & ipsum secutus Aetius, esse motũ ue-
hementẽ, anhelitum alterantẽ, ubi *γυμνάσιον, κίνησις, & πόνος*, siue
exercitatio, motũ, atq. laborem inter se differre demonstrat: pro-
pterea qd̄ motus est res quaedã magis cõmunis, atq. pluribus cõue-
niens quã exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri di-
cantur, exercitatio uero nò sit, nisi uehemens motus: similiter labor
licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur
exercitatio, si quidẽ sodientes, atq. metentes laborare, sed non pro-
prie exerceri dicuntur, tamen etiã aliquando cõmuni quadã appel-
latione labor, exercitatio uocatur: quemadmodũ Galenus ab Hip-
pocrate uocatũ esse censet, quãdo is dixit, Labores cibũ praecedat,
& ubi fames, laborandũ non est: ibi enim uocẽ hanc *πόνος*, quae &
dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercita-
tionem significare solet, pro exercitatioe dumtaxat accipi debere
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sententiã Galeni, & Aetij
nisi motus uehemens anhelitum alterans, *γυμνάσιον* a Graecis ap-
pella-

6. Ethic.
lib. 3. c. 2.
6. de morb.
vulg. cõ. 4.
tex. 31.
2. Aph. 16.
In Onoma-
stico.
1. de tu. ua.
ib. 3.
cap. 1.

Li. 1. fen. 3.
doc. 2. c. 1.

6. coll. c. 1.

pellatus, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat *γυμνάσιον* appellatum superiore libro abunde monstrauius. Sed quoniam posset al. quis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doct. ssumus cū animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: non enim apposuit (uehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum uehementem existere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie nō cōplectitur: de quibus ad medicū tractare spectat, & nos etiam loqui instituius: siquidē omnia quattuor causarū genera haud quaquā cōplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. causa cuius gratia. Accedit itē illud, quod multi uoluntarie uehementer & cū anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti ferui cum celeritate dominorū mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorū impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturā cōplectitur; sicut neq. illa Auerois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem esse mēbro- rum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiētes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia factus. ita namq. definitio omnes causas comprehendit, atq. soli definito conuenit: uerum enim uero posset aliquis merito a me sciscitari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nō proprie, saltem communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiūt, quibus uero aliqua

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quā 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 sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quinto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehementem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationē a graecis *γυμνάσιον* uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia 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 alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo secius exercitationē uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocet exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficiantur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese habente, etiam ad gymnasticam facultatem de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis *γυμνασμάς αμαθίας* a pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. 11.

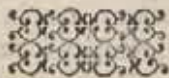


RACTATURI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordinem autem nunc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri, ex qua diuisione sese clarum offeret iter, quo ad inueniēdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum, atq.

1. de leg.
1. d. tu. ua.

atque praecipuum principium a natura acceptum sit, animantia bruta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri facilius, qui tamen in hoc brutis imbecilliores ad fruendum hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur, atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiunt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Platone duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in medium proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, sed quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidero contigerit, neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatore[m] fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uideatur. Plato igitur libro de legibus. v. 11. cum demonstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuesciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam *πλεωπάλην*, alteram *πλεωόρχησιν* appellat: atque *όρχησειως* alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tamen Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, sine solum differens, nec prorsus sine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemque conseruare intendit sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda aptiores

Aptiores homines euadant. Nos ita que dicamus secundum Platonem in gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaesticam, sub nomine palaesticae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam existat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesque exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut saltatoria, aut palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsitan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptum reliquit: *όρχησειως καὶ πάλαισιπικῆς* solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut **B**paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam existere, neque ab illa singulas exercitationum species comprehendere posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaesticae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaesticam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerum etiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quidquam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui *ιατρικός* inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaesticam, & orchestricam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocant; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat hystriolicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.





VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaeatricam partiatur, ne cōfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriā, deinde palaeatricam 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 ὀρχήσιως, 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

σφαίριτε γδ ἑσπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλῆσαι
τῆσι δὲ Ναυσικῆα Λόκηόλενος ἤρχετο Μολπῆς.
ideft: *Ludebant pila, vittis uellis que remotis,
Atque his Nausicæ ob niueas spectabilis uinas
Principium ludo dabat.*

testatur quoque Athenæus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὀρχησις 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 hæc tēpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omīssa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquæque gymnasticæ 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 exsiltationibus in altum, modo

Ado depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursum in uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistrōs haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti accessurum ad adipiscēdam militarem peritiā. 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: quemadmodū & Plato loco nuper citato saltationē a nobis mediā, ab ipso ἀμφοισθεντι μύλων nuncupatam in sacrificijs, atq. exspiationibus fieri solitam, quam a Mantinēsis, & Arcadibus coram Cy-

Bro factā refert Xenophon, tradens, aperte insinuare uideretur, athleticam, cuius & ludos & sacrificiorum celebritates esse iam decreuimus saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinae gymnasticam saltationes a se respuisse tamquā sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualitudini restitutos a se luctis, pancratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus 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 hæc ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικῆς, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo, sat sit nobis hæctenus ostendisse nullum gymnasticæ genus hac saltatione caruisse, in quam & in palaeatricam exercitationum artem a Platone diuisam esse iam diximus.

lib.7. c.48.
li.6. d. Cyl. Exeped.
cap. vlti.
Orib. 6.

De Sphaenistica. Cap. IV.



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



lib. 7. c. 56.

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι-
 ρηστικον, quam praefectum σφαιρηστικόν uocatum habere meruerit.
 Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
 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: Hippafus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
 istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea-
 mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorum uel de hoc lu-
 do commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarieta-
 tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera cer-
 tius cognoscere possemus, in quibus explicandis cum hucusq. scri-
 ptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe
 recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariore,
 minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pi-
 la itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos existisse
 reperio, *μεγάλη σφαῖρα, μικρά σφαῖρα, κενὴ σφαῖρα, & κώρυκον,*
 siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, re-
 pono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
 & Paullus ab illis seceuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi-
 mus, 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 ma-
 nus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua
 cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haere-
 bant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
 rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pilā ad-
 hue maior secūda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
 in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emit-
 tebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
 merari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum *ἀρπασ-
 τὸν & φενίς* uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae
 ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Cle-
 mens Alexandrinus, scriptor grauisissimus, ubi demonstraret ludum
 paruae pilae, & praefertim *φενίδα*, exercitationem esse uiris ualde
 accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum
 facit: *οἶδα καὶ σφαῖρα τῆ μικρᾷ παίζοντων πλεὴν φενίδα παειδίαν ἐν
 ἡλίω μάλα.* quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam
 harpastum uocatum innuit, huius etenim inuētorem existisse Pha-
 naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius itē descri-
 ptionem

3. paedag. cap. 10.

A pironem Antiphanes in hunc modum attulit: *Σφαῖραν λαβὴν, τὸ
 μὲν διδύς ἐχαιρετὸν δ' ἐφ' ὅγ' αἶμα. τὸν δ' ἐξέλασσε, τὸν δ' ἀνέσθισεν
 πάλιν κλαγγηταῖσι φωναῖς.* Vocauit autem Antiphanes ludum istū
φενίδα, dicitur τῆς ἀφίσσεως τῆς σφαιριζόντων, quasi sic ludētes sibi ip-
 sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo in-
 uentore, aut *δοτὸν τὸ φαναξίον*, idest, a decipiendo, quoniam alio si-
 mulantes in aliā partem mittunt, decipientes credulū, sicuti memo-
 riae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri soli-
 tū, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea edu-
 cebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositā quisq. con-
 tēdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinē descriptas
 aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus conta-
 ctis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at-
 que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alte-
 rum magnis uocibus eleuabant, siue eueriebant, uerisimile fit spe-
 ctatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo ma-
 gis, quod interdum motuum concinnitati operā dabant. unde De-
 moxeni cōcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundē
 explicaturus haec prodidit: *Νεανίας τις ἐσφαιρίζων ὦν ἐτῶν ἴσως ἐπὶ
 ταχάδεκα. Κῶος (θεοὺς ἦδ' φάνεθ' ἢ νῆσος φέρει) ὅς ἐπέποτ' ἐμβλέ-
 ψει τοῖς καθημέροις, ἢ λαμβάνων πλεὴν σφαῖραν, ἢ διδύς, αἶμα πάν-
 τες ἐβοῶμεν, ἢ δὲ δὴρυθμία τὸ τ' ἦθος. ἢ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τί λέγειν
 ἢ πρῶτον φαίνεται. πάρα ἐτι κάλλος. ἄνδρες, εἴ ἀκίκοα ἐμφο-
 ρεῖσθ' ἰώσακα τοιαύτω χροῖν. Κακὸν ἀντιμέτρον ἐλαβεῖν, εἰ πλείω
 χροῖον ἔμενα, καὶ νῦν δ' ἐκ ἐμοῦ γίγνηται δοκῶ.* idest, luuenis quidā
 annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Couis (nam
 illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur
 uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quāta au-
 tem concinnitas, ordo, ac uenustas dū aliquid diceret, aut faceret,
 supra omnē pulchritudinem existit. O uiri neq. umquam antea au-
 diui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cōtigisset mi-
 hi si diutius ibi permanissem, neque multum mihi sanus uideor.
 Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter
 ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae spe-
 cies, de quibus a Graecis mentionem habitā scio, & in quibus Epi-
 genes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus,
 quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludēdi gratia exue-
 rantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae par-
 uae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo sci-
 licet sese reclinantes pilam in caelum projiciebant, & antequā ter-

Athenaeus i. Dhipno- sophilist.

Πολλύς δει

cc
cc
cc
cc
cc
cc

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerū etiā ex manuū 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 praeditis lusores summas manus semper humeris humiliiores, 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 projicienda uehementē 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 pilā, 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, quomodo ueludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius orationem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet:

Kόρυκος ὄπι μὲν τῆ ἀδενεστέρων ἐμπλήματα κρηχεαμίδων, ἡ ἀλδύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ισχυροτέρων φάσμα, τὸ δὲ μέγεθος αὐτὰ πρὸς τὴ δύναμιν, ἢ ἠλικίαν συναρμολογῶν κρημαίνονται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἀνωθεν ὡς ὁροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν αὐθιμῆνα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναί τῃ γυμναζομένῃ, τὲτοι δὲ χεῖρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρὸς τὴν ἰσχύως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπιλαμβάνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ἐπιπέσει ὡς αἰσθύνειν ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευτῶν ἀφίασιν αὐτῶν ἐξωτῶν χεῖρῶν ἀπίσσωτες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐν τῆς προσιλύσεως: τὰ δὲ ὅσα αὐτὰ ἐπιπέσειον οἰκισαυτες αὐτὸν ἀποπέμπασιν, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰμὴ σφοδρὰ πρὸς τὸ χροτό σπέφουσαι. ποτὲ μὲν ἀντὶς χερσῶν ἀντιβάνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τὰ ἑτέρωτας χεῖρας ἀναπιτάσαντες, ἄλλοτε δὲ προσέφρουτες

lib. 6. coll. κατὰ μὲν τὰ φρεῖνον. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
,, ficulneo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero ma-
,, gnitudo ad uires corporis, & ad aetatē accommodatur, suspenditur
,, autē in gymnasijs superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun-
,, dum ad eius qui exercetur umbilicū pertineat, hunc utriusq. mani-
,, bus tenētes qui exercentur, primū quidē quiete, postea uero uehe-
,, mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
,, redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo uero eum e manibus
,, rejicientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-

uentu

A uentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā 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, quādoq. uero ijs ad terga re-
uolutis. Hactenus Antyllus, qui tamen si figurā Coryci ut pote om-
nibus tunc temporis notā non exprimat, coniectura tamen asse-
qui possumus & ipsam sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia coriacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occurſu & manus, & pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius, sane intellexisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum contendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram distasse. Neq. etiam satis mirari soleo antiquissimum scriptorē Caellum Aurelianū, qui lib. v. tard. pass. cap. ult. dicit uariā uoluationē

in palaestra esse uocata à Graecis celadian atq. choricomachian, nisi sit in codice deprauatissimo error, ut puto. De hoc intelligendum est adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμναζισθαι, quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κόρυκομαχίαν, falso a Cornario follē interpretatā, ad attenuandū corpus probauit: quēadmodū & eandē intellexit Aretaeus, ubi pro elephantiorū exercitationibus κόρυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacul' iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoq. intellexisse Coeliū Aurelianū existimo, cū ad polyfarciā diminuendā corycomachiam (sic enim legendum est) cōmendauit iisdē prope remedijs usus, q̄ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde argumentatus sum, Auctorē sicuti cetera, ita & cory-

machia ab Hippocrate mutuatū esse. quamuis textus iudicio meo deprauatus sit. Locum ubi ludebatur, Corycum apud Vitruuium appellari, censuerunt aliqui: quorū sententiam postquā in superioribus refutaui, nil aliud dicendū est. Atq. haec de quattuor pilae ludi graecorū generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se existisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Galeni uerbis in secundo de tuenda ualitudine scriptis: ubi inter ceteras gymnasiarum exercitationes corycū, pilam paruam, & pilam magnā, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent nisi quaedā inter se diuersa existissent pilarum genera, & diuersae etiam eum ijs factae exercitationes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercentur, parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticā, atque

F iiij bellicam

bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbentem pilarum exercitationes usurpasse, neque ad valetudinem, 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 dictum est a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorum tam Graecorum, quam Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes *αὐδίας*, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui *αἰδίας* Graece dicuntur, ut plurimum fierent, aut quod illi, qui exercerentur, non serio, sed ioco agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiat, ludi uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam solatij, & uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.

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

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus.

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

Seu pila uelox

Molliter austerum studio fallente laborem,

Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitacionem licet uidere in Gordiani tercij 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, ut apud Plautū in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriū faciā; uocabatur. Interdū quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam 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 respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martialis. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14.

Itē procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,

Folle decet pueros ludere, folle senes.

Nā ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerū et datus lufui locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberetur pedibus ludentes, & si forte lapsi essent, ex casu damnū nō pateretur; & propterea, cū solū minime pauimētū foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quā et fieri potest ut pauimēto luderēt, sed puluere humili & exiguo illud adspargeretur, ita ut pilā resilire nō impediretur, atq. ludentiū pedes magis firmaretur. Nā in puluerulēto solo fieri hanc exercitationē consueuisse, in uita Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendam ex Thermis ob delectationē exire nescientē in hunc modū carpit.

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,

Menogenen, omni tu licet arte uelis,

Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem,

Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,

Colliget, & referet lapsum de puluere follem,

Et si iam lotus, iam soleatus erit:

ad tu. ual.

Numquid autē ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sententiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnā Graecorū, & folle Latinorū idē fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycū folle traduxisset, in sexto postmodū libro magnam pilam iterum follem translulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenū, qui expresse & pilā paruam, & magna, & corycū distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, folle Latinorū fuisse: atq. hanc opinionē maior pars recentiorum scriptorum habuit, inter quos fuit quidam, qui apud Oribasiū caput Coryci, de folle pugillatorio inscriben-

A scribendum iudicarunt. sed hi oēs magnō opere alucinantur: & primo, qui crediderunt folle & magnam pilam idē fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, quod ludētes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, quod Oribasius ludū pilae magnae nō modo aegrotis, sed etiam cōualescentibus, atq. bene ualentibus inutile iudicauit, quorum neutrum habuisse folle, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quod si corycus e culmine gymnasiōrū suspendebatur, follis libere emittebatur. Secūdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nō. Fuerūt itē qui folle pilā inane superius a nobis ex Antyllō descriptam fuisse crediderūt. Quibus ego libenter assentirē, nisi Martialis dixisset, folle mitiori aetati cōuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationē non admodū facile, neq. aptam, & ideo omittēdam esse cōsuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cū follis neq. inanis pila Graecorū, neq. magna eorundē, neq. corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerūt nōnulli, ubi ea exercebatur, qui locus triangularis erat, uel potius a ludentiū (quod magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilā simplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vii.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis

Præparat, aut nudi stipitis ictus hebes:

M. Mim. Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,

Non harpasta uagus puluerulenta rapis.

Si enim sola quattuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae nominentur, Trigonalis sub pila simplici cōplectetur: de hac similiter locutū credo Cellsum, quando dixit, ab alio citata uexatis pilae, & reliqua superiores partes exercitia cōuenire, quoniam in huiusmodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demonstrat, lufor es ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo summā ludentiū laudē fuisse uerisimile fit, sicut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in iaciendā excipiendaq. pila.

lib. 1. c. 6.

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 meherele patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē 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 ludendo ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motu pilae tenore magis incalcescerent: 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 conquerētis dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

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

Exemplū trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. F. Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Aetiaci adhiberi solitum, memoriae proditū est. Eundem propē aut similitē paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis ubi hūc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat opera e precium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, q̄ soleatus pila sparsua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̄ terrā cōtingeret, sed follem plenū habebat seruus, sufficiebatq. ludentibus. Notauimus etiā res nouas. Nā duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorū alter matellā 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, Romā 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. fat est, pilam fuisse
ex corio pluma repleto, trigonali latiore, nō ita tamen ut est sol-
lis, laxam, sed duriorē; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi
quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tan-
to difficilior, 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-
quaue 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 arēt a pila.*

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

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

Nam cum saepius a nobis indicatum sit cōsueuisse fere omnes, qui
sefe 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 paganica quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpastum fecimus, quod ob nominis similitu-
dinem idem prorsus uidetur quod ἀρπαστόν 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 δὲ τῆς σφαιρας ἀρπαστόν,
φενύδα ἀκαλείττο, ὅ ἐγὼ πάντων μέγιστα ἀσπάζομαι. id est, Lusus au-
tem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego
maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ce-
teras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc tēporis 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 harpastro 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.

Sine Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.

Non Harpasta uagus puluerulenta rapis & libro 14.

Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,

Grandia qui uano 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 uberiore uiri.

Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,

Armaque, & in gyros ire coactus equus:

eiufdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam triba-
dē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, qua-
si rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit,
Harpasto quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epi-
lepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri;
nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpaf-
se, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae lignae mentionē facit,
de qua posteri⁹ uerba faciam, cum ad praesentē de sphaeristica alte-
ra saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis.

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

TRES saltatoriae partes, cubistica, sphaeristica, & q̄ nomi-
ne generis uocatur simpliciter, saltationē, in superiori-
bus effecimus: quarū duabus iam declaratis tertia modo
subiectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, pri-
mo qd fuerit, secūdo quot species habuerit tertio cur ea uterent̄ ma-
iores nostri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur.
Aristoteles itaq. in principio suae poetices, cū dixisset, oīa poeseos
Genera in hoc conuenire, quod imitatione sint, imitationes diui-
dit

3. de arte
amandi.

Lib. 1. ser.
3. trac. 2.
cap. 2.



dit, quarum alias tradens diuersis generibus imitari ut uel harmo-
 dia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel melio-
 res, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agētes, uel
 introducētes, uel narrantes, atq. aut alienam personam indutos,
 aut non mutatos; de saltatione haec concludit: *αὐτῶν δὲ τῶν ῥυθμῶν
 μιμνῆσθαι χωρὶς ἀρμονίας οἱ τῶν ὀρχηστῶν, & ἡ δὲ αὐτοὶ δὲ τῶν σχημα-
 τικῶν ῥυθμῶν, μιμουμένται, & πᾶσι, καὶ ἴσθι, & ἀεὶ ἐξεί.* i. Num-
 mero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim nu-
 merosa gestulationis uarietate, mores, passiones & actiones imi-
 tātur. Ex qua oratione apparet, ὀρχηστῶν, siue saltationē, nihil aliud
 fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, ar-
 tificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mo-
 res, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuiliū dixerat, nihil esse
 in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam
 numerū, & cantum, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis
 actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus effi-
 ceretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres-
 sit Plutarchus, qui in ix. Conuivialium saltationem tres partes ha-
 buisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ip-
 sa 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 re-
 praesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionem-
 que, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando salta-
 tores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
 chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
 bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au-
 tem fuisse non proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae,
 caeli, uicinatorum numerosis, atque ordinatis motibus factam decla-
 rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias
 nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, pro-
 pria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & ha-
 bitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationi-
 bus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque
 etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo
 motu facta cōsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actarent, nisi quod
 sese mouentes numero, & ordine gestulant, sicut lationibus, & fi-
 guris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declara-
 bant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones ho-
 minum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simonides

Cap. 4.

Prob. 15.

7. de leg.

A des poeta saltationem poësim tacentem, sicuti poësim saltationem
 loquentem uocare solebat: quamquam refert Plutarchus, tempesta-
 te 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. postmo-
 dum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis salta-
 tio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quidus autem pri-
 mus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cō-
 pertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum
 refert, Androna Catanum tibicinem, dum sonaret, motiones at-
 que numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uoca-
 tum fuisse sicelissare; post quem Chleophantus Thebanus, &
 Aeschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλισμικῆς
 Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus.
 Unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc per-
 durat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris
 apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemad-
 modum Pindarus:

Loco cita-
10.

8. dipsof.

Ὄρχησά Αἰγλάτης ἀνύσσειν Δρυφάρετῶ Ἀπολλόν: idest:
Saltator rex splendoris, pharetraeque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiaram, uel lyrae, uel alterius instrumen-
 ti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species
 autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato, Xeno-
 phon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucia-
 nus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a
 regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fue-
 rant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo effi-
 ciebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troxenicae,
 Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de
 quibus sic Iuuenalis.

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

Sat. 11.

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fue-
 runt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhichō quodam Lacone, seu, ut alij ma-
 lunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant
 cum cantu, & sine cantu, ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidi-
 bus excepto, quem hic ponendum curauimus.
Gymnastica.

G



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orfitis, & Epichiedios penes Cretenfes, Carpaea apud Aemaneses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mastrifmos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracicus, calabrisimus. Telesias a quodam viro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersorinae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus exstitit, has

B saltationes *diversas* 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, mastrifmus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyrica, 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 dicitur Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atque tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahabant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dextrorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, prokursus, saltus, diuarcatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

7. Phyc.

De fine saltationis, & de loco.

Cap. VII.



V M ant qui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studeant, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, denceps *χεροποιία*, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, conseruacionem, compactionem, distentionem

G ij

nem



nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedu ad reprae-
sentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue
brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit:

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

1. & 2. d ar-
te aman.

loc. citatis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilo mi-
nus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad
ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrifi-
cia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Gale-
nus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui tempo-
ris homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, qua-
si solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligenter. Quod
pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri-
tiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex
Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod
omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata no ob aliud inuenta fuit,
nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hos-
tes effugere, modo inuadere, aliosq; gestus bellis gerendis necessa-
rios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimam
saltatriculam a Myso pyrrhichiam saltare iussam conspicati, admira-
tes graecos interrogaunt, numquid mulieribus etiam in pugna
uterentur, in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se ex-
cellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses
delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem salta-
tionem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae no
parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F

1. d. diaeta.
1. decur.
cron. ca. 1.

ἄρχων αἰσώτοι κινήσεις
ἐν αἰσ ἀλλοτρίαι μέγιστα, καὶ ἀπειδὴνται σφροδῶμοι τὰ χίσα, καὶ
ὀκλαίσαυτες ἐξαιρίσανται, καὶ προσύμοσι, καὶ δίσταχίζουσιν ἐπὶ πάλει-
σον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxi-
me saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non
genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attra-
hunt

Alunt, diuariantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam
in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod So-
crates in conuiuio Xenophotis se saltatoriam tum ad ualitudinem
efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparan-
dum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia cum sibi am-
plam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exerce-
rent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi ar-
ti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectome-
nus 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-
sos, atque pantomimos, *δαδ τὸ χινέειν τὸ σάμα*. Poetae similiter om-
nes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi
quoque interdum saltabant, nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phry-
nicus poetae omnes iecurco saltatores nūcupabantur, quia non mo-
do propria drammata inter saltantes choros representabant, uerū
etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant,
pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationi-
bus uel fabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant qui-
buscumque ualitudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gym-
nastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltatio-
nes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt
uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque
ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam transla-
tae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uo-
catae fuerunt, unde etiam chorea nomen saltationis perelegans
emanauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse
auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono
symposiaco, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhichiam adeo
egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere
uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iu-
dicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gym-
nastiorum ministros orchesticae non parum cognitionem habuisse.
In conuiujs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum
clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus,
& Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt.
Cōcludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, si-
cuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam,
& in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque
haec satis de ipsa.

in Mil.
glor. act. j.

Li. 14. dip.



DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palæstricam, quæ erat altera gymnasticæ pars, ut aggrediamur, operæ pretiû est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palæstram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit inter quas continuo primum locum obtinuit lucta: Graecis communi nomine *πάλη*, quandoque *παραβλητική* siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quæ eadē in loco gymnasij peculiari nempe palæstra, siue porticu tecta, quæ *χυστός* uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemque concertantes, alter alterum deicere humi contendebant, ad quod peragendum embolæ, parembolæ, parathesæ, & systasæ necessario requirebantur, illudque præ ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando hæc agere intermississent, ijs quaedam partes rumpebantur conuelleranturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, binos quoniam et si plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus unumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellæ quoque iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenæus. Luctam, quam non temere gymnasticæ artis minimam partem credidit Galenus, non desuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiore existisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (*πάλη*) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palæstram nuncupatum, *πάλλω* primo nominatum constat. quamquam etiam non desuerint, ut refert Plutarchus, qui non palæstræ nomen *παλῆς* quasi antiquissima res sit lucta, deductū esse uoluerint, sed potius quod solum hæc exercitatio

act. 5.

22

23

Cap. 8.

1. de diff. pul.

1. Sym. Prob. 4.

παλῆς id est luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quæ omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima existit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quæ simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Socrates *παλῆς* *παλῆς*, quod est dolo & insidijs deicere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem *παλαίστρα*, id est a coniunctis, simulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte præcæpue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde melius sensisse uidentur illi, qui *παλῆς* natam & dictam *πάλλω*, credunt, siue *παλῆς* & *παλαίστρας*, quorum alterum apud poetas, deicere, & proicere & spargere, quod postremum ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quæ omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam *παλῆς* *παλῆς*, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabant, pugilatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repræsentari, indicauit nobis Ligorius.





LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirū in modū eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumuersionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeūtes, uictoriā adipisci possent: atque huius luctatoriae auctores fuisse Antheū, & Cercio. ē scribit Plato: Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum a Theseo Atheniensū principe; alij a Phorbate Thesei paedotriba referunt. tertiu ut homines; & pueri luctantes optimū corporis habitū acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quodam pacto ab alijs diuerso se remittere cōsueuisse testatur Galenus. 7. de leg.

B Hoc tamen animaduertendū esse duco, Galenū non modo luctam athleticā, quā respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerū & sanitati studētē interdū parce laudasse, ut pote qua robur quidē augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum imminet. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in ij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorē, & magis uiro dignā facit, quae *uer' ὁ γυμνασιος* & gratia bonae, ac utilis ualitudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solūmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cōsideranda sunt. Alterū, q̄ palaestra aliquando significat totū gymnasiū, ut supra declarauimus, aliquando locum in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locū, in quo soli luctatores, & pancratistae uolutatorij exercebantur, quorū certamina graua apud Galenum lib. iij. de tuen. valet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiā innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterū q̄ duplex erat pancratiū, primū de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositū. Secundum q̄ uolutatoriū nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nā in lucta certantes sese deicere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autē uolutatorio humi prosternebantur; atq. ibi inuicē cōplicati, seq. mutuo conuoluentes alter alterū sibi supponere nitēbātur: quemadmodū clarissime monstrant depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit. lib. de machinamen.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione verisimile 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.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit

Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionē, qua palaestrita reducto pectore aduersariū retrahebat, ac iectum illius deuittabat, aut potius (ut erat Poeta semper obscœnitātū amator) eam lecti luctā interpretemur quam κλινοπάλην Domitianū vocasse tradit Suetonius. De eodem itē loquebatur Antyllus apud Oribasiū,

Lib. de cōi
animaliū
gressu.

6. collect.
cap. 27.

B mento: pro luctā super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uoluatione, ab Hippocrate ἀλιπδοσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uoluationem 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 diae
ta.

6. de dieta.

2. de tu. va.

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

PUGILATORIAM πυγμαχίαν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

Prob. 5.

Arma antiqua manus, ungues, dentesque fuerunt.

Lib. 3.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugna cestū, & pugilatum idē penitus existitisse uoluerunt. ex auctoriū tamen scriptis coniectura cōsequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cōsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde οφαιρομαχίαν, uel loris laminae circumsepti sese inuicē percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque unquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium



2. Symp. Prob. 5.

rium pugnorum ictibus in terrā prosternebat, uel grauius & dam-
 nosius feriebat. Tyrrenos ad tibiā *πυκτοδεν* solitos fuisse, ex sen-
 tentia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosophi. Hoc certamen
 Plutarchus quidem exercendo corpori inseruisse, testatū reliquit.
 ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Gal. no 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, quarū prima est,
 quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; &
 Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uer-
 bū de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus me-
 dicus excepto Aretaco, qui in uertiginosis pugilatū cōmendare ui-
 detur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus.
 Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus existi-
 tisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri.
 Altera ratio est, quod, si naturā pugilatus exacte spectemus, cū per-
 cussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur,
 ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiā magnope-
 re adiuuet, infitari non possumus; at cū solum brachia, atq. pugnos
 exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussioneibus cor-
 pus offendat, quomodo ualitudinis conseruationi, boniq. habitus
 acquisitioni cōferre possit, non uideo: ut tuto dicendū sit, pugilatū
 in gymnastica medica exiguū usum habuisse in militari uero mul-
 tum, in athletica plurimū: cuius principes & auctores fuisse Amy-
 cum, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua
 adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quinta & uigesima Olym-
 piade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam me-
 ruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operā de-
 disse, legitur apud Terentiū. quod agebāt, ut grauius percutere ua-
 lerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experiētia &
 ratione cōprobatū, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur
 autē Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo he-
 rilis filius ualeret, respōdeat, pugilice atq. athletice, nō est admodū
 difficile coniectura cōsequi. quod etiā Galenus scriptū reliquit, Lu-
 ctatores potissimū athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius
 tempora etiā eodē nomine appellatos fuisse pugiles, & pācratiastes.
 qua de re fieri pōt ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent,
 utriq. tamen robori, & corporis cōsuetudini studerēt, & iccirco seruus
 ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum
 robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex luēta & pugilatu
 tertium

In Eun. act. 1. sce. 3

1. de alim. fac. c. 1.

Plau. in Epidico.

Cap. 5.

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pan-
 cratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut re-
 statatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduer-
 sarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere stude-
 bant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec unquam compli-
 cabantur, ut commendanda sit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2.
 uenustē admodum phreneticos, quod pugnis ministros, & adstātes
 feriat pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprime-
 bant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratia stae
 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-
 libus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo in-
 flexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit:
*ειδέντας τῶν δαιτύλων καμψῆν, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς ἕξιτο μά-
 λιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ πορευτοῖς ἀπὸ τῶν αὐτῶν ὁμοίῳ*, hoc est, sin au-
 tem unusquisque digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis
 euadet, qui ipsam in pancratio protēderint: talis etenim manuum
 figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebant pancratia-
 stae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accommodata erat;
 his de causis exercitatio haec *παμμαχίον* uocata est quandoque,
 sicuti Plato Euthydemum *παμμαχίον* dixit, nec non 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.
 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 *προσάψιδαι*, & *σωματομαχίον*,
 (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungeren-
 tur, & toto corpore certarēt, sed nudi, ac sine complexu. Panaetius
 quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratistarum gestus, & lusus
 hunc in modum pinxit. Ut sunt Athletarum qui pācratiac (melius
 pancratia stae) 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-
 gua motu est, aut ad uitandos ictus cauta sunt aut ad faciendos pa-
 rata,

lib. 5. elia.

1. de motu muscul.

” ” ” ” ”

” ” ” ” ”

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes deantans dixit:

Et patitur duro vulnera pancratio.

2. d. tu. ua.
cap. vlt.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum 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 credendum est. quod si Gatenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratistarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine recte sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancrati in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae genus apud ueteres pancratium nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, ut uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatu uel potius eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes seipso ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie uocatis, nempe 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 exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

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

A cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus 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 possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebrycorum regem, Neptuni filium a Poluce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

*Sparta therapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycis Amicum suspexit arenis.*

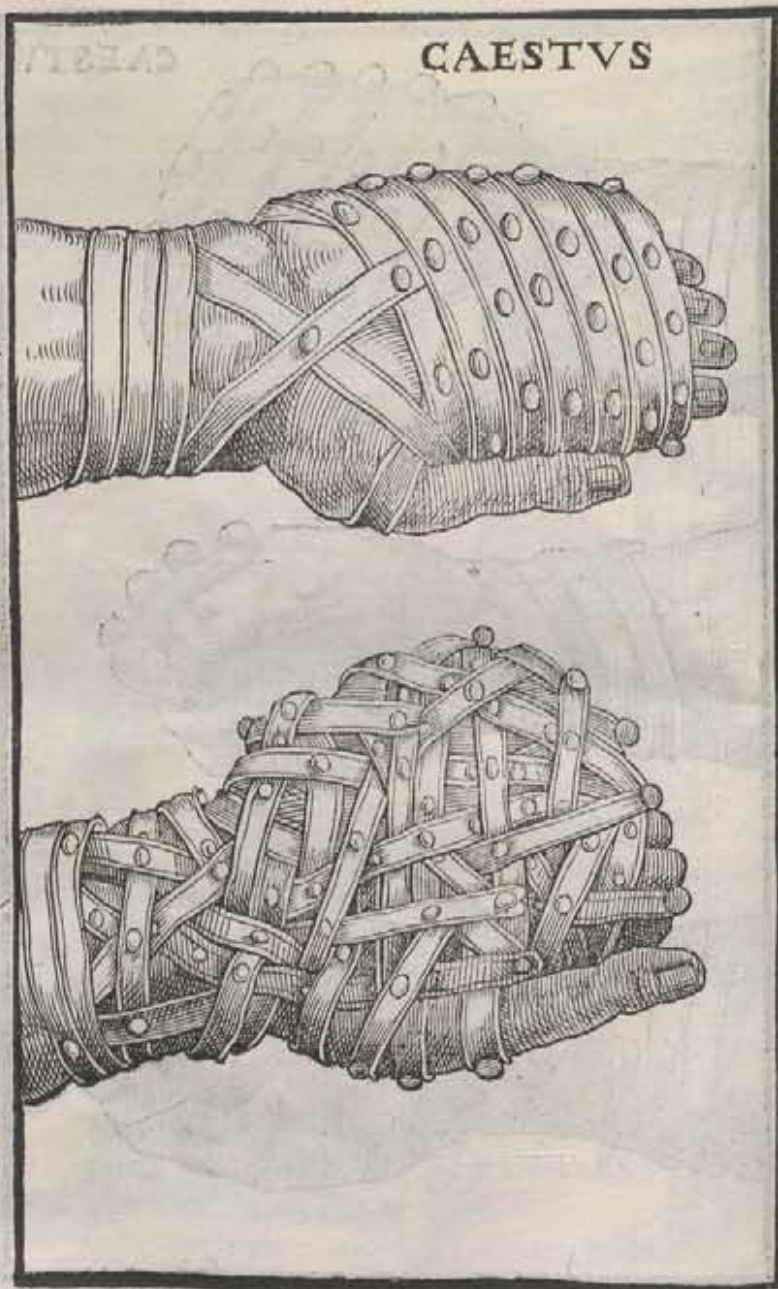
B similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.

1. Aeneid.
5. metam.



EPIGRAMMA





CAESTVS

H

Quintus

A

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

B

in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. protulerunt, hanc iacturam custodiam parem tunc, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruandam, 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 causa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendū 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 uis ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque

C

etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim per dromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnycorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currēdi celeritate, sicuti solet, impedit. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exemplo 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-

lib. de cōi
aīal. gref.
li. 15. d. vlti
partium.

In dialogo
de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Elia
corum.

H ij quam



8. de leg.

quam cursorem nisi seruum uoluisse, quod diceret, ingenuum non nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas 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. sy mp. antiquior ne fuerit in bellico, & concertatorio usu lucta, & pugilatus an cursus. Platoris 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 opportuna celeriter, cum usu uenerit, occupent, uel aduersarijs idē facere uolentibus praecoccupent, 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 acquadū umquā fuisse, nisi se, & suos milites huiuscemodi frequentibus exercitijs ad bella praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momenti fuisse, & quemadmodum athleticū quattuor praecipuas habuisse species, stadiū de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulū, & armatum, in quorū postremo bis Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde *σαδίοδ εόμοι, δολιχοδ εόμοι, διαυλοδ εόμοι, όπλιτοδ εόμοι* dicti sunt, horum exercitatores. Qui praeterea Aristotelem j. lib. magn. moral. & Galenū medicum in 2. & in 6. de tu. ual. libro non oscitanter uidit intelligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati ac bono corporum habitui conferentes non exiguam partem habuisse: quando etiā Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam cen suit, primū locū cursui dedit, etsi non admodum percipio, quid epist. 3. indicare uoluerit dum se Hieram fecisse, quod raro uenit 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 effecisse Antyllum reperio, alterā in anteriora currēdi, alterā in posteriora, alterā in orbem, quamuis itē apud Galenū & dolichū, & diaulum reperiri sciam, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum diu cursum significat e, quem tamen maior pars auctorū duplicis stadij spatium exstitisse censet, alterū uero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaque stadium

lib. 1. c. 9.

lib. Epist. 2. xv.

2. d tu. ua. cap. 10.

A stadium erat cursus unius tatum 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, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

*Φημι πολλην γυμναστικην επιχευματα εν κατὰ μέσας
Είπα, μη ζήτει εν σαδίο δολιχο.
Πόλλ' ανακνυλεται δολιχο εόμοι εν σαδίο δ
Ο ζυς ελαυνόβρον πινδύματρε βετι τόρε.*

Idem ex prouerbio *μη ζήτει εν σαδίο δολιχο* Polluce lib. ij. citato 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 ualitudini studentes extra gymnasia quoq. current; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdum homines, prout ualitudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis sententia, quod currentes nudi uestitis coloratiores redduntur, u. omnes qui loca libera & aspiratiores incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

2. partic. prob 30 & partic. 18.3

De Saltu. Cap. XI.



VRSVI saltus; *άλυα* Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercurus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *δοχείδε*, alterius *άλλεδα*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationē effatu dignum, aut non saltcm necessarium, aut non admodum er. brum usum exstitisse, inde coniecere, quod Plato inter alias nullā prorsus



lib. 1. de re mili. c. 9.

sus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuvenes, qui militiae operam nauant, ad saltum praecipue exercendos esse, quo uel fossae transfiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cum eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltum locum habuisse, praeter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum primum hoc uersiculo fecerunt.

ἀλμα, δ' ἵσπος, ἀκόντιον, δρόμος & πάλη,
id est,

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

testatur abunde Aristoteles, qui in libro de communi animalium gressu scriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis maiorem, & concitatiores saltum edere, quam non comprehensis quod ita post ipsum Theophrastus in libro πρὸς Κόσῳ plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarum exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Orisabium diligentius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, & saltare inter se differunt, quoniam πρὸς ἄνω, siue exsilire est motus quidam cursui similis, quando scilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, saltus siue ἀλμα est motus ferme continuus in sublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus, has saltus species

Lib. 1. Epist. 15.

Secundam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut fulonis dicebatur. Exsilitione olim utebantur Lacenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoque cruribus alternatim inflexis, quandoque uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltantes uacuis manibus seipso in sublime agebant: de quo uerba faciens Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continenter agere motum, argumentum asserens equorum illorum, quos

Lib. 14. cap. 8.

Lib. de cōi ai. gressu

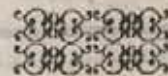
pompae

A pompae gratia fessiores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehemētius saltarent, quae ponduscula tamen ab Aristotele, & Theophrasto ἀλτήρας nuncupari sciam, tamen ἀλτήρας aliud exercitationis generis existisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de compositione medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budacum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse, nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halterum diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassitate aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, uel halteres manu gestent, quam si brachio

in libro πρὸς Κόσῳ.

B inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτήρις, & ἀλκτηρία, sed ἀλτήρις, & ἀλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἀλκτήρις usurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athleticis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atque tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βωτήρα appellatum, & mensuram κατόνα dictam habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἰσχυμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transfiliunt, πρὸς ἄνω πρὸς τὰ ἰσχυμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem asserbat qui ex humili in altum efficiebatur, cum simpliciter ascendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, ut melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.

v. Sect. pb. lib. d. saltic.





An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitacionē faciendā inferuissent, ita existimo, ijs, q̄ gra ualitudinis exercebant, hūc finē habuisse. At alijs ad gloriā quādā inanē potius tēdebāt, q̄ si q̄ maioribus pōderibus onerati lōgius, & altius saltarēt, ij maioribus p̄mijs, atq. honoribus decorarēt.

A tur. Erāt quoq. qui supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarēt; inter quos uictores ij cēlebātur, q̄ ita sese dextere gerebāt, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi p̄uictoriae p̄mioutrē cū uino serebāt: q̄ uero terrā natibus percutiebāt, nō sine magna uoluptate spectatōribus risum mouebāt. Id autē antiquitus obseruatū in ludis Baecho dicatis, quos ἀπώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pel libus cōstiti saltibus calcabātur in caprarū contēptū, q̄ adeo uiribus infusae credūtur. De hoc Aristophanes ī Pluto: ἀσκολία ζενταῦθ ἰπρός τῶν ἀθροῦν. i. hic sub dio supra utrē salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretē: Ἐπρός γὰρ τὸ ἀσκόμ εἰς μέσον κατὰ θέντες εἰς ἀλλήλας, Ἐκχάλετε ἐπὶ τοῖς κατὰ πρῶτον. i. Quare utri in medio collocantes supra ipsū saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula lacti.*

B *Atollibus in pratis unctos saliere per utres*
Sed illud nō ignorādū, q̄ scriptū est apud Iul. Poll. ἀσκολιάζον, tā de his, q̄ de uno subleuato pede, altero solo saltantib., dictū eē ap̄d ueteres.

De Disco & halteribus. Cap. XII.

DISCUS iactū inter exercitaciones gymnasiōrū haudquāq̄ infimū locū habuisse, nō modo Gal. clarissimis uerbis affirmat, Propert. p̄dixit, uerū et Vitruuius elegātissima quadā historia aperte insinuare uisus est, apud quē legitur, q̄ cū Apaturius Alabandus Trallibus scenā excellentissime finxisset, ad spectusq. eius propter asperitatē eblādiretur oīum uisus, & iā id opus p̄bare fuissent parati, tū Licinius Mathematicus p̄dijt, & ait Alabādeos fati acutos ad oēs res ciuiles haberi, sed p̄pter nō magnū uitiū indecētiae insipientes eos esse iudicatos, q̄ ī gymnasio eorū, q̄ sunt statuāe oēs, sūt causas agētes, in foro autē discos tenēt, aut currētes, seu pila ludētes: notauit. n. mathematicus q̄, sicuti statuāe causas agētes fori sunt propriae, ita discū tenentes gymnasijs, & ob id indecētē inter locorū proprietates statū signorū publicae ciuitati uitiū existimationis adiecisse dixit. Erat it̄q. antiquis illis discus gymnasijs exercitatio, quā an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercebāt, nō admodum mihi cōstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militibus cōmendat, & sci quoq. iaculationē subintelligi uoluerit, quem admodū Homerus quoq. 2. Iliā. significauit, ubi finxit Achillem Agamēnoni iratū Myrmidonas suos a pugnando remouisse, atq. illos ipsos ne torerēt in maris litore sese discis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuisse: quasi si nō lacdētis hostibus, saltē uariāe agilitati ipsorū cōparādae hmoi 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. d. tu. na.
Libro 3.
lib. 7. c. 5.



sicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicenna 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, discum

A scum fuisse instrumentum quoddam rotundum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoie cleuari 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, instrumentum 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 *δίσκορογοί* appellati sunt, qui quadris ferendis destinatur. Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumenti, 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, *ludabant discis*, inquit: *δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτειν οἱ γυμναζομένοι, τὸν γὰρ σιδηροῦ, σόλον ἀρροσαγορεύουσι*. Vnde secundum huius sententiam patere potest, discum fuisse lapide graue, quem exercites se proieciunt, & cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Martialis his uersibus.

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

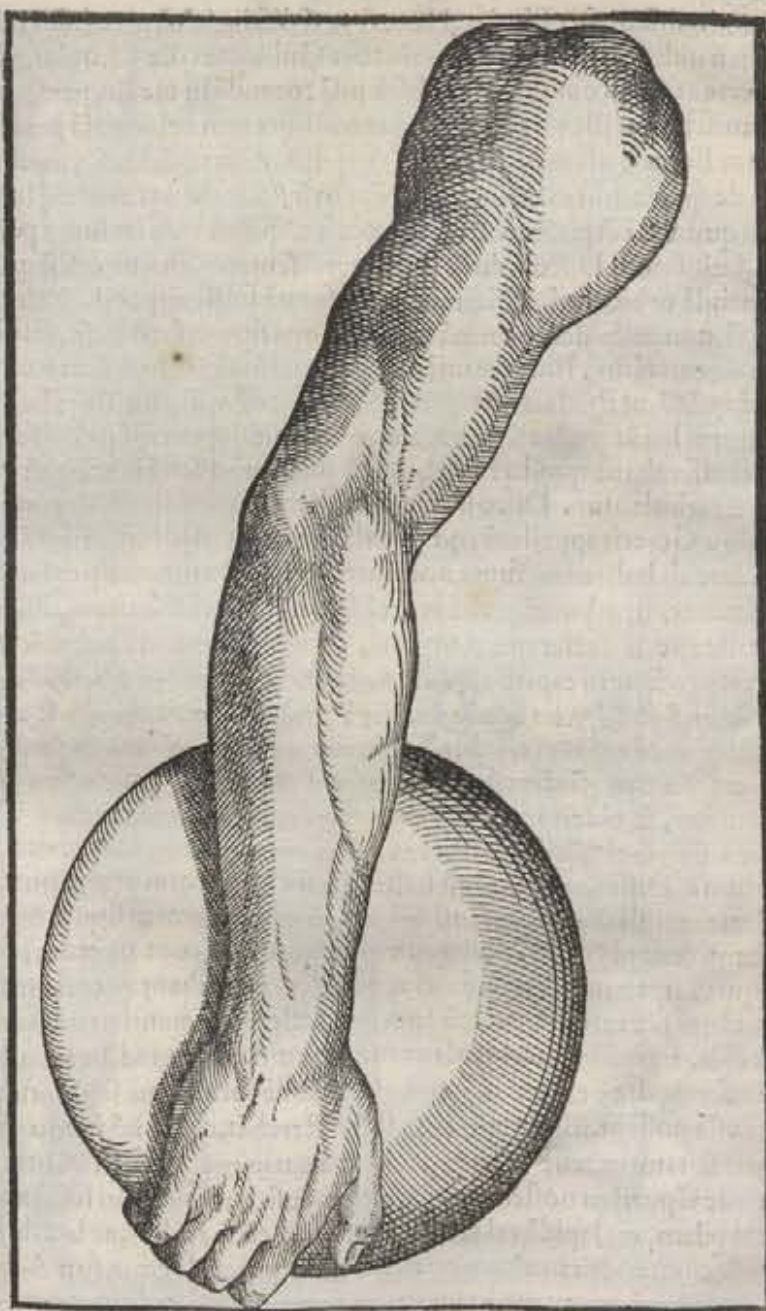
Alij, quibus ego assentior, crediderunt discum fuisse laminam quandam trium uel quatuor digitorum crassitudine, longiorem paullo plus pede, alias lapideam, alias terream, (aeneam quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius) cuiusmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuisse puto, planam quasi lentis speciem referentem, quam in aerem proieciunt, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorsum impellebant contra in disco manu ad pectus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

Misile nunc disci pondus in orbe rotat.

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



qd itē ostēdit alterius discoboli brachiū Lapidē hodie in magni Tu-
sciae ducis aedibus Pittis uocatis seruātū, ex qbus similior discū ei-
culādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctissimus Pe-
trus Victorius aetatis nostrae ornāmētū, q brachij figurā ad nos misit.



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

lenter pinxiffe, refert Plinius. Hanc formã disci una cū prædictis testi D
monijs si uidiffet, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nū-
quã certe affirmare ausus effer, discū pilã rotundã in medio perforatã
fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quãlibet rem orbiculatã præter
Latinae linguae usum intellexerit. Atq; hoc dico; qm̄ D. Cyprianus
in lib. de spectaculis discū uocat orbẽ aeneū, & in Marci Aurelij Imp.
nūmis quibusdã Apolloniae Illirij excussis, quoruũ exẽplar supra posi-
tũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repræsentatur, in quo discū qua-
drã quandã orbiculatã, & in medio perforatã fuisse apparet. Vt hinc
coniciã, non unã discorũ formã existisse, qua siue in sacrificijs, siue in
gymnasijs uteretur. Illud attamẽ prætereundũ nõ est, in disco iaculan-
do artẽ quãdã, ut Pindari interpres ostendit, necessariã existisse; alioqui
iaculatores laude frustrati deindebãtur. & saepe damna insignia specta-
toribus asseriebant, quod a Phoebo actũ fuit, quẽ disco Hyacinthũ in-
terfecisse fabulantur. Disco simile erat aliorum exercitationis genus,
ἀλτήρις a Graecis appellatũ, quod in palaestra actũ tũr solitũ scribit Gal-
lenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehemen-
tius saltarent, manibus cõprehẽdere cõsueuiffet, demonstrauimus, diuer-
sum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiũ ita
scripta reperiuntur in capite ἀλτήριος βολίης. Διαφορα δ' εστιν αὐτῶν
τῆ ἀλτήριος, ἢ γὰρ βάλλονται αὐτῶν μέρος τῆ χειρῶν ἐκτετατοῦ ἰσχυροῦ,
καμπύλων, ἢ κρατῆνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ψυχρῶν
ὡς τὰ πολλα βραχίονα κίνησιν κινῶντων αὐτῶν τῆ γυμναζομένων
ἐμβαλόντων, & ἀνάσειόντων τοῖς ποικίλοις ομοίως, ἢ κατὰ συνέσει τῆς
ράχως ταῖς χειρῶν καμπύλων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris
iaculatione. Differentia autẽ est halterũ ipsorũ, aut enim proijciuntur
manibus extensis & uicissim in flexis, aut in manuũ protensione, quae F
quiescunt, & ut plurimũ breui motu mouetur, 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 usũ habetur, qui sese exer-
cent, aut pilam, aut lapidẽ uel terreũ, uel plumbeũ manibus, ac brachijs
extẽsis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Are-
taeus, auctõr nõ minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis
τῆ ἀλτήριος βολίης cõmendauit. Et ut possit certior formae huiuscẽ
exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarũ imagi-
nes, quas ex gẽmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Lig-



Antyllus: a pueris et uiribus disci iactantibus. Discobolus: a pueris et uiribus disci iactantibus. Halteristarum: a pueris et uiribus halterum iactantibus.

Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquā do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἀλτήρες ἀλτήρα nō parum differre: quandoquidem ἀλτήρ exercitationis genus iam a nobis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehendi solita significat, ἀλτήρα uero genus fuisse orchesticae, siue saltationis apud Sycionios usitatū refert Athenaeus. quo nomine Ithacenses quoq. unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna atque aerumnis constituisse arbitror; si quidem ἀλτήρ ex Homeri uersibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicū atq. erroneū significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Eliaeorum scripsit in hunc modū: Οἱ δὲ ἀλτήρες ἔτοι παρέρχοντο ἅμα τοῖον δὲ κύλα κωδραμικέσση, καὶ ἐκ ἐς τὸ ἀκρεβέστατον περὶ φρεῖς εἶσιν ἤμισυ, πεπλοῖται δὲ ὡς καὶ τὰς δακτύλους τῆς χειρὸς διένει, καθάπερ δὲ ὁ χάνων ἀσπίδος. id est, Hi autem halteres circuli ob longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotunditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuersus sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellant, tum mouēdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo 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 magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfufis, deinde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sicut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἀλτήρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi S. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρὸς τε, & σφενδόναις ἀμιλλομένων, nil aliud animo concepisisse, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam & ἀλτήρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus emissi ἀλτήρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro.
cap. 2.

Alum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumactō ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam projectionis formam duabus de causis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum atrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima uis, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filios suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi B quas funda sibiipsis comparassent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearum hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis uerbera fundae.

& Staius 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 uero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C

De Iaculatione.

Cap. XIII.



QVAMVIS τῆς πάσης βίβλος siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quādoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius projectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species effecisse S. de legi. dialogo uidetur, alterā τοξικία, alteram ἀπότισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides extitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos sere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib. 14.

hasta iuuatur amento

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

Gymnastica.

I tes,

lib. 7. c. 56.

1. Georg.

7. de leg.



tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. D
hi communi appellatione τοξόται uel τοξόται uocabantur; unde
uenenū quoddam τοξικόν nominari scribit Paullus Aegineta me-
dicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo miferent:
Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue effiebat, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumque graues palos requiebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mo- uebant, ἀκοντίζοντες autē siue iaculatores in iactu brachia contor- quebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedi- bus immotis flectebant, agitabantq. qui madmodum tēporibus no- stris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspiciamus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis nō paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythijs prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, ne- que telum contorquere potuisse memoriae mandauit, qui pariter in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam esse: ἐν μὲν τισὶ μὲν κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδόνισσι, ἄλλο ἢ ἐν λιθοβολήσιν, ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emissione, necnon pugilatu. Habebāt uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, ui- ctoriae gratia quisq. conabatur. qd̄ explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere, aquis, & locis.

Lib. 1. car. odc. 8.

li. de re militari. li. 10. c. 15.

In sua fau. ad bo. ar.

Loco cit.

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiacula- bantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti- quos eijcere consueisse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad insti- 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 adminicu- lis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) in- 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 mu- lieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos cura- uit, id quod mulieres Scythiarum antea facere solitas sciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari

con-

A consueuisse, scriptum reliquit, ut fileam Homerum, qui Myrmido- nas Achilles milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiā quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem ro- boris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatio caruisse, Her- cules illius auctor fidem facere potest, quem sagittandi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeri- pidem translixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tra- dit 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 argu- mentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres ui- ros, 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 cer- tam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quid- dem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, ar- cum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persem Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species feci- mus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praer- fertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, nūit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de caelo scripsit, sagittas per acrem latis ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liqueface- re: alias crassiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, qua- rum inuentorem Acrolium Martis filium, credit Plinius: alias ad- huc crassiores & grauiore, palos nostri uocant.

Libro 1.

Plinius. lib. 7. c. 56.

Explicit Liber Secundus.

I ij



ARTIS GYMNASTICAE LIBER. TERTIVS

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



MULTAS exercitationū species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qui potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quā illae, quarum maior pars tametsi haudquaquā in gymnasijs praecipue perageretur, neq. itē ad saltatoriā pertineret, in quā, & palaestricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticā distribuere, cūcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si nō proprie, saltē cōmuniter exercitationes uocari merētur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debēt. Amplius eadē ad bonum habitum corporis, atq. ad ualitudinē cōferre oēs medici fatentur: unde, cum studiū nostrum in hoc praecipue uerfetur, ut eas oēs corporis exercitationes tradamus, q̄ & ualitudinē iuuare, & optimū corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam cōsiderare statuerimus, uel vnū aliquod intractatum relinquere praeter ordinē, & praeter institutū nostrū foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonē habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atq. adhuc in sequētibus idē facturi sumus: propterea quod primū atq. praecipuum cōsiliū nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de causis reliqua adiunximus, tum ut aliarū duarū conditionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae cōfuse de singulis simul, uel indistincte saltē ab auctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neq. ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eadē exercitationes ab athleticis, a militiae studiosis, & demiq. a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonē habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam existisse crederent lectores, uel saltē alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperit, t.

Arisset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquā 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, cognoscat profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquā 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 admonerat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus praerobore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendū subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque uitare liceret.

De ambulatione. Cap. II.



CVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatione praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodā artificio, singularique, & prope diuina providentia nobis pedes nō ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualere, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quā ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualitudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non

3. de usu partium.



lib. 5. c. 9.

5. de tu. ua. cap. 11.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem essecerunt, 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 dificent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vi truuus quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum ce suerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationi bus loca magnifice extracta scio. quae omnia apud me tribus ge neribus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales lo ci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatri, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quan 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 spatiares sub umbra.

& Propertius libro 2.

Scilicet umbrosus sordet Pompeia columnis,

Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.

Tu neque Pompeia spatiares cultus in umbra,

Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. II.

Cur nec Pompeia lentus spatiares in umbra.

i. 12. c. 2.

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 oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad de ambulatium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores no stri extruerent, atque illos modo arboribus conferent, modo nu do relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumen to quoq. sunt xystra illa a nobis superius declarata, & praecipue de ambulatorium illud Atheniense in Academia, quod pulcherri mis platanis confitum 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 Hegefippus, & 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 Paufilippo uidisse, testatus est nobis Ligo rius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tu 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 fa nitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualitudi nis offensionem ambulationes perficerent. Solstratum Gnidium ar chitectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primu 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, unquam eos ambu lando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xeno phon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystris ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu lasse, atque illam ambulationem apud medicos *deoblegantia* uo catam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apothera pia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studen tes ambulationem parum curasse credendum est, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocui set ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitatio ambu la re celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudi nem permanuisse, 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.

lib. 1. de re mil. cap. 9. & penult.

In Oecon.



3. de usu partium.

In Oecon.

Coeli^o Au. li. Chron. 2. cap. 3. lib. de causis procat.

3. d. tu. ua. cap. 2.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de-
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem defini-
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, quando quidem modo in urbe fiebant, &
in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
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-
nosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disse-
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 grauiiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem
tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes
pauca & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uo-
mitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus *ἰσχυρὰ καὶ ἄσπετον*
ἀσκήσιον appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus,
potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijissent, apo-
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-
cior ad cenam ueniret guttur.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.



VI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, ni-
hil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pe-
dibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profun-
dus quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pe-
dibus stantes si non ambulat, saltem aliquo pacto moueri, propter-
eaque statum huiusmodi 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 imbibebant, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo
modo

In Soph.

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes,
uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercita-
tionem motum existere, cui motui statum plane contrarium esse
praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum prin-
cipia statum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen
apertissime alucinari facile conuincitur; quando quidem omnes il-
li, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibilibus nullo modo ui-
deantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissi-
me persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non 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 serunt) non
ob aliam profecto causam, nisi quoniam corpus illud in sublimi
motu 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 inclinatione 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 delabatur, quia motus il-
le deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram incli-
natum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino
cuius 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 intensiois 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
Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contra-
rium

Lib. de tre. & sig.

rium collocavit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physi-
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
interdum non modice laborare, consentaneum uidetur, ut non ob id
status ab exercitationum ordine remouendus sit, quod exercitatio desi-
niatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur,
quinimmo sicuti quāplures motus, qui sanitati, & bono habitui con-
ferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, comu-
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
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi in-
nuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando deti-
netur, musculos magnopere contendere, atque etiam motum quen-
dam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in-
cicatricem coalescere minime permittat: atque hoc esse puto, quod
a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num
uero antiqui gymnastae inter alias corporum 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 praebant, uel statu non per se, sed ob alium ute-
bantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi
uerisimile redditur. Quod quaeeso certamen in stando solum effe-
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret,
aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inferiret,
uithorum 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 multi-
tudinem capere ualerent, quando quidem antiquitus subsellia quisq-
sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum,
ne non aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur,
isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Sci-
pione Nalica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propius mil-
le passuum subsellia posuisset, sedentiae ludos spectare licitum es-
set. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cauum fuisse,
ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioni sacrificarent, quemadmo-
dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,
*Multis dum precibus Ionem salutat,
Stans summos resupinus usque in unguis.
Aethon,*

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacri-
ficijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & ae-
quiore causa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes,
siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus sae-
penumero contingere consuevit) caperentur, sed attente simul, ac
uigilanter diutius in adorationibus perseverarent: nisi dicamus, il-
lud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam
maiores. Nam multa huiusmodi pro maioribus reuerentiae si-
gnis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
putantur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae
significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit
Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautum insinuat dicens. Quis
hic est qui operto capite Aesculapium salutat? cum detecto capite sem-
per ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima
honoris demonstratione reputabant, sicuti nos genus exum: quam-
quam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adoratione-
nes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaque 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
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 ualitudinarios aliquos interdum stando exercuisse,
se, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conser-
uandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere
conspicio: dum enim muscoli omnes contenduntur, & corpori ani-
ma obnitens laborat, utriusque ualidiores efficiuntur, interim quo-
que humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus ferun-
tur, cibusque 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 minus ad accommodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum nativum calorem, somnumque prohibendum valet, sicuti vulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare videtur. Illud vero hoc in loco praeterire nolo differt, quisne erectus sub sole stet (*ὄλιθ:ρεϊ-δα* vocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur nisi eam, quam ratione status oriri demonstravimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam vehementius incalescere, quam illos qui moventur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos operam otus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, avunculum suum Plinium alioqui in vivendo solertissimum post cibum saepe, quem interdum leuem, & facilem veterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consuevisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuvij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamque nostram, qua post cibos veteres stare consuevisse iudicavimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non existerit, cum quisque apprimè cognoscere valeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue valetudinarii, posse aliorum loco si non aequè bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione levi diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

5. partic. Prob. 34.

Epist. lib. 3. & 6.

De pugnarum generibus. Cap. IV.



QUAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperitur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, vel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, vel ut in ludis, amphitheatris, atque alijs publicis

Acis certaminibus spectaculisque coronas victoriae consequeretur, populumque oblectarent; vel ut optimum corporis habitum, atque sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturque hos apud Euseb. viij. Hist. Eccl. cap. xvij. *Μαχητας* nuncupatos existimo, ut ij. qui pugiles eo in loco transtulerunt inepte se sellerint. Quomodo vero efficeretur, quoniam satis quisque ex se conijcere valet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud solum praetermittere nolo, apud Oribasium duplicem pugnam in medicinae gymnastica existisse: alteram cum telis semper, alteram plerumque sine telis, quam *σπιαμαχίαν* Graeci, umbratilem pugnam vocarunt nostri. telorum pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, vel incidentibus, & pungentibus certabant, unde *μοιομαχίας* nomen antiquitus utraque sortita fuit, & Ba Coelio Aureliano *hoplomachia* hoc est armorum ficta confrixio vocata, nec non ad diminuendam *πολυσρκίαν* laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo adversus umbram & brachijs & cruribus pugnat, propter Platonem, qui & in Apologia, & alibi *σπιαμαχίαν* de pugnantibus sine adversario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita certantes consuevisse non solum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, verum etiam adversus columnam, & adversus palum, de quo fecit mentionem Iuvenalis, aut murum, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam salientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potissimum veteres facere consuevisse opinor, quando antimachus sine adversarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimè quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis quibusvis adversum alterum contendere solent. Primum enim illud innuisse videtur Plato, ubi dixit: *καὶ ἐτι πάντων πάντε ἐμψύχων, ὅτι ἂν ἀψύχων δοτορῶσιν, ποτε, ἐρημία συγγυμνασῶν, ἀεὶ γὰρ οὐκ ἐτολήσασκεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτὲς ὄντας σπιαμαχίαν*: hoc est, Si oibus animatis & inanimis careamus, nunquid nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopia, adversus nosmetipsos vere umbratili pugna certare audebimus: & post ipsum Plutar. i. 7. Pro b. comuialiū: *ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἰκιστὸντας ἢ δὴ σπιαμαχίαν πρὸς τὰ εἰδωλά*: id est, Sed video, ait, vos iam umbratili pugna adversus idola certare paratos. Neque vero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnas (quasi id ridiculum sit) affirmarim: quoniam etiam hisce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, adversus aerem pugnis, brachijs, armisque certant, vel quando adversarius abest, vel quoniam a nemine videri amant. De hac Paullus Apostolus loquens dixit: *ἄνω πνευμάτων, ὡς ἐν ἀεὶ ἀέρι δέσσει*, i. Ita pugnis certo, quasi

5. chro. pa. cap. ult.

Sat. 6.

7. de leg.

11

Prob. 10.

aerem



acrem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationu loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica u. tustissimis usq. temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimu testem Plutarchu habemus, qui in 5. Sympos. scriptu reliquit, ant. quitus monomachiam. s. aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alpheum fluuiu, circa quam quinto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpretes testatur, alternis olympiadiabus, siue mensibus quadraginta octo, aut quin quaginta certamina olympica Ioni sacra celebrabatur, usq. ad mortem deuictoru cadentiumq. iugulationem procedere consueuisse. Praeterea narrat E Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum more retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecoru nationi proprias exstasse, aduundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophilon auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachoru spectacula non modo in festis, atq. amphitheatris, ueru etiam in conuiujs a Tyrrhenis consuetudine mutuatos adhibuisse; quamuis Romani non monomachos, sed gladiatores hos oes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnates Smaragdo Nerone spectasse scribit Plinius. Hi quoniam arte plurimis absurdis plena exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponam. Nam illud primum detestandu plane habebant, quod certantes qua grauius poterant, sese ferire studebant, & non solu (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messalinae aetate medicinae Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur, sed etiam non raro usq. ad alterius, uel etiam amboru pugnantium interitu certamen protendebatur: quemadmodu, praeter Athenaeum, atq. Plutarchu, Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauius uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis potifice in eoru medicum coopratum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugna u pugnae hanc proposita sorte fuisse, aut occidere si occupauisset aut occubere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanaru quaestionu memoriae mandauit, athletas etiam uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactu ijs esset, se uelle decubere. na usq. adeo

2. Prob.

Lib. 15. ca. 18 & lib. 37. c. 5.

3. de cop. me. p. gen.

Lib. 7. c. 3.

A adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec multu mutarent, huiusmodi uero nefandas hominu caedes cu sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus narrat Dion eum edicto cauisse, ut gladiatores non acuto ferro, sed obtusis gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi arti discendae operam auant. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictabant, sicut post Plinium Galenus eisdem & faba, & pitana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinem ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animu & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praecclare admodum sic a Cypriano declamatu est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidine crudelium luminu sanguis oblectet. Implentur in sitium eum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membroru moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur 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 possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ulu oneum funus ornantur, malis suis miseri gloriatur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut macroribus suis mater intersit: hoc, prohi dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, taq. diris esse se non putant oculis paricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius oratione hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitate ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & faeuicia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria

lib. 17. c. 7. Primo de alim. fac.

lib. 18. c. 1. & lib. 36. c. 4. uli. li. 2. epist.

lib. 35. c. 7.



3. de frac. lib. hist. 1.

Spartianus I Pupieno & Albino. In Anach.

in foro per triduum avo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod D uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis existisse. Ex altera parte cū Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cū Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spectra Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplese scribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortunae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atq. caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue quales, ac gallis pugnantibus spectandis studium impederent, quo illi uolucres usq. ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne a uibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoque fecit Aeschines contra Timarchum, & Columella libri octauo cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atq. gladiatoriam pugnae speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherimae etiam puellae monomachorum instar decertaret, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athleticarum exercitationes adnumeranda 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 pugnae excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nominibus uerba: *ὁ περὶ ὁ σοφὸς ἐκ ἐπινοήσας μιμῆται τὰς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἱ πολλὰ κίς ἀδινεῖς δὲ εἰναί τὰς ἀνταγωνιστὰς ὑποβήματα, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς δρόντας, αὐτοῖς ἀδρῆως σκιαμαχοῦντες, εἰσὶν τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κειρατῆναι: i. Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, nec non aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna*

certan-

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athleticarum gymnasticae pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Aristoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6.

lib. 1. de re milit.

*aut quis non uidet vulnera pali.
Quem cauat assiduis sudibus, sentoq. laceffit
Atque omnes implet numeros,*

Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusmodi exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari oēs docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse. quod enim huiusmodi cōcertationes maximam ad belli peritiā utilitatem praestarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scirimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus conducere, ut armis pugnae 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 seriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulant, quandoque etiam reuera ferientes, & plagarum inflatōnes, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnant: quod Celtas post cenam factitasse, Possidennius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminent: contra illum palum ue-

7. de legib.

Athenaeus lib. 4.

lib. 1. de re milit. c. 11.

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 om
 ni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medici
 nae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cogno
 scet ille, qui Antylli orationem apud Orbasium pensitauerit. Is
 quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ua
 letudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum
 paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae
 pro sanitate exereceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis,
 rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inue
 xisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnasticae munera etiam
 armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condu
 centem recenscat. Nam gymnasticos tam armorum, quam um
 brae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit
 Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam com
 mendauit, hoplomachiam uero a Dama inuentam multorum
 membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis
 peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, prae
 ter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit,
 uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus,
 nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praeue
 exercentem, siue potius aduersarium grauius & praesertim in oculo
 ferientem, hisce uersibus carpit.

6. collect.

2. de tu. ua. c. 11. & 12.

Lib. 8.

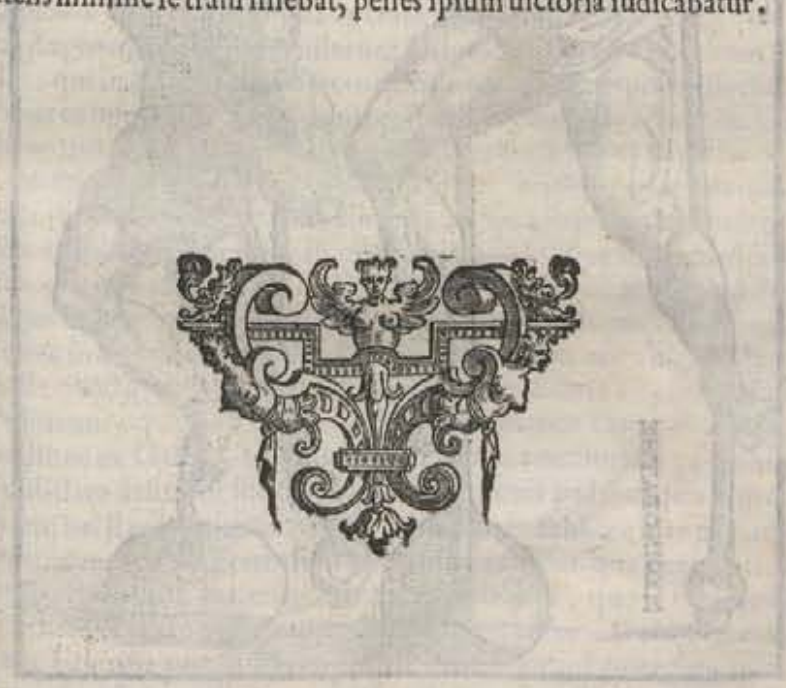
*Hoplomachus nunc es, fueras opthalmicus ante
 Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.*

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuius esse potest, pu
 gnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasti
 cae 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 existere, quae licet ubique locorum, prout tem
 porum & hominum uariae occasiones postulabant, age
 rentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus
 sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ δὲ χροῖς ἀναρριχῆσαι τὸ ἀνε
 χειρῆσαι

A χειρῆσαι, τὸ ἀναρριχῆσαι, τὸ πυτιλλῆσαι idest, per funem ad
 scendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pytilissare. Quo
 modo sese per funes ascendendo exercebant, sine labore cogno
 sci potest ex hac, quae in sculptis gemmis ueterum spectatur, de
 scriptione. Vnde iure similem exercitationem inter uehementes
 Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, sicut obatas a
 Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per or
 bem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuisse,
 non modo ex praedicto icone recognoscitur, uerum etiam Te
 rentij in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur: Ita
 populus studio stupidus in funambulo animum occupat. Fu
 nambulibus non admodum dissimile fuit genus id ludi, quod apud
 Hesychium, & Pollucem ἀναρριχῆσαι uocatum inuenitur, in eo
B enim trabs solo depacta erigebatur in cuius summo foramen erat
 per quod funis traieciabatur ex una parte funiculi, alter auersus cir
 cumlegabatur, alter ab altera trahebat, siue trahens focium usq.
 ad summum traxerat protinus uictor denunciabatur, sin alter resi
 stens minime se trahi sinebat, penes ipsum uictoria iudicabatur.



K ij



A ἀροχαιεῖς δὲ μὴ non defuerunt, 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, perierans. Hac athletae perituro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Paulaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀροχαιεῖς ὡς quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀροχαιεῖς δὲ solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agilia simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualitudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paulus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθεῖς, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque verbis plane ijdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans uno quoque curtu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetit. Ceterum πινυλιζεν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae 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 sermone habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in alium sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de-

11. 362

11. 362

6. Elias.

2. de tu. va. cap. lib. 2. li. 1. fen 7. doc. 2. c. 1.

In Mife.

In vita Ly. curgi.



fatigari. de hoc item locutum esse Iuvenalem arbitratus Scaliger D
legebat.

Qui Lacedaemonium ptylismate lubricat orbem.

Sed nos aliter superius legendum demonstrauius. Praeter haec
enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuiuspiam alter
iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non
manibus modo, verum etiam cruribus, spinaque constans, & non
flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt,
dum alias conuelleret se, moueretq. e disco inuncto, super quem
erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.

Mat. II.

n. d tu. ua.



uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuius praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quae admodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectebatur absolueret sese iubebat, aut ipse se a complectente solvebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus illa manibus complexus, seu onus aliquod sublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuque corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auienna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per se separatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: *κατὰ σμικρὸν γὰρ προΐόντες λαλῆθα μὲν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μίσην πεπιπυκότες. Ἐὰν μὴ πῆ ἀλευροὶ μὲν δὲ φύγωμεν, δύνω δ' ὄσομεν ὡσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διαγυμνῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληθῆντες ἔλκωνται 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 utrisque capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distractorum haec uerba habet: *ἢ δὲ Διελκυσίν δ' ἀπαίξεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. ἢ μὲν ἀλλὰ καὶ ἀλλὰ γόβη. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἔλκυσαι τὰς ἐτέρας δι' ἑτέρου, ἐς τ' ἂν καθ' ἕνα μετασπῶνται, παρ' αὐτοῖς οἱ κεραιότες. hoc est.* Dielcystinda autem, plerumque in palaestris luditur, ueruntamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, sique ad illam partem transmigrauerint, penes illam uistoria est.

De Spiritus cohibitione. Cap. V I.

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

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, cogunturque, ut expirationis uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & expirationis. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At expirationis tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & & auxiliij 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 excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi 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 cingentes feliciter propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiusmodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natuum auctum confirmare, modo spiritalia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excrementi secum non nihil arripit; quin immo, 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 utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendavit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum extinguere, uerum etiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de causis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps uehemen-

Prob. sect. 33.
3. de Sympto. causis

3. dnu. va.
cap. 2.

2. partic.
prob. 1.

vehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, im-
perarent; demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praece-
ptum illud Hippocraticum omnia *ἐκαστοῦ ἀγωγῆς* agenda, anti-
quos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exer-
citationis genere forsitan non uterentur, nimirum quod nullibi ad
gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deser-
uiret, nihilominus eos inter ceteras obcundas exercitationes spiri-
tus quoque retentione duabus de causis usos credo, tum ut a las-
situdine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subse-
quentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus signi-
ficasse uidetur, tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur
in impulsione, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spiri-
tu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quo-
dā modo uires effici, si spiritus detineatur, quondie declarant one-
ra gestantes, nec non ceteri omnes grauiore operarij, quos, ut ma-
ximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cer-
nimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur cresce-
re faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti
dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores
exire, distillare non patitur: unde postea retentis illis neque labo-
rantes sudoribus distillant, delassanturue, neque uis, quam in hu-
moribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes sa-
tētur, ulla ex parte flaccidescere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus
in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fri-
cabant, ipsis tubere, ut spiritum interciperent, sicque frictionibus
contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrecta-
tas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur *τυπένας*,
τένοντα, legendum esse, omnis ratio psuadet: etsi bonus. Erasmus
diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus cla-
rum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retē-
tione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae
gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde
probatum est. Immo uero etiam athletas ostentationis, & spectato-
rum voluptatis gratia in spiritus retentione se quādoque exercuis-
se. inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim
fronte ac etiam costis & pectore robustis uittis ligato tamdiu spiritū
retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescerent. uenae liga-
mina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines,
quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi
honorum 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 retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasum legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atque cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. Cap. VII.

INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppediari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquam de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, quasque eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerum etiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimata fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus

lib. i. ser. 3. cap. 5. li. i. fen. 3. doc. 2. c. 2.

3. de bello ciuili.

Albus & hostes terreri, & suos incitari existi mauerunt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum hominum genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similitum recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum compositi. 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, si praecones, nec non tragoedia, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuius intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maioris calamitatisque magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos in fibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, in fibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones in fibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

*Menophili penem tam grandis fibula uesit,
Ut sit Comoedijs omnibus una satis,
Dum ludit media populo spectante palaestra,*

& alibi:
Hen

11. & 19. partic.

lib. 5. chro. cap. ult.

In Ione.

19 partic. 11 prob. li. 7. c. 25.

Lib. 7a



Heu cecidit misero fibula, verpus erat.
& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat. 6.

Soluitur his magno Comoedi fibula. &

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Uocem uendentis praetoribus.

lib. 1. Atti.

Satis itaq; constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum tēporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq; phonascos, sicuti artē phonasciam a Theophrasto fuisse appellatā. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundū Pausaniā imagine theatri constructum habuisse, in quē deferēbantur poemata, priusquā in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, *ωδεία* Graecis, a Latinis ipsis odeum uocātū, in hoc uocis exercitationes, atq; certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronē, musicū certamen instituisse, Domitianumq; odeum, ubi praeter citharaedos, citharistas, atq; psallicitharistas certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiōrum exedris, in quibus philosophos, & rethores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq; exercuisse suspicor, cū ad formandas excellendasque uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus, quē Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatē haesitare Neoptolemo histrioni decē millia drachmarum numerasse, ut cū uno spiritu uersuum periodos proferre faceret auctor est Plutarchus in decē oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercēbantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis *χοῖς ἀγρῆς ἐόφου* siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laudeungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduertentim, Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem cōmendasse, similiter & Coeliū Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiū anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praecceptore administrandum

In Prot. In lib. de tuen. san. In xix. part. sic. prob.

Lib. 1. e. 8. lib. 1. e. 1. & lib. 1. cap. 6.

Astrandum consuluisse, ad credendū adducor, aetate illa uocis exercitacionem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluisse: tametli postea Plutarchi atq; Antylli tēporibus ipsa maius incrementum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitacionē uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualitudinē, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, utpote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq; maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illū, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in exercitacione habitum & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstraciones extenta, atq; maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cū alius deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq; spōgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquā prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quae uel clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur, sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius **C** locus Elegiae dabatur, quartus modulus, & numerus, atque in his omnibus praestātius iudicabatur memoria recitare, quā legere, & ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quā nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabantur, uocē quam grauisimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eam redigendo: deinde cum non multū in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paulatim uocem diminuendo, donec ad grauisimam, a qua ductum initium erat, reuertentur: atq; hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uirū, alacritatis, consuetudinis, & deniq; aliorū, de quibus Plutarchus in libro, quē de conseruanda ualitudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quā sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitacioni minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc pertinet

In lib. de tu. ual.

4 Meth. lib. 19. c. 1.

In lib. de tu. ual.



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 animorū 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 nō sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica
 eam locū obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio po-
 test, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena existit, qui se-
 cundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent,
 & seruant. ut haec de causa nemo infitiri debeat, quin musica, per-
 inde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam
 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 compositum,
 modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum or-
 dine seruato, modo eandem sub magisterio alyptac, uel musici prae-
 cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym-
 nasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul-
 tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt,
 lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum
 exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristoteles
 iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent:
 ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διστασεις τῶν
 πλάτων, καὶ κλαυθμῶν, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κλιόντες ἐν
 τοῖς γόμοις. συμφέρουσι γὰρ ἀρὸς αὔξησην, γινέται γὰρ τέρπον τινα
 γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἢ γὰρ τοῦ πνεύματος καὶ θεῖς, ποιεῖ τὴν
 ἰσχυρὴν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διστασμοῖς. id
 est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus pro-
 hibent, haud recte faciunt, cōserunt enim ad incrementū, cum sint
 quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio
 laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-

19. part. Prob. 38.

lib. chron. cap. 1. & li. 2. c. 6. & 13

7. Polit. cap. ult.

22 πλάτων, καὶ κλαυθμῶν, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κλιόντες ἐν
 22 τοῖς γόμοις. συμφέρουσι γὰρ ἀρὸς αὔξησην, γινέται γὰρ τέρπον τινα
 22 γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἢ γὰρ τοῦ πνεύματος καὶ θεῖς, ποιεῖ τὴν
 22 ἰσχυρὴν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διστασμοῖς. id
 est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus pro-
 hibent, haud recte faciunt, cōserunt enim ad incrementū, 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
 athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mā-
 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 existat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, ut est apud
 Meletium, motio quae in facie existentes musculos distendat, siue
 muscularis dilatamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis
 visceribus impellitur, siue quid aliud sensum atque intellectum hu-
 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
 sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mor-
 tem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, ut falsum
 dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme constet, qui
 risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus pro-
 desse credidit.

2. Tusc. q.

2. de part. animalis. & 35. part. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyt.

De Cricilasia, Troco, Petauro, & Pylamalleo. Cap. IIX.



I ea omnia, quae antiquis temporibus usitata, ac, ut sic
 dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita,
 sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent,
 aut ab auctoribus scriptis mandata non interuissent, mul-
 tos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac anti-
 quatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra ullam 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, ut in dies cogantur homines obsoleta renouare, depraua-
 ta reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis
 splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, som-
 niantes quandoque a veritate procul aberrare, inter quos cum ego
 quoque similem provinciam 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,

2. de anat. admini. in princ.

Gymnastica.

L a qui-



a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercita-
 tionum genera, quae quod temporibus nostris desueverint, uete-
 rumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qua-
 lesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmā-
 dum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam
κεκλισσίας, quae circuli impulsus latine sonat, modum atque fi-
 guram tamerli Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen
 res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino
 cuius erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones di-
 gnoscere. 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 ad-
 ducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur.

cap. 26.

Ελλάσσονα δὲ χέτω ὁ κείκος τὸν δέματτον τὴ μήκος, τὴ ἀνθρώ-
 πικῆ, ὡς τὸ ὕψος αὐτῆ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνίδη, ἐλαύνεται δὲ μή-
 κατὰ μήκος, ἀλλὰ κατὰ πειτλανημῶν, ἔσω δὲ ὁ ἐλαττορ σιδ πρὸς ἐύ-
 λινον ἔχων πλεῖ λαβῆ, τὴς μῆτοι λεπτε κείκος τὴς πειτεμῶν τῶ
 τρεχῶ ἀθήσο ἀν τινος εἶναι πειτετῆς, τὸ δὲ ὄχι ἔταις ἐχει ἀλλ' ὁ ἴ-
 φος ὁ γίνωμῶς ἐξ αὐτῶν δέματτον ἐργάζεται, καὶ ἴδον τῆ ψυχῆ,
 idest, Habeat uero circulus diametrū hominis longitudine mino-
 rem, ita ut ipsius altitudo usq. ad mammas pertingat, neq. secundū
 longitudinē, sed in trāuersum impellatur, si autē impulsor ferreus
 ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumposi-
 tos superuacaneos esse putarūt: at hoc minime ita se habet, quin im-
 mo sonus ab ipsis genitus relaxationē, atque uoluptatem animo pa-
 rit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines cir-
 culum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi
 erant, quadam ferrea uirga ansam habente in trāuersum latus im-
 pellere 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 ha-
 beatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam & condi-
 ciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus grae-
 cus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum:

Sen Graeco inbeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & il-
 le aequē sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis for-
 tasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habe-
 re facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam li-
 gneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,
 ut,

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

*An magis oblectant animum iactata petauro
 Corpora, quiq. solent rectum descendere funem
 & Martialis libro 11.*

Quam rota transmissa toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assi-
 milari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactatio-
 nem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur asse-
 re funibus quattuor ad laquearia suspensa, & ibi sedentibus pueris,
 aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum ap-
 pellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsā est, cuius
 B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xij. ubi ad coercen-
 dum 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 ἀερα, uel
 πρὸς αὔρας πείρονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent.
 quod exercitationis genus etiam in ludis gymniciis usurpatum fuit.
 se apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicui-
 que perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, at-
 que Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscella-
 rum ludus representatur.





OSCELLAE VEL PETAVRŪ

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quo ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lutores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsitan profus absouum 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 utile munus,

lib. 14,

Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &

Garrulus in laxo cur annulus orbe uagatur.

ibidem.

Cedat at argutis obuia turba trochis. &

Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,

lib. 11.

Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

B

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

Increpat & uersi clauis adunca trochi.

lib. 5.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasia 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 existerit; propter hoc tamē quid trochus foret, minime 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' ἀρ' ὑπὸ στυγᾶλας θοῆς βέμβικας ἔχοντες

Ἐστραφον ὄρειν παῖδες ἐνὶ τερόδῳ. -idest:

At pueri scytalis ludentes turbine acuto

Vertebant lato quisq. suum in trinio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus

7. Aeneid'

Ceu quondam torto uoluitans sub uerbere turbo,

Quem pueri magno in gyro uacua atria circum

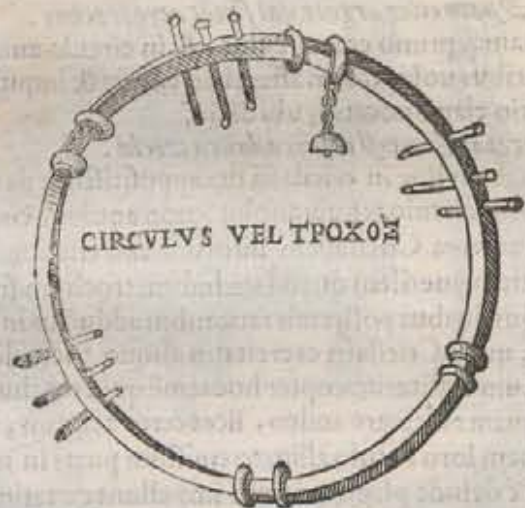
Intenti ludo exercent, ille aētus habena

Curuatis fertur spatijs, stupet inscia turba,

Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Gymnastica. L iij Dant

Dant animos plagae,
minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contextas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam 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 incurfu 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 existisse, quem (ut ego puto) apprime representat haec figura,



a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento 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 conueniat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

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

Cumq. Propertius inter gymnasiolorum exercitationes recenseat:
pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uideretur. & 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 forsitan contendat, cum apud Auicennam inter 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.

loc. citatis.

De Equitatione.

Cap. IX.

HACTENVS eas exercitationes profecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.

C quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamento factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis *in aria* uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit 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 existisse, auctor est Plinius. post Bellorophontem Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paulatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

3. de tu ua.

lib. 7. c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

L iij

cru-



1. Rhetor.

7. Metho.

lib. 11.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripere, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E Albi scilicet, Rufi, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumque studium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercore equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atque temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualere, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria causa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permetterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiusmodi factionibus aut studio, F sissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atque his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

*Saepeius ad palmam Prasinus post fata Neronis
Peruenit, & uictor praemia plura refert,
I nunc lior edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiuia meus, Venetorum loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.*

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fuisse tempore suo, quando Martialis quoque floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

per-

A

*Percutit, euentum uiridis quo colligo panem.
Nam si deficeret, maestam, attonitamque uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.*

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

*Roma magis fuscis uestitur, Galliarumque,
Et placet hic pueris, militibusque color.*

lib. 14.

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

*Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.*

1. de arte amandi.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticam 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 testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atque inermes exerceri statuit, uerum puellis quoque tales exercitationes inire concessit, easque inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui-

8. de leg.

C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loquitur: μετα δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβας ἐπὶ τὸν ἵππον, ἵππασάμην ἵππασίαν, ὡς ἀνὲγὼ δυνώμα ὁμοιοτάτω τῆς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκῆς ἵππασίας, ἔτε πλάγιον, ἔτε κατάντες, ἔτε τὰ φρου, ἔτε ὄχι τὸ ἀπερόμηρος, ὡς μέντοι δυνώπον, ταῦτα ποίοντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεύσαι 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 modo 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 uiuendi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: ἢ τί τὴν ἥραν ὃ ἰσχύμαχι ἀριστόν-

In Oecon.

ως



τας γὰρ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν ταῖς αὐταῖς χρόνῳ συνεσθλάσμε- D
 νος χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγίαν ἔπρὸς τὴν βίβλην ἡδυσμέναις
 μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τῆς πόλεως ὀπμι-
 λείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem
 o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempo-
 re collectam 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, & Is-
 chomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elici-
 tur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus
 usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem
 recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus ha-
 bitum ingenrandum 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 acce-
 deret, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exerci-
 tationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepo-
 tem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis im-
 perata 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.

2. d. tu. ua. cap. 11.

Loc. citat.

De Curruli uectatione. Cap. X.

DIXIMVS duo esse exercitationum genera, alterum in
 quo homines a se ipsis solum mouetur 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 gesta-
 tio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo,
 Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis ὑποεξ
 uocatur, in sequentis uerba facere polliciti sumus. atque iam de
 equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem ex-
 plicauimus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curri-
 bus uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiat, si quidem
 ut

2. d. tu. ua. cap. 11.

Aut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iun-
 xerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitem imagines re-
 latum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, &
 modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus
 faciendis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem,
 fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi li-
 gnis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum ro-
 tis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges.
 Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradi-
 dit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri tempo-
 ribus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo ro-
 tas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum
 in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atque uehicula au-
 ro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus co-
 operata fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem
 admodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti
 aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum ui-
 ris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & mon-
 struosa 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 tan-
 tumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto
 uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira per-
 citae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pare-
 ret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam,
 atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutar-
 chus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes uehe-
 rentur. M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consu-
 lens modelhae, 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 Olym-
 piade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis igno-
 rat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissi-
 me assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in pu-
 blicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Ro-
 manos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publi-
 ca spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica
 praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadri-
 garum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebraba-
 tur,

li. 16. c. 42. & 53.

lib. 7. c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

li. 34. c. 17.

Lampridi' in uita Heliogab.

lib. 17. c. 7.

In paed.
Cyti.

Oribasius
li. 6. c. 25.

2. de tu. ua.
cap. 11.

In probl.
Rom.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D
sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur ma-
iores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione
in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo
tamen, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora; at-
que etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e cur-
ribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebatur,
quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se
exercere ueteres consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam
in exercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes su-
perarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectatio-
nem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curan-
dis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus,
Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasti-
cae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febrici-
tantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur)
tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi
duo genera effecisse uidetur Galenus, alterum in quo homines uecti
sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe,
frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scri-
ptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo
prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio
non relinqueretur. Nunquid autem sani simul, & ualitudinarij in
ijsdem 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
quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto
maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & te-
ctis, & apertis sine ullo discrimine ufos esse, uerisimile fit: et si for-
tasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possu-
mus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum
prospera ualitudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac lin-
guam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehicu-
lo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorum
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. oclusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omni-
bus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus cete-
ris

Aris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas mo-
tum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & con-
ditiones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio,
quae admodum & aliae, proprios praefectos, nimirum aurigas si pos-
sideret, in superq. communi totius artis magistro subijceretur, qui
& modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercita-
tione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa
curruum, aut uehicularum genera, ut Plaustrum, Elleda, Petori-
tum, Arcinam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum,
Thensam, Cesium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae
omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero mo-
do forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de
his non est quod loquamur, cum uectatio omnium 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 eo-
rum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare
pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper ho-
mines studuerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non
desunt qui opinentur: nec forsitan sine ratione; quandoquidem nul-
la apparet probabilior causa, qua inducti ueteres huiuscemodi in-
strumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire ne-
queunt, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes ua-
gari, iter facere quam commode ualere; nisi dicamus, Imperato-
res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uen-
to, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas &
sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diui-
tes luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medi-
ci gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis conceditorum tradu-
xerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque
gymnastas illas ad exercenda saepe ualitudinariorum, rarius sano-
rum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sel-
lae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuius li-
ceat, attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum
fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, pos-
sent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo
non admodum dissimilem existisse, nisi quod nostra a mulis, uel
equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis
sex



Lib. 6.

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

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

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

Lib. 2.

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

Lib. 6.
libro 1. ad
uxorē suā.

Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper
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 quen-
dam 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
commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur in-
seruiebat, 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 gestan-
dis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in
locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castis
fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per ur-
bem gestari uetitum credam, duetonij auctoritate inductus, qui
Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem ue-
hendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sel-
lam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpretis
alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sine-
batur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac
fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant primam quoq. tem-
poribus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij prin-
cipes 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: secun-
dam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus
lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem signifi-
casse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui senten-
tiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gesta-
tiones, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit,
eius. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur
tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes,

lib. 1. chro.
cap. 1.

lib. 3. c. 6

B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis ue-
hebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualeitudinis
gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim
Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuen-
do solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo
uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auun-
culum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas illum stu-
dij 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 usur-
passe 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-
seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad tri-
ginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque
lecticam idem exstitisse, praeter ceteris unum Martialem adducere
possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas di-
uerfas fuisse, cum ait.

6. d. tu. ua.
cap. 4.

lib. epist. 6.

Orib. loco
ciato.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso

lib. 10.

Per medium pugnas, sed prior ire, lutum,

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

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



V O. D. agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere velim, forsitan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cura me silentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris, cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, ut praecclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulera mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, ubi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciendus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpretis nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & ideo omnes illos profus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum usum habere censeant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorum, dum in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum valetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balnearum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Aesclepiade Prusiense frequenter usurpata apud Plinium traduntur, ut is infirmorum voluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inventor suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum videtur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore existitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

Oriba. lib. 6. collec. lib. 3. c. 6.

7. de repu.

lib. 26. c. 3.

A operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Aesclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut terra sublata aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laqueariibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lucillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscumq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa incunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia 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 pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam esse, quoadiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uuo ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellauerunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus. uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustum ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo gestabantur,

lib. 26. c. 3.

li. 33. c. 1.

lib. 9. c. 55.

Gymnastica.

M

stabantur,



stabantur, secundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, scimpodio undiq. obrecto ferebatur. Ceterum qualis huius instrumenti figura extiterit, haud satis constat: putandum est tamen sellam fuisse ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum, ut pendere uideretur, in quo si non peuitus, saltem ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexisse meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Crispinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1. Qui dedit ergo tribus patris aconita, uehatur pensilibus plumis, atque illinc despiciet nos?

de eodem interpretanda est haec inscriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctissimi, & eloquentissimi filius eruditissimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allata retulit.

D. M.

L. AEMILII VICTORIS QVI PRIDIE NATALEM SVVM VICESIMVM ET SECVNDVM PRVNA IN PENSILI POSITA VRGENTE FATO SANVM IPSE NECAVIT SE L. AEMILIVS VICTOR PRINCIPALIS ET AELIA VENERIA FILIO PIENTISSIMO ET SIBI

10. Meth. neque aliud significauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum heceticis praescribens haec scriptis mandauit: ἀρρωστοῦντα ἐκ τῆς νόσου κομίζεσθαι μὴ ἐπὶ τῷ σκίμποδῳ εἰς τὸ βαλνεῖον. id est, aegrotantem uolo portari in scimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de sua ipsius uita intellexit, dum dixit: cum dormisum, in lecto iaceo; ubi uero in schola, in scimpodio. sicut etiam Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in scimpodio Graeciensi cubantem inuenisse. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus nostris lectulos, ac balneas pensiles, nec non scimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnasticis ad exercenda ualitudinariorum corpora usurpata fuisse. Quale porro fuerit instrumentum illud machinamentum raptorium, & macron sparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recussabilis fera Italica nominata, quibus duobus gestabantur, nondum mihi plene compertum est, cum a nullo alio auctore ipsorum mentionem hucusque factam inuenierim. nisi fuerit. ut supra diximus, petaurum, uel potius sit Coelii contextus deprauatus.

lib. 3. c. 6. & lib. 5. c. ult.

De Navigatione, & Piscacione. Cap. XIII.

A

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus extiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste 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 nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores existunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tum uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus ficcis exstecare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum asserit Annaei Gallonis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huicemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualitudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. senserit 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 inculpato uiuuisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualitudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

4 Aph. 14

1. partic. Prob. 54

3. 1. doc. 2.

cap. 2. lib. 31. c. 6.

lib. 5. epist.

Cap. 6.

M ij in



In lib. de
causis na.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris ad spectu proficiscentes corpora perturbant, atque 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 inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes in frigidant, maritimae uero latenter, atque sensim corpus aperiant, & falsae proprietatis causa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoque apud me, huic sum mopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exerceantur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginensibus mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercebant. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse possit, Romanos exercendis copiis suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atque huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caelo Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrat, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore 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,*

Es

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 medicinam atque bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatus necessarium raro fieri consueisse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum extitisse, aut non sine veri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subiisse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

5. Acc.

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neque animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iure merito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicite, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atque aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores 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. Neque tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum 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 non cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo*

In sophist.
& 7. de leg.

2. d. tu. san.
cap. 8.

6. d. comp.
med. fm l.
38. partic.
prob. 2.

Gymnastica,

M ij

&



& 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 uictabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel ue-
nabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui
quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro pesca-
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 intui posset, quam dum aliquis
nec litteras, nec natate scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores il-
lud in prouerbiu[m] contra bardos, & prorsus inertes continuo rece-
perint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando nata-
di peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteaetis saeculis
afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio
enim, qua impulsu maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt,
haec una iudicio meo existit, quod primis illis temporibus apud
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 incunabilis
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-
citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores
inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua
etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, &
continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar-
tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exer-
citationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac si-
mul

Secl. 27.
Prob. 5. &
2. Rhet. c. 4.

De Cyri mi-
noris expe-
di.

lib. 1. de re
mili. c. 10.

A mulnatare perdicerent; 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 ualitudinis con-
seruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis
gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatu 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 auctorida-
tem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de
qua libro postea decimo fusilissime scripsit separantis, ipsa quoq. ra-
tio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uni-
uersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando
B eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros
temporis sui in aquis γυμνάδιον παρδίωνε facere consueuisse scri-
pserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam
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 projicere de-
bere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obser-
uarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud
auctores obseruauit, 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. 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 natate latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum

7. collec.

27. partie.
Prob. 3.
4. De locis
affect.
Oribasius
l. b. 6. c. 27.

Epist. 7. &
13. lib.



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 edocēs magis laudat lotionem in balneo factam εν ταις κολυμβηθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam εν τοις μικροις πυλωροις. 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, quā 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 publicae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, & exercitationis alioqui causa 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 cū 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 etiā 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 tū in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē feruentem solum in labris factitatum. q̄ si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohæret piscina calida minifce ex qua natantes mare aspiciunt, de calefacta ui solis, & maritimo situ potius quam de seruefacta 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 corpulētia crafsitieq. 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 tenuitate suā citius & leuius illabatur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiare nando construebantur, & ideo κολυμβηθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, θ̄ αγ̄, εις τ̄ω̄ κολυμβηθραι τ̄η̄ σιλωαμ̄, η̄ ν̄ῑ, αῑ ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruandis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit nantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardore & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit.

Cap. 9.

B

De Venatione.

Cap. XV.



RAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inueniunt, 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 cuncti hominis causa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo non uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ipsq. ualidis, & sanis conseruandis uenationē tantopere aestimarunt, cuius nimirū 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, proballemq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, cumu-

In lib. de ludo paruorū pilae.

1. Polit.

In libro de uen.



cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
 in eo praefertim, q̄ non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
 animalibus sine dolo capiendis laboriose uersatur, de quo magis
 nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
 lustrum auctorum testimonijs hanc sententiã audacter nimis pro-
 ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercita-
 tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demonstrare conabor.
 Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
 mentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui
 postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
 species, aquatiliam scilicet, uolatiliam, & terrestriũ animalium di-
 stinxisset, improbat alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
 striũ uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. *πεζῶν δὲ μόνων θή-
 ρυσίς τε, καὶ ἄγρια λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῶν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τ' εὐδὸν τ'
 αὐτῶν, καὶ μέρη τυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀσχητῶν ἀνδρῶν. Ἰὺν ἀξίω ἐστὶν αἰνεῖν, ἢ δ'
 ἢ τ' ἀπαύματ' ἀπόνων ἔχουσα ἀκυσίτε, καὶ πάγαις, ἀλλ' ἔφιλοπό-
 νησεν ἡ σὺ χεῖρ' ἰκὴ χειρὸν μὲν τὴν ἄγριον τῆς θηρίων ῥόμην, μὲν δὲ πᾶσι
 λοιπῆ καὶ ἀρίστη τῆς τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσὶ, καὶ τοῖς ἐαυτῶν
 θήρα σώμασιν, ὧν ἀπάν τ' κρατῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
 αὐτῶν χειρὶς θηρίων ὅσοις ἀνδρείας τ' θείας ἐπιμελέει, idest, Solum
 itaque terrestrium uenatio, capturae, athletis nostris reliqua est,
 atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
 eturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
 laudem, sicuti nec illa, quae laborum intermissiones habet retibus,
 & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co-
 natur, unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
 quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos
 omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curates
 proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
 ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
 paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem
 dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
 sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽ-
 tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
 de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: *τῆς πολεμικῆς δὲ ἐνε-
 κα ἀσκήσιος ὅτι θήραν ἐξήγαγε, ἵαπερ ἀσκεῖν ταῦτα ἢ ἐτο χρεῖται,
 ταῦτ' ἡγήσασθαι καὶ ὅλος ἀρίστην ἀσκήσιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἰπ-
 πικῆς δὲ ἀληθῆς ἀτλή. idest, Exercitationis autem bellicae gratia
 eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi-
 stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-
 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 q̄ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum
 q̄ eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris re-
 bus 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 gymnasticae inseruientes exer-
 citationes uenatio quoq. locum obtinuisse dicatur. Quod uero
 nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenatio-
 nes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesenta-
 tae & apud Latinos scriptores misũ in modum celebratae demon-
 strant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant;
 illius tamen speciem praeferebant, nempe cum bestiarijs, atq. alij
 mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq.
 ad alterius interitum (ut refert Suctonius) contenderent, quo uena-
 tores 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 cor-
 poris 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 iuniorum Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insi-
 nuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eru-
 ditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, conti-
 gisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores
 ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam incolu-
 mes euaserint. ne silentio praeterea Lacedaemonios, a quibus olim
 ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibus apposis delectari
 negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia
 nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame care-
 bat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari
 nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, &
 uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse le-
 gimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo
 manifestum cuius iam esse potest, quantum in exercendis pro ua-
 letu-

Pau.

lib. 1. poli. cap. 5.

2. de tuen. san. In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epist.

in 30. con. et. 1. c.



letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius **D**
 cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-
 sco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus atibus, aliae canibus,
 sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
 ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circunciso uulnere ca-
 ro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terre-
 stres belluas peragebatur: 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 asserre nemo negarit. Eam enim uenationem,
 quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus
 exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
 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 percussae terram repetebant, ibi-
 que percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes
 accipitribus distribuiebantur; nostrum uero accipitribus, atque astu-
 ribus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini
 Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut
 etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam in-
 structis, & retibus aduersus quales, perdices, & fasianos exercetur.
 Sed de his satis. **F**

lib. 25. c. 5.

7. d. his aia
lium. c. 56.

Explicit Liber Tertius.



ARTIS GYMNASTICAE
LIBER. QUARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. 1.



EVM 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
 exercitationum omnium regulas tradere,
 quarum ductu non modo singula cogno-
 scere, uerum etiam 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 quotidianu
 medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, qui-
 bus haec nostra lectitare, iisque ad sanitatis profectum non osci-
 tantes uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum
 esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
Csecutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uni-
 uersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tracta-
 tiones, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res
 communi methodo inuentae certius confirmantur, 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 definiuerimus 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: primo differentias illas exercitationem consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualitudini 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 cuicumque aptatur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quinto 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 materia 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 existere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerarum quando quidem exercitationes, ut praecclare scriptum est a Galeno, opportune ac prudenter administratae erroris 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 ualitudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roborasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaue certamina se ualidum reddiderit. Contra, si eadem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerum etiam plurima, ac faeuissima morborum genera latenter inducunt, quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, iidem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, asiduisue medicamentis opus habeant.

x. de dieta.

1. d. tu. ua. cap. 7. & lib. d. cibis bo. & mat. suc.

In eius uita.



Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. 11.*



Igitur tales, tantaq. exercitationis utilitates existunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atq. humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres se-

ctas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorum alij quascunque exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos indicarunt, in assuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recensere, & 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, & Chryssippi in medicina successor, necnon Aesclepiades Prusensis 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 ualitudinem 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 retinetur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat 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 reparatur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natium humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo hu-

1. d. tu. ua. cap. 11.

mido



mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos uehementer aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris 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 temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent, quod praecuidens 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 expirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsitan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἀσκησις υἱῆς, ἀνοξία τῆς φῆς, ἀνοξία τῶν ὀνῶν, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesque corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἀνδρῶν εὐδίων ἔδωται υἱαίαν, ἢ μὴ ποσίν, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu-

6. epi. cō. 4.

1. de dicta.

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari, quandoquidem si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisque excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerat, simulque sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoque illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definiunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuius perspectum est, eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multam exercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asseriebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamque sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; 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 delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus liberet, omnisque naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carniū usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per in diem trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusque sequaces experimentis infinitis medicamentis sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobant; at iidem sanos non modo a medicamentis, non iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt, unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5
2. de abli.
ab anima-
libus.

Libr. 1. in
prooe.
lib. 26. c. 1.

Gymnastica.

N mediū



medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitatio-
 nibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est medio-
 critatem transire, & consequenter natium humidum, a quibus
 duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ue-
 ram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite admini-
 strata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur;
 quae tametsi calorem natium augeat, superfluosque humores ina-
 niat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius de-
 monstrabimus, tantum abest illam natium humidum consume-
 re, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos hu-
 mores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum hu-
 midum 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 ἢ δὴ πικρῶσι*, siue caseis
 iam exacte coagulatis, & non utentium *τυροῖς ἐπιτηγνυμένοις*, siue
 adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ulti-
 mo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sa-
 nam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie di-
 cta, quam uehementem motum esse definiuimus, 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 mo-
 tu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani ui-
 uant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque
 etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem
 ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis ar-
 gumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem
 impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis
 homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucris in cauer-
 nis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carce-
 ribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, &
 usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus no-
 xis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae
 Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Tha-
 so aeris constitutionem describens, prauosque in illa genitos morbos
 recensens, dixerit: *Εγίνετο δὲ ταῦτα μερακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσιν,
 καὶ τριτίων τοῖσι πρὸς παλαιῶν, καὶ γυμνάσιαι πλείοισι.* id est,
 fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus,
 atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exer-
 ceban-

com. 3. de artic. aph. 1.

6. coll. cap. 1.

1. Epid. 66. 1. aph. 11.

Acebantur. quoniam si recte uerba auctoris uenustissimi examinen-
 tur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exer-
 citata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse,
 atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscu-
 rum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui
 (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum
 studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nul-
 lam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & pruden-
 ter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum
 praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus
 ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memo-
 riae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Per-
 fae, usque adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flatu-
 bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur
 neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis
 consumere.

Lib. 1. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. 111.

REVERTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem
 corporis ad sanitatem nihil conducere asserabant, iam
 eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu
 habito iniungendas exercitationes esse censuerunt: quos
 praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni au-
 thoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem
 hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum prae-
 cedant) dixerunt senem praecepisse, ut omnes homines ante cibo-
 rum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs ra-
 tionibus confirmare nitentur, quarum prima fuit, cunctos ho-
 mines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pue-
 ri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinatio-
 nes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum
 poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes
 illas ob aliquod excellens bonum naturam largiri in pluribus mani-
 festatur, sicuti in maiori hominum parte exercitationum inclinationes
 in usu positas sanitatem bonum excellentissimum praestare, nemo ne-
 gat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerunt, fuit,
 quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae conti-
 nuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natium colorē
 N ij con-

5 de tu. ua. cap. 11.



consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progigneret, atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, distaturue, consentaneum rationi plane uideretur, nullū reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab iisdem iuari, & recirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus profint, quos immodicus coitus, siue *καρυεία* secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuat, quos uel minimus laedat, & sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut benefensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suā adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nunquam moueatur; at quod iidem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, falsum

2. de reper.

6. Epid. cō. 5. aph. 11. 1. part. Prob. 51.

5. de tu. ua. cap. 11.

6. Epid. cō. 4.

Asum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpirationis, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero potremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerū esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus non parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmisimos, si exercentur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed in exercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tamen si non sint imbecilles, causis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quilibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aequae perniciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consummatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natuius hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerum etiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam uoletudinis offensionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li. de dietis, & factis Socra.

2. de tu. ua.

lib. de cib. bo. & ma. succi. lib. de cau. morborū. li. 2. de fra.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri volebant.

Cap. IIII.

RESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem veritatis quandam praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen profus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasi 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 legisent apud medicorum principem Hippocratem, eps, qui consueti sunt solitos labores ferre, 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 cuiuslibet rei insuescunt, magna ex parte naturae suae convenientem 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 experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & ideo non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetum obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile sit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne iisdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uideatur. Huiusmodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

2. Aph. 49.
50.

Are. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, atamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciose existunt, 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 si cuti multi consuetudinem naturae eorum convenientem 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 convenientem 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, id est naturales intemperies emendare; in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonum corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in honestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae consuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortusa natura tradita. accedit huic, quod otandi consuetudo perniciose est, quia (ut dicebat Celsus) potest 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 uictant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseverantes saepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1.

Cap. 30.

7. de alim.



intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores pravi otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paulatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ περιγυωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promissimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurramus.

De exercitationum differentijs. Cap. V.



VICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere agresi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam *ἡσυχίαν* siue praeuiam exercitationem, alteram *ἀποθεραπευτικὴν*, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitator, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenere utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiore exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad contrarium absque medio subitus fieret transitus. *Ἀποθεραπευτικὴ* exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atque utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentio rem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiore exercitationes, post uigilias, post maerore inferuebat; & proinde hic motus a Galeno extrema exer-

3. de tu. ua. ca. 1. 11. 11.

3. de tu. ua. cap. 8. 2. de tu. ua. cap. 3. 3. de tu. ua. cap. 12.

2. de tu. ua. cap. 12.

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgredierentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen fortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam *ὑπὸ σκιᾷ* Graeci uocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab 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, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsis motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocri, mediocri appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas inuenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatio, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, *ἐκπληθρίζειν, πικτυλίζειν*, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutiones; aut multum temporis in breui spatio infumebatur, tarda, & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocri spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocri exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & *σφοδρὸν γυμνάσιον* idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

2. de tu. ua. cap. 8.

2. de tu. ua. cap. 8. & cap. 10.



ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & *ἔυτονον γυμνάσιον*, D idest ualens exercitatio uocabatur, sicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habens simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, 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 *ἑκλυτος* uocabatur, alia sine ulla celeritate, & *ἀμυδρὸς* siue languida aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemens ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praecuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Superfunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem mortum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile responderetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uideretur, sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ulla differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiusmodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationem propriam, quam-

65.1.aph.6

1. d tu. ua. cap. 2. & 1. aph. cō. 16.

A quamquam ex se uehemens motus semper existat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam iusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eadem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae, & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & 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 cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat existat, corpora ad ualitudinem 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 *ἐνεργῶ* (inquit Clemens Alexandrinus) *γυμνασίῳ χρώμενος*. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna funderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corporis gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta facitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

1. d tu. ua. cap. 8.

Lib 4.

*Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis in stros indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacecco,
Hinc oleo corpus frico, molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, potō, 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 opinan-
tes disputando neque omnia corpora hominum exer-
cenda, neque omnibus interdicens exercitationes ef-
se, demonstrauius: aequum est iam, quae corpora ex-
erceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera ef-
se traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tamen si multae factae
sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus,
solum has tres corporum species accipiemus, ea scilicet quae prae-
senti ualitudine fruuntur, atque operationes illaefas 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 auctori-
bus medicinae ualudinaria nuncupantur, quae 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 po-
situm, secundum in mala formatione, tertium in continuitatis solu-
tione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub no-
mine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida)
siue illius pars aliqua aut immoderate calescit, aut frigit, aut hume-
tatur, aut exsiccatur, uel simul frigit, & exsiccatur, uel frigit, F
atque humectatur, uel calescit & humectatur, uel calescit 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 affe-
ctionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intempe-
rici cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae &
ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflam-
matione, timore uel aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis
statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quo-
tiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita
quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in so-
lutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod cor-
poris

Aporis membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue ta-
lis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiatur. Tot itidem mo-
dis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in
optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consisten-
tiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τῦπε ac in uniuersum
sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si
magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros me-
dicorum perferuari queant, neque a nobis haec diligentius pertra-
ctata requirere debeant, qui alijs, studentes extra propositos limi-
tes nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpo-
ra exercitari, conueniant, examinari cogimur.

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

BVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an,
sicuti corpora sana, ac ualudinaria ad augendam, con-
firmendam, conseruandamq. ualudinem ab exerci-
tationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita
quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualere, quo tam ad
leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanita-
tem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarunt,
primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cur-
sibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate
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, uerum etiam (quod ele-
gantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat:
ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum
curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sen-
tentiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum:
ὄχι τὸ ἀσθενὴν ἢ πτωχὸν τῶν νοσούντων: id est, quod aegrotos sua uitor
exerceret, quando prius ἢ πτωχὸς uocabatur. Ex altera parte, non de-
fuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in
quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, He-
rodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omni-
bus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita
nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed &
in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctio-
nem, & curam habendam esse. insserunt; ut quod morbosum cor-
pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. sustineat, optime pernoscat. Quocirca secundum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nullis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur; quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum suscipit, quemadmodum Galen. de Primigena summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, immo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Aesclepiades Prusienis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestationibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegrotantes instar tortoris, excruciebat, alijs autem diebus ambulationibus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his 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 transmittendos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitus non semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitationesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epidemiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus torpeant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristoteles libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febricitantibus in uniuersum dietam, atque inediam conferre, alicui tamen forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insigniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidere nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conuenire scribit, nec immo dice calidas intemperies intelligit, nec auctore Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessatione, sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus, & uectationibus aliquibus, at non magnis motibus exerceri possunt, dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alioqui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq. nec non humores paulatim euanescent, pariter ex immodico calor infirmus exstinguitur, humiditatesq. magis distunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciantur, maioriq. cura opus habeant, frigida porro simulq. sicca

§. de tu. u. cap. 11.

Li. 1. c. 14.

In probe. lib. chron. pass.

Cap. 16.

Loc. citat.

A sicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remissis exerceri debent, cum semper praeter morbi peculiarem affectionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, sicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes sustinent; quod motus exsiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium sit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuersum corpus intemperatum habent, quoniam si quis in sola corporis parte membrone, aut in pluribus intemperiem patiat, repeririq. possit modus, quo partes sanae citra aegrarum offensionem exerceantur, proculdubio huic aegroti exercitatio magis accommodata erit; quippe quae sanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam consequentia quadam auxilium praestet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; sed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes sint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in sequentibus libris declarabimus, ubi particulares singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morbosus ob malam formationem corporibus simili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, sed nuper & casu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim siue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, siue partem aliquam deformatam habeant, nisi affectus alij impediens associentur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae & contorta dirigere, & aspera lenire, & tumida deprimere, & depressa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obstrueta aperire queant. Ad haec morbos in quantitate genitos non raro exercitationes tollere consueuerunt, quandoquidem uniuersalem corporis molem auctam nihil est, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunij adhibitae: quas carnes, & succos detrahendo dixit Hippo. & post ipsum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo crassitie creuerat, ut neque pedicem manibus tangere, neque corpus mouere posset, ab Aesculapio curatum esse, mihi uerisimile uideretur: simili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aequae ad carnosum, & bonum habitum restituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes insigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle distribuatur: sicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib. de sal. diacta. In 6. epid. cō. 3. Aphorif. 2. Galen. de dñijs morborū. c. 9.

In. 6. epid.
com. 5.

Secundo de
tempe. 3. &
2. d. tu. ua.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua-
tos 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
maneus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praeser-
tim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis re-
num, qui ex uehementi motu concussionem ab angustis renum
uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uescicam descendentes magnas
aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ labo-
rantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admit-
tunt, 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 mo-
uerentur, maiori nocimento afficerentur. quo fit, ut hac infirmi-
tate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de
secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus
corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere mor-
borum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel
in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in nervis ac huiusce generis
similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus asso-
ciata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febre associatam habet,
nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitanti-
bus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs
morbis turbantur? Quod si citra febrem sola continui solu-
tio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ue-
luti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exerci-
tationes quae uis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affe-
ctae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent,
quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum
morbus magis inrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiatur
continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, mo-
do nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt non-
nulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a modera-
tis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi,
quorum cutis cum ab humoribus falsis & acutis discindatur, ex mo-
tu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam
per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a
morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animad-
uersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-
bus

Abus morbosus 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 ualitudinarijs, & senilibus exercendis.

Cap. 11X.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter cor-
pora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in mul-
tiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad
nostram tractationem pertinent, eorum loco ualitudi-

naaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
los, qui recentera morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfe-
cte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nem-
pe quos Galenus eodem modo, quo ualitudinarios, curari debere
praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristote-
le, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam
uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Er-
go ualitudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera re-
media pro integra ualitudine ipsis accommodata praecipua est cor-
poris exercitatio a qua membra eorum firmanantur, humorum reli-
quiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habi-
tus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a princi-
pio lenes, breues, tardi, ac remissi motus existant, deinceps, pro-
ut uires, magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud *ἐν ἀρεσῶν ἔργων*
tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne
ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora erra-
ta committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, si-
ue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auer-
roes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudo-
ris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit;
ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualitudinarijs, si-
ue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum be-
neficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet,
caloremq. natuum ex morbo uix reuiuiscens fere extinguat,
aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescen-
tibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ip-
so spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio;

5. de tu. ua.
cap. 11. &
in arte me-
di. cap. ult.
5. d gener.
aiat. ca. 4.

6. collee.
cap. 6.

In arte me-
dic. ca. ult.

Gymnastica.

○

res,

res, & consequenter eorum vires sunt imbecilliores, atque eartum dem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicular, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas siciores reddunt, ita calorem diminuunt, & vires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum actas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandam atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendum ue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, vires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirum, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus sicant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualitudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente 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 peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum 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, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,

&

A & paulisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres, qui uero senes aut crasis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a medicritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosis membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum laxant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Ultimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt, quae enim ex leui causa, a uertigine, comitali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sicutiq. de ualitudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

*De corporibus sanis exercendis.**Cap. IX.*

VI EVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualitudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

O ij

pus



2. de tu. ua. cap. 7.

6. aph. 18.

lib. de caus. fis. mor. c. 2. r. de dijs. feb. c. 2.

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: et si Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi existente 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 existat, 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 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 uolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro *de iuxtae opzias* adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualitudine fruuntur, celeres motus, & uehementes in robustis commendantur, 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, nec non temperaturae. 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, proptinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripsit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouentos, & 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 transcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto laborarent,

Arent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carniū, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata 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 exercentur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri potest, quia sicuti corpulenti, & crassi contrarias 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 iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Magonas & Medici crassifacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel *euσapnoi*, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes existunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exercentur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiatur: 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.
Laenis 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 exercentur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

3. de partibus animalium ca. 9.
 14. Meth. cap. 15.
 lib. de sal. diacta. 10. aph. 1. de tu. ua.
 de sal. diacta. aph. 10.

1. aph.



1. de tu. ua.

3. de histo. aialiū. c. 19

4. Aph. 13. 6. epid. cū.

4. aph. 15. 6. partic. Prob. 1.

6. Epid. sect. 4.

5. partic. prob. 9.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccantur, neue molestiae mo-
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 mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exte-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aequae efflue-
re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
omnes decolorati euadunt, unde hos satis exercitari necesse est,
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan-
da 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 cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men-
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae
rens, cur alij sedendo pinguescant, alij macrescant, ideo euenire di-
cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non
& qui calidi sunt, pinguescunt sedendo, cum eorum calor sine mo-
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit, & ob id mi-
nus concoquit, pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
scunt. De calidis huiusmodi Hippocrates sermonem habuit,
quando dixit: *Εν θερμω φύσει ψύξις, ποτόν ὕδωρ, ἐξάνθεον*, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: *ὁ κόσμος ἐξ ἀφαιρέσεως, τῶν τε
σιτῶν τε σιτίων, καὶ τῆς τροφῆς ἀφαιρέσειν*, iis scilicet minuen-
dum esse, & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuuam-
en percipiant, nō immerito dubitari posset, eo quod Aristoteles
scri-

A scriptum reliquit, corpora humida a labore suffocari, quia a calidi-
tate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copiosi &
seruidi effecti calorem natuum suffocant: attamen ratio secus per-
suadere uidetur, quae demonstrat humida corpora excrementis a-
bundare, & propterea ipsis labores ualidos congruere, tum ad ex-
uberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum
copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponensis,
sententiam Aristotelis de illis intelligere oportet, in quibus qua-
tuor concurrunt, ut sint humidi & calidi, ut humiditas sit multa,
euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim si laborent, & mul-
tum exercentur, periculum est, ne humiditas a calore intrinseco
acuto in uapores conuersa pulmonis, & cordis regionem occupan-
do suffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
riem possident, nullum nocuum, quinimmo egregiam utili-
tatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratio-
ne ex mulieribus humida temperie in uniuersum praeditis illae sa-
niores, & minus molestam uitam degunt, quae diutius, & ualen-
tius elaborant, & exercentur, sicut & eadem apud quas gentes &
in quibus locis laborare consueuerunt, facilius pariunt, ut scribit
Aristoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recre-
menta consumat, quae in mulieribus otiosis, & sellularijs augentur.
Quaecunque uero corpora calida simul & sicca sunt, nullo pacto
exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admit-
tunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & sic-
ca ratione frigiditatis exercenda sunt, ratione autem siccitatis neq.
ecleres, neque ualidos motus requirunt, sed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationi-
bus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae superua-
caneam humiditatem absumunt, & calorem natuum excitant, au-
gentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuersum deter-
minatum sit.

4. de gen. aialiū. c. 6.

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



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



scuntur, uel aluntur, diuersis atq. mirificis condicionibus affician-
 tur. Quapropter maximis laudibus digni sunt ueteres medici, qui
 in singulis fere eorum artis operationibus: locorum qualitates con-
 siderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exstant loca, atque
 regiones, in quibus, si ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, con-
 trarium prope finem consequuntur: id quod prae ceteris illi quo-
 que magnopere spectare debent, qui uel sanitatis tuendae, uel bo-
 ni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum
 corpora exercere uolunt: qui nisi in eligendis opportunis locis ual-
 de mentem adhibeant, saepe numero 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 uen-
 tis perspiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad septentrionem, &
 orientem, a quibus salubriores aerae perflant, posita occidentali-
 bus, & meridionalibus continuo praeserenda erunt: illa enim ne-
 que immodico calore seruescunt, neque frigore, & humore situs
 contrahunt, nec perniciosi uaporibus, a flatibus adductis, in-
 ficiuntur, haec uero praeter aestum & frigus intensum, quae modo
 uno tempore, modo altero inducuntur, insaluberrimas perspira-
 tiones uentorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca habe-
 ri poterunt, quae uentorum tranquillitate fruuntur, quaeq. pror-
 sus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suã patriam existisse
 refert Galenus, proculdubio haec cunctis praestabunt: alioqui ma-
 xime curandum erit, ne uehementissime saltem ibi uenti spirent,
 quod corpora sese exercentium a motu, atque calore aperta facilli-
 me uentorum incursus ad interiora admittunt, atque sic postea per
 niciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a
 uentis, & optimo caeli situ desumpta factum puto, ut alij hiema-
 les, alij aestiuas thermas extruxerint: nam hiemales in transuberi-
 na regione Aurelianum Caes. fecisse, auctor est Vopiscus, quae ad
 meridiem expositae solis radijs attempabantur, & proinde hiema-
 libus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aestiuas uero ae-
 dificasse Gordianum Iunioem, scribit Iulius Capitolinus, quae in
 ter Coelium montem, & Esquilias positae opacitatem quandam
 blandam, & gratissimas umbras exercentibus se praehebant. Secun-
 dum in electione loci considerandum est, ut sit apertus, non con-
 clusus, non opacus, quoniam, ubi liberior existit aer, minusq. con-
 stipatus, corpora in ipso exercitata agilia, & uiuidiora reddun-
 tur, quam si in crasso, denso, & concluso exercerentur. Atque hinc
 est,

a. de tu. ua.
cap. 7.

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus desti-
 nata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendat, ut
 quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in
 dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cu-
 ius etiam a Xenophonte celebris sit mentio, deambulationem, ex-
 tra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce
 uerbis: τῶ δὲ ἐμῶ καὶ σὺ πειθόμενος, Ἀκμενῶ καὶ τὰς ὁδὸς ποιεῖμαι
 τὴν ἀεπάτης φροσὶ γὰρ ἀνοπώτερος 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 promi-
 serimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportu-
 na sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-
 mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint am-
 bulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit;
 tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine neces-
 sitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtu-
 lit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acu-
 meno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis
 quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare fa-
 cilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nu-
 per Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est,
 cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in
 uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelli-
 gendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nã-
 que arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse
 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 cur-
 sum habitabat his uerbis: ὁ δὲ τὸν δρόμον οἰκίειν, ἢς νυκτὸς αἷμα
 ἐμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euo-
 mit, ὁ δὲ siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuita-
 tem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, mini-
 me planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũ-
 tur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in
 cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso anti-
 quorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, ἢ ἀε-
 πάτων οἰ καὶ τὰς ὁδὸς ἀνοπώτεροι εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id-
 est,

lib. de die.
fac. Socra-
ti.

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



est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper iisdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuunt, & iccirco minus defatigantur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus existentibus faciliores eadem ratione existunt. Alij dixerunt τὸς δρόμους existisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρωμάδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν ἐὺσχηθίς δρόμοισι Ἀκαδημαίῳ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis, uias uero existisse 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 putati, non tantum quod ambulatio in uijs perfecta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiolem, & puriorem aerem, qui non in locis breuib; & oclusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἀρτί γὰρ ἐν τῷ ἕξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἐταῖροί τε τινες ἄπο αὐτῆς, καὶ αὐτὸς, ὅν δὲ μοι δοκῆσιν ἀλεῖψάμενοι δεῦρο ἵεναι. id est, nuper enim & ipse, & illi eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antylus apud Oribasium. Atque haecenus 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 euitare oportet. Eadem ratione

5. part. Prob. 1.

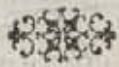
A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuius auctore, caelum meridiana per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitati sine magno incommodo ne mo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & 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 ferre exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisque locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & oclusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum 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 superuacanae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, 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 uridum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, qualisque spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

2. de tu. ua. cap. 17.

lib. 3. c. 7.

38. part. prob. 6.



De



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 infelicitatq. 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 exercitandis 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 rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimum 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 perspirantiora, & solutiora effecta, meatuq. 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, magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalescitur, nullam 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 natium, & 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. 11.

A inceptus 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, *ἀμα ταῖς ὁρασίῳ μα τὰ βέλονται ἀποιδίαι, καὶ τὰ πνεύματα*, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus temporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantum attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omnium ueterum 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 eam ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis existens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natius magis excitandus, ut concoquat honestius, magisque sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. in us tetenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidius existente natius calore, & per consequens 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 reclusi 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 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 areferi debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillum magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in temperato 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 ag. & 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 aetatis tempore a ſe fieri ſolita, ubi a Fuſco interrogatus, quomodo diem aetate 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 conſero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adſcendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipſa reſecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis cauſa, quam ſtomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exercor, lauor, & paullo poſt. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam ſi diu iacui, uel ambulauit, 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, quinimo 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 pronunciarunt, ſemper exercitationem ante cibum eſſe faciendam. *ὡπερ γὰρ*, dicebat Galenus, *μῆτερον βῆν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τῆς σιτιῆδος γυμνάσιον, ἔτο καὶ βλαβεράτατον ἐπὶ σιτίσι ἢ πᾶσα κίνησις.* id eſt, quemadmodum enim ad ſanitatē maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus poſt cibum pernicioſiſſimus exiſtit. Nam dum exercitatio cibos praecedat, 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, excrementis faciliore exitum praebet: quae alioqui ſi retineantur, obſtructiones, ac multos alios morbos reſuſo natiuo calore progignere ſolent. Ex aduerſo ſi poſt cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuerſi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerum etiam uniuerſalis ſuccorum coctio impeditur. id in omnibus euenire teſtatur eſt Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediti hunc

lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuſcū.

Plu. in lib. de tuē. ſan.

Loc. cit.

lib. de cib. bo. & ma. ſucci.

A in modum ſcripſit, *ἐπεὶ καὶ τὰ ἐφόρμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κίτνεύειν.* Quocirca magnopere damnandi ſunt Eraſiſtratus, atque Diocles, qui falſis rationibus decepti ſanguinem excreantes phthiſicos, alioſq. plurimos ualētudinarios deambulationibus poſt cibum exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praefertim quando mox dormiendum eſt, docet. quod etiam Ariſtotelem ſignificaffe conſentaneum eſt, ubi ſcripſit ambulationem poſt cenam efficere, ne ad os uentriculi ſuperſternant edulia. Tria tamen hoc in loco obſeruanda eſſe iudico: primum eſt, ut nullus exercitationem moliat, 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 ſtudiores euaserunt, iam tempus exercendi ad eſſe indicant. Secundum obſeruandum eſt, ne ſtomacho immodice uacuo ac plane eſuriēte labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingeſtus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a ſtomacho rabiēte, & conſequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obſtructiones innumerae ſuboriantur, quod probe intelligens Hippocrates dixit, *ὄχι λιμὸς ὑπὸ νηστεύον.* id eſt, ubi ſames, laborandum non eſt. Tertium obſeruandum eſt, ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur, ſed modica intericiatur mora, quouſq. ſeruor remittitur, & agitatio corporis iam ſe data appareat. id quod Spurinam ſenem in ſanitate conſeruanda diligentiffimū obſeruaffe 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 faciendum cenſuit, quoniam corpus ſtatim poſt exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quieto, & praeterea excrementa citata redundant; unde nec ſames tunc oritur, neque calor cibo coquendo uacare poteſt. ob quod minus etiam exercitati debent ſtatim frigida lauari, aut uinum, uel aquam frigidam

2. de ca. pl. cap. 20. Coel. Aur. lib. 2. chro. c. 3. & 14.

2. de ru. ua. cap. 2. lib. 1. ſeu. 3. doc. 1. c. 3.

1. Aph. 16. Auic. li. 1. ſen. 3. trac. 1. cap. 3.

6. epid. 3. 6. Epid. cō. 3. aph. 2.

partic. 5. prob. 28. & 30.



7. de sal. dieta. 11.

1. de acutis

11. 3. de die.

4. de tu. na. cap. 5.

Lib. 4.

frigidam potare: a frigida enim lotionem hominem laedi metus est, D
 ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidu autem ualde quodcunque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualitudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior existit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum asserre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dicitabat: Autumno & hieme uesperinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeque diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus non possit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualitudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & pugillatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

*Prima salutantes atque altera continet hora,
 Exercet raucos tertia caussidicos,
 In quintam uarios extendit Roma labores,
 Sexta quies lassis, septima finis erit.
 Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
 Imperat exstructos frangere nona thoros,*

Hora

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

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, 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 sphaeristrio, aut cursui, aut luctationibus mollioribus incumbere, atque inde unctus lauabatur, ita ut caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in ea una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus ad unum prope sextariu. Egressus balneis multum lactis & panis sumebat, oua deinde, mulsu, atq. his refectus aliquando prandium inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersus, & seipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit.

Lib. 1. sca. Sat. 6.

*Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
 Aut scripto, quod me tacitum iuuat, ungor oliuo,
 Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
 Ast ubi me fessum sol acrior ille lauatum
 Admonuit, fugio rabiosi tempora signi
 Pransus non auide, quantum interpellet inani,
 Ventre diem durare, domesticus ocior, haec est.
 Vita solutorum misera ambitione grauiq.
 His me consolor uicturum suauius, ac se
 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 saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unu, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibus saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

Gymnastica.

P

ob



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

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

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, quam 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, siue ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendat, 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, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse; atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut 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 eadem 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.

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII.

EXijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipua remedium omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit, quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiectione 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-

li. 29. c. 2.

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

Ata committi solent, & plerunque (utar Plinij uerbis) in scitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis dinagetur 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, & autumnis; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualitudinarii; 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; & ideo certa ratione definiiri 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 anhelus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuatur, 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 estatu dignam lassitudinem percipit: quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel lassitudo iam imminet: illico desistendum est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni siueci una cum 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, & copiosiore semper, & feruidiore edi par est, prout motus uehementiores sunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & sicari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod appa-

P ij 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 obstat) 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 existentes 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, terminumque exercitationis eorum famis excitationem ponendum, sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem existentes, 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 existunt, siquidem in tempestiua exercitationis duritie corporis pueri aduictum, & 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 nimis laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augmentumque impediabant. Na inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui iidem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uolentas, & pluri-

1. de tu. sa.
c. x. 7. pol.
cap. 4.

mas

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 abundant, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescant membra, calorem sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperante uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacuos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absument, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messorum, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducant, 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 consulunt; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccat; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se expectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiunt, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis expectare 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 ci-
bis bon. &
ma. sic.

1. de alime-
fac.

Gymnastica.

P iij

mor-



morbofas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniantur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualeudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde existentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem. intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, uiresq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauius) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem interdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de causis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ ἀεὶ τὸ σῶμα ἐν μὲρ τοῖς πόνοις ὑγιενοτέρον ἢ ὑπερβολῆς τῆς ἐλευθέρως ἐγγύστερον τῷ μέσῳ. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἢ ἐλευθέρως ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunt, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athleticis immodice

Galen. 3. d. Symp. cau.

38. part. prob. 5.

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta 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 explicite, 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.

PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obsequiis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauius, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisque alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisque prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionem pertinet, ut modum, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auiacen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercendi ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atque ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricti oleo dulci ungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaque prementibus, & explanantibus apponebatur; alij unctioe qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendeant, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rurtum fricabantur, ἀποθεραπευτικῆν dicta frictioe, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur

6. colle. ad Jul. c. 15. Libro 1. ser. 3. c. 2. lib. 1. seu. 3. cap. 3.

lib. 1. c. 2.

P iij

tur



tur conclavi quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipfos 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 ualitudini curandae & bono habitui comparando sollempniter 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. memoria mandarunt. de quo defricandi more, & modo, si Deo plaauerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quam plurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualitudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictionibus, & 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. Verumenim uero cum aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in usu defierint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & reuinctores habeamus, a quibus fricandi, ungenti, 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, quam semper in consummata quiete degant; modo tamen hoc unum obseruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis facere uolunt, solcite nimis adeant, sed saltem aliquot horas interponant, quo quam minimum fieri potest nocumētum inde sequatur. Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio priorum corporum curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis accurate emundare, caput peccere, manus, & faciem abluere studeant, ne excrementa in uarijs corporum cavitatibus, atq. in ipso ambitu latentia, a motu excitata uaporationibus, offendant; strictisq. meatibus nunquam infarctis, aut exercitationis calore eliquata obstructions, fluxionesq. diuersas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae labore ipsi superaddere nequeant, quacumq. interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tucantur; aut etiam si aestus urgeat, feruorem nullo pacto augere, siue fouere queant; nam indumenta nisi

Lib. 1 de cibis bon. & ma. luc.

exerc-

A exercitandis prudenter accommodentur, praeter impedimentum, quod laboraturis in motu praestare solent in signe, faciunt quoque, & ut sine motu debita mensura sudet, & alia incommoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multo eueniens, ueluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumentum est, quod ita sudantes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare consuevit a uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentione augeat paulatim, usquequo ad terminum, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiam rursus pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intensis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiam robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uelut sudore madefactas exsuant, & siccas resumant, 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 frige facti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quinto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primum quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & ualde remisso potius aliquo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis absteineat, quoad perturbatio illa, quaeque corporis fluctuatio aestuatione, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput peccere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paulatim remittere, madefacta sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiat. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare, quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2 par. pp. 30. & 38. partic. pro ble. 3.

In con. de pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE
LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis sciis dignis. Cap. I.



Sicuti nullus ab exercitationū particulariū cognitione fructus expectandus esset nisi re-
cta atq. uniuersalis methodus, quā superiori
libro abunde satis (ni fallor) tradidimus,
optime possideretur; Ita profecto illa in fru-
ctuosā, ac prope modū uana euaderet, nisi
haec particulariū fere omniū exercitationū
tractatio, quā aggressuri sumus, illi cōnecte-
retur; siquidē incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exerci-
tatio uniuersali quodā pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis
exercitatio, quod nocuentū, quāue cōmoditatē praestare idonea
sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod
exercitationū quarumuis scientiā optantis animū explere iure de-
beat. Et siccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperse-
cta relinquatur, in sequētibus singulos exercitationū iam enarrata-
rū effectus prosequemur; atq. hos cū ex antiquorū auctōrū cōpro-
batis experiētia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam
esse uiciā cōdicionēs rerū inueniendi rationē scripsit Galenus, dice-
re conabimur. Et ne citra ordinē totus futurus sermo uagetur, ita
materiā huiuscemodi declarare instituiamus, ut primo cōmoda in cor-
pora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanantia, deinde
in cōmoda sigillatim explicētur: nā illud, quod quāplurimis medica-
mētis euenire usu cōprobat, ut si alicui corporis parti, & affectui
profunt, alijs noceāt, in exercitationibus itē cōtingere, nemo igno-
rat. In explicādis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mēbris supe-
rioribus principiū sumentes, ut plurimū in ultima, atq. infima seria-
tim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullū corporis
particulare membrū respicere uidebuntur. His autē sic pertracta-
tis, duo me saltem peracturū esse spero: Alterum q̄ maiori facilita-
te, firmioreq. cognitione quicumq. haec legent, animis eorum in-
sudebunt: Alterum q̄ habito a ualitudinis studiosis exercitationum
assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committen-
tur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euita-
buntur,

12. Metho.

Abuntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignora-
tio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus con-
tinuo parere solet: illud nāque a natura comparatum esse norunt
omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conduce-
re animaduertuntur, eadem plerūq. magnum detrimentū 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-
portune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere,
quin interdum Naturae in ualitudine commissos defectus corrige-
re, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis
medicamentis indigere, in superque natiuam sanitatem corruppe-
re, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore fer-
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 tamē omnes
ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum
principes Aesclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis
fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere
commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Aesclepiadem in mul-
tis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei
clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenū
in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt.
Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias no-
stras accipi debere uolo, q̄ gymnasticam principaliter circa sani-
tatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullā
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 cō-
cedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut
exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitati-
ones solum fiant, quo bonam ualitudinē tueantur, optimumq. cor-
poris habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eadem admini-
strentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar
cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exerci-
tationibus aliquibus utendi cōsuetudinem in medium adducemus,
non erit, q̄ ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tāquam
gymna-

In lib. 1. de ci-
bis bon. &
ma. luc.

De chroni.

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam & nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias exercitijs assiduis, alias morborum conditionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus exsisterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisque accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unum, aut alterum obseruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi faciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorumque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, quod hieme 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; quemadmodum ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit, praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Unde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit; debet quid unctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus

Cap. 11.

RES praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium *ωδασκευασμὸν*, siue praeparatorium, altera *ἀποθεραπευτικὸν*, tertia simpliciter exercitatio nuncupata. Exercitationem praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit

2. d. diaeta.
iuxta finē.

Apsit Galenus, qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur, quam item usurpabant quāplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu 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 coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Pauli sententiam, Galeni, atque Aetij opinionibus praesere consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, oportunū exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apotheraeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusque corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemētiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresque non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercetur, magis exuruntur, qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quasilibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, quod exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborque omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: 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, uerum etiam futuram prohibent, siccatemque arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo extrin-

3. de tu. ua.
cap. 11.
2. de tu. ua.
cap. 3.

3. symp.
prob. 6.
lib. 1. c. 35.
6. epid.
Lib. 1. sec. 3.
cap. 8.

3. de tu. ua.
cap. 2.

5. par. pro-
ble. 1. & 12.



extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere sunt D
 exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora,
 efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere
 defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasti-
 cam vim, refrigeratorem, ac repercussoriam. ut non temere is praee-
 ceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur,
 puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime exte-
 nuat, sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, ex-
 sistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. In-
 ter differentias ab ipsius motus quantitibus desumptas primae sunt
 multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres
 obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratio-
 ne Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad pro-
 hibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de E
 quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exer-
 citationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus
 siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq.
 ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quan-
 titatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt,
 excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minimo
 omnium paruae. Inter differentias a qualitibus captas secundum
 Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora
 extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad-
 surandam polysarchiam praeter caeteris commendatur: lenta, atque
 pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocres inter utraq. me-
 dios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calo-
 rem quidem natium auget, somnos profundos generat, & conco-
 quendis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur
 quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes ue-
 hementer exercere, id debere. Valens exercitatio robori augendo co-
 ducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus
 obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamē-
 tum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualctudinarijs quam sanis ac-
 commodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus
 ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos produciunt,
 & ideo sanitatis conseruationem non parum adiuuat. His igitur
 ita determinatis, iam facile euadit cuiunque uel mediocri iudicio
 praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quate-
 nus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod
 tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-
 cis

1. de tu. ua.
cap. 12.

5. de tu. ua.
cap. 3.

Loco cita-
to.
5. chronic.
cap. vlt.
Sect. 31.
Prob. 14.

Gale. 6. de
mor. vi. lg.
com. 3.
6. de tu. ua.
& lib. 6. c. 3
14. Meth.
Lib. 1. fer.
4. cap. 32.
Gal. de pu.
epil.
lib. 7. c. 18.

A cis praeterire stauerimus. nihilominus haud inutiliter nunc quo-
 que explicatum fuisse credo, quando iam saepius demonstratum 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, & athle-
 tica nos disseruisse, ut expressius tota medicae gymnasticae natura
 innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem ha-
 bituri 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 VICVMQVE saltationum species apud ueteres in usu
 habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tempo-
 ris, ratione, proportionem, harmoniaque musica non ca-
 ruisse sciet. & ideo nostra tripudia βαλλισμὸς, ac ge-
 sticatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidi-
 nes, & delicias exercent, illis non profus dissimiles extare censebit.
 Verum tamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse
 nemo non uidet, q. sicuti illae aliquando sanitati in seruibant, ita
 nostrae, uel numquam, uel raro hoc sine peraguntur, ut ualctu-
 dinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post ce-
 nam, atque nocte inter ipsas commutationes exercentur, quando
 potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportu-
 ne, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum
 cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauius, lib. 4. c. 11.
 administretur, quin commoda multa pariat, infitari minime pote-
 rimus. Cubiticam namque, quam primam eius speciem fuisse dixi-
 mus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissi-
 mum agitentur, quibus intelligere potest. Itaque qui brachia robu-
 sta corpusq. unde quaque flexibile habere cupiunt, hac exercita-
 tione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur il-
 ludque ad terram flectitur, primo caput ualde repleti necessarium
 est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri,
 & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer co-
 mouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere
 ipsam expeditijs, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma,
 lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo fortiti
 sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tra-
 ctabi-



stabitur) quam ueram orchestricam appellauimus eius quam pluri-
 ma apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita,
 uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret sin-
 gularum effectus percensere. proinde sat erit illa adnotasse, in qui-
 bus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram con-
 uenire uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesti-
 culationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, pla-
 cuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis
 dolore, ubi paulatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ue-
 luti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae
 motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam
 nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stoma-
 chus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile re-
 medium existit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos
 pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inuenian-
 tur, quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri ce-
 dit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica-
 lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat,
 testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne ca-
 lumnias subiret, uteri fetum abijcere cupiebat, consuluit, ut sal-
 taret, pollicitus ea saltatione conceptum corruptum iri, ueluti po-
 stea contigit. Quicumque uero caput debile, ac uertiginosis affe-
 ctibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uer-
 furis, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur qui
 bus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent,
 perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationi-
 bus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil
 omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & su-
 percalefactos habentes, seminisq. fluxum, γονορροίαν a Graecis uo-
 catum, qualibet de causa incurrentes a saltationibus abstinere con-
 uenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recru-
 descunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea salta-
 tionis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis arma-
 tae, quam uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in
 hunc modum uere atq. breuiter statuere rem poterit, uidelicet om-
 nia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici,
 nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa in-
 calefcere, & sudare facit. ob quod Galenus inter nehementes exer-
 citationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura
 rectus celeriter agitur.

2. de diae.
Lib. 7. cur.
cht. ca. 1.

in li. de na-
tura pueri.

1. de tu. ua.

De

De ludorum pilae effectibus. Cap. IV.



V D O R V M pilae antiquitus coplures cu apud Latinos,
 tu apud Graecos existisse species, abunde in secundo li-
 bro iudicauimus: ex quo nullum operae pretiu est hoc
 in loco, ubi solas exercitationu qualitates explicare pro-
 posuimus, eadem repetere: illud dutaxat animaduerti uolo, quod
 & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus un de quaque
 non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo
 eorum commoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebi-
 mus, ut facta nostrorum cu illis coparatione, quid conferant, quid-
 ue noceant, utraque simul cognosci possit. sed ne tractatio ista con-
 fundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos
 prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim co-
 uenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, q
 fortes existit. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi
 ludis comodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipso aliquo sese
 exercent, promptiores ad motum reddantur, iisque uitales actiones
 roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces
 citra uolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius me-
 rito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, atte-
 nuat. ideoq. apud Noniu a Lucilio scriptum inuenitur, Cum stu-
 dio in gymnasio duplici corpus siccaessem pila. Prima autem paruae
 graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carne soli-
 dam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magna utilitate
 praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laboret ad ac-
 quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis
 paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, q corpus sa-
 num, & promptum ad motus cum robore coiuncto praestat, adspe-
 ctum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque
 brachia uiuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, co-
 modum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His
 porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa couenire censeo,
 quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis coplexus est,
 uidelicet q tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis
 partes accommodate exercendo bonam corporis ualitudinem, 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. 5.
doc. 2. c. 2.

1. d tu. ua.
lib. 1. c. 18.

Orib. lib.
6. collec.
cap. 32.

Gymnastica.

Q

do



Lib. 9. cap. ult.

do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D
 curatione priapismi sphaerae exercitium comendauit, quo materia
 in diuersum retrahatur, & spiritus flatulentus digeratur. Secunda spe
 cies, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq-
 manu propter magnitudinem emittitur, brachia firmat, sed nimis du
 ras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus
 est inutilis, uerum etiam bene ualentes immodica defatigatione affi
 cit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aequae exercet, ac motoria, in
 qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo
 lib 9. c. ult. omittenda eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae,
 & magnae & paruae exercitationem uertiginosis obesse iudicauit
 lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniam capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. inte
 tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces ad
 numerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora
 lib. 5. chr. c. ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendam poly
 sarchiam hanc exercitationem, quam a Graecis corycomachiam uocari
 1. d. diaeta. scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui cory
 comachiam, & chironomiam idem praestare quod iuxta tradidit.
 Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus
 reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec
 non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum existere.
 Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. Si tamen quis
 plagas in pectore a coryco fieri solitas consideret, facile sentiet, eos,
 qui pectore debili uexantur, simili exercitatione periclitari, & quan
 doq. contingere posse ut in thorace uasa rumpantur. Atq. tot, quae
 de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt
 lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus com
 plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demonstrauimus. Ho
 rum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum
 corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq.
 lib. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo
 uerba fecisse existimo, quando 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 vi. ta. c. 80. & 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis
 sollicitabatur, eorum gratia folliculi exercitium (ut refert Suetonius)
 adamasse opinor: quod cum praecipue superiores partes exercet, ijs
 qui citatam aluum habent, & 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 Spuriniae prudentissimi, Epist. 1. lib. 3. & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare 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, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intedere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est quocirca iure merito Horatius 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 minimo motu magis exacerbantur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos diximus enim nullam exercitationem obeundam 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: quod si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & praefrigore doloribus uentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumentum inferrat, ut potius calefaciendo, statusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebet. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbecillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus.

Li. 4. chro. cap. 7.

C Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & ideo potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpastro conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmodum inuicem congregientes, sequi ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaeasticis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & ueter faciei elationibus, depressionibus ex-

lib. 1. c. 2.

Gal. lib. de pil. par. c. 2.



pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaeatricis prehensionibus fatigen-
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. supercaesatos ge-
runt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sani-
tatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

LUCTA, quae sepe semper ab antiquis in magno usu, at-
que exultatione habita fuit, tametsi a medicis, uti di-
ximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodie
que a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo
modo, quo apud Priscos ab athleticis, exercentur, 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 natura i 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 cuius potest, ab hac ipsa
eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam
declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquo-
ribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pa-
uimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, mo-
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 sepe illam ipsam accipiunt. lucta quae uehe-
menter, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem
externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calesca-
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, & exsiccata-
tam, sed tamen ex omni parte paucam adicit, pinguedinem, tumo-
res ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interpolata aliquantisper
quiete,

Lib. 2. c. 2.

1. d. diaeta.

Loco cita.

A quiete, magis, ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor
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
Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat,
stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo
palaestram corpus agitantem con ferre, idem Coelius memoriae
prodidit: non secus quoque frigidis uentres, ac genitalia membra,
si quando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope
corpus calescat qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hi-
dropisim curare, Theodorus Priscianus satyriam exstinguere scri-
ptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica existit: ut non imme-
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, q. luctatio-
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta
exerceri consult Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne
meatus magis caui effecti replentur: faucibus, & collo magnopere
nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo com-
pinguntur, diuellunturq. dana recipiunt. ueluti euenisse Commo-
do Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum
ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter
luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posteru,
& Iudaeorum genes a neruorum esu abstulisse, auctor est Iosephus
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual-
de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptio-
nis ex constrictionibus magnum impendet periculum. unde non
temere Galenus, ne suffocetur, periclitari luctatores dixit, qui simi-
liter renibus, & lumbis male affectis tale exercitacionem fugiedam
esse uoluit, quaquam Rufus Ephesus, qui cum Critone sub Traia-
no Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo
palaestra minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit
Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescencia
ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctandum crura saepe nu-
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, uiciner
sa secundum Antyllu carnem multam generat, ex quo fit, ut ijs qui
a morbis sese resicere incipiunt, sit superiore accommodatior, ac mini

1. Prob. 7.

Li. 1. chro.
cap. 1.
lib. 1. c. 1.

lib. 3. chr.
cap. 3.

lib. 6. c. 28.
Lib. 2. ad
Timoc. c. 21

6. Epid.
c. 3. aph.
31.

1. de dieta,

lib. de pe.
ad Poll.

4. d. rat. vi.
in acut.
In 6. epid.
com. 3.
aph. 6.
In libr. de
passionib.
tenum.

In ci^o vita. mo periculo robur, & fortitudinē pariat: capiti, & thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
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-
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 recēteatur, ad extenuanda corpora accommodata erit, sicuti
pro minuenda polyarchia a Coelio commendata est, & ab Actio si
in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores ex-
hauriendo refrigerare auctor est in 11. de diaeta Hippocrates: at se-
cundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit, quos
ex leui causa uertigines, comitiales morbi, grauis ophthalmia, 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. Haec de lucta. circa quam oriri
posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artē omni-
bus alijs melius calluit, non modo luctam sere 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,
quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta, per quam
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.
inferuit, 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 expectari cōmoda debē, haec ab aucto-
ribus indicata, & nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratē
scriptum inuenio, q̄ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem
minime, sed multum deambulare, secundum 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 calferi, componiq. ac recreari queat.

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



VAMVIS 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 contempleremur, neq.
illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitatio-
nis ope fir-
mantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis se-
rire, & magna spectantium admiratione confringere non debitet:
quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualitudine 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
iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus oriātur. 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
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 increseat, tum eius, tum frictionis poros recluden-
tis ope humor facilliter a corpore extra euocatur. De his etenim
exercitationibus omnibus locutum Philagrius medicum apud
Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-
nibus



2. d tu. val. cap. vlt.

6. epid. cō. 1. aph. 6.

Li. 2. ad Ti mot.

Prope finē.

Li. 5. Aen.

Lib. 3. c. 4.

nibus per supernas partes factis curandum mādauit. Quae frequen-
tissime omnium ab athletic exercabantur, erant lucta pugilatus, &
Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliqua corporis
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 peractū uni-
uerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat,
solum athletarum munus existere. Ad haec cū a Galeno inter mag-
nas exercitationes recensetur, caliditatem augere, & consequen-
ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōsentaneum est:
id quod intellexisse Theodorū Priscianum, quem alij Octauium,
Horatianum Vindiciani Archiattorum Valentiniani comitis di-
scipulum faciūt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio
& continuis exercitationum quassati onibus forsitan curari posse:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: *ὅς ἐπι-
πιώδεια ἴσων τάλαιπώρειον, ἰδ' ἐθύρ.* quod itē innuere uoluisse Coe-
lium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs pa-
laestrarum exercitijs adhibito praeeptore exercendos cōsultuit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quā
diximus 2. lib. sub *σωματομαχῆν* notasse Galenum, quod ad cras-
siores homines efficiendos mirifice cōferret, 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-
chij praesidium asserere ualeant, negare minimē possum: cum tā-
men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo sedis pugnam committere caestu.

In hanc sententiā uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sani-
tate, siue in curandis morbis, siue in acquirēdo bono habitu nullū lo-
cū habere, atq. ideo similitudinem exercitacionē penitus omitti debere. Ce-
terū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatū, & caestus exercitiū
absq. antagonista quandoq. usurpatū, tuncq. schiamachiae, de qua
infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, specie quādam existi-
tisse, dum s. pugnis, & caestibus aerē dumtaxat percutebant. quae
profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra molestiā exer-
cere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper
erit: nempe cū plagis illis, atq. percussionebus careat, quae plerūq.

in

2. d tu. u2. cap. vlt.

Ca. 10. 11. & 12.

2. d tu. u2. cap. 10.

6. epid. cō. 3. aph. 2.

6. epi. cō. 5. Aphoc. 3. ibidem. Aph 2.

lib. 4. chr. c. 1. de Diacta.

A in huiuscemodi pugnis utrumq. certatorē magna molestia afficere
solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitacionis delectati, assue-
tue (nā & Galenus ipse in exercēdis hominibus magnopere aduer-
tebat, qua quis exercitacione delectaretur, cuiue assuetus foret) bra-
chia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percip-
ient, poterunt citra ullius noxae periculū 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 exercitacioni-
bus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus.

De cursus natura. Cap. VII.

SICUTI pugilatū priuatam manuum exercitacionē pau-
cos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum,
quo pedes fere soli exercentur, maxime utilitatis existi-
tisse, & proinde a medicis, atq. gymnastis saepius cōmen-
datū fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exer-
citaciones reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atq. uiolentiā,
negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos
minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocra-
tes, nec nō Galenus ex gymnastarū, & medicorū sententia asserue-
runt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius
uelocius, atq. uehementius; alius remissius & placidius peragi po-
test: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodū
etiā currendi modi, dum uariantur, alij in rectū, alij in obliquū, alij
ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij
per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum
quēcumq. febrientibus detrimentū asserere, prudēter traditū est ab
Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari
scribentē de solo uehementiore sermonē habuisse sentio, quando
etiā in libro de parue pilae ludo, illū ueluti non salubrē, & plus ac-
quo uniuersum corporis habitum extenuantē, nihilq. uirilisi exerci-
tacionis habentē iure improbauit. De hoc itē currendi genere lo-
cutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementē exercitacionē nuncupa-
uit. alioqui Galeno repugnantē sententiam tulisset. Est igitur cur-
sus uehemens fere ad sanitatem defendēdam noxius potius, quam
utilis, siq. ullum iuuamētum asfert, proculdubio carni, atq. immo-
dicae pinguedini tollendae confert, ueluti cōprobauit Coelius Au-
relianus. confert quoq. ex Hippocratis sententiā ualde humidis cor-
poribus, quo & ipsa humore exinaniantur, & humor amplius, atq.
citius



5. partic. prob. 9.

li. 2. ad Ti. mor. ca. 1.

lib. 3. ser. 2. cap. 28. li. 2. ad Ti. mor. ca. 25.

Oribaf. 6. coll. ca. 22.

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdā stre-
 nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos no-
 uisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni af-
 fectione sint liberati. Legitur apud Plutarchū in Demosthene Or-
 chomenium Laomedontē ad repellendū splenis uitium ex medicorū
 praeceptis longis cursibus usum, atq. ita corpore laboribus subactō
 certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolicho-
 dromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto
 male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaerēs, cur, qui detrahere ad
 ima genus omne excrementorū putatur, cursus si uelox fiat, tam in
 hominum genere, quā in ceterorū animalū facit, ut capita a mor-
 bo tententur, dicit id eo euenire, quoniā motus uelox, cum uires in-
 tendit, & 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 locū superiorem aegrotare necesse est; & iccirco
 sapienter Theodorus Priscianus scriptū reliquit cursum uehemen-
 tem epilepticis esse penitus inhiibendum. Cursus moderatus, atque
 placidus ad corpora perbelle calefaciēda, ad naturales actiones cor-
 roborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualeat; priuatim
 autem defluxiones, atq. catharros curare, & aliorum uertere ido-
 neus est. & iccirco ab Aretio talis pro uertiginosis commendatur,
 sicut & pro elephantiacis 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 *κρυμνὸν ἀνωμαλὸν* nomināt, licet enim
 primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis
 postea colibet, & 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. Sto-
 machum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
 berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendū con-
 sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu-
 mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
 cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis
 profuano se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam
 praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs
 quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpio-
 nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit, quae tamen senten-
 tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est; quoniam

li

lib. de affe- ren.

5. partic. prob. 38.

5. partic. prob. 91.

Aph. 115.

Lib. 29. c. 1.

6. Epid. com. 1. 7. Metho.

In Meth.

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimen-
 ti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercita-
 tio pedes atq. crura, quorum propria actio existit, non parum adiu-
 uet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secū
 uehat cursitat, o, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est
 communis remediorum omniū natura) haberi potest. Eam nam-
 que in pe mis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles pro-
 bauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare
 persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra
 se torum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustenta-
 tur, quasi ue parieti admotus requiescit. qua ratione item continge-
 re dixit, ut currentes potius qua ambulantes cadamus. Cursus prae-
 terea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimēti re ldit capaci-
 orem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calo-
 re penitus extenuata transit in spiritum; neque uero huiuscemodi
 exercitatio suapte natura ullum estatu dignum nocumentum ge-
 nerat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel
 urinam ardore sollicitantem inueniat, profecto morbos uarios ge-
 nerat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri si-
 gnificare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit.
 Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna ce-
 lebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinā
 aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic
 enim in problematibus suis medicis causam scisc tans, qua illis, qui
 leniter mouentur, si prius capitis grauitate lab rent, post motum
 sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grau ta-
 tem perciperent, post cursum capite grauantur; ideo euenire dicit,
 quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descen dē
 tes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores id infima la-
 bantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cōtingere in pila
 super pauimentū iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quie-
 scit, sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autē legitur apud
 Galenum, currentium spiritum anhelum, atque ast maticum red-
 di, nec non interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rum-
 pi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum
 prius dispositi erant, uerū de alijs uehementer currētibus. Achan-
 thio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrif-
 set, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iam dudum sanguinem sputa-
 re. sub ramicis nomine (ut silius diximus primo Variarum lect.
 cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significās. Alioqui scri-
 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 facta a me explicata sciuntur. pro
 quo id silentio non esse praetereundum duco, quod Aristoteles scri-
 ptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E
 conuulsionibus maxime corripit, 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. d. 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-
 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-
 dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, di-
 stendit carnem, & uentrem maxime: proptereaq. acutissimo spiri-
 tu utentes humiditate in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab
 In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra alba in insomnijs uident, nem-
 pe quibus morbus forinsecus imminet. Caput ualde offendit, uer-
 tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, &
 lib. de Vertig. crura uitiat; ideoq. repudiar omnino debet. Sunt cursus per ac-
 cliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; simili-
 ter, & per montes: per decliua uero caput uehementius afficiunt,
 uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cur-
 sus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui te-
 sto 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
 cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc
 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-
 las deficientes in insomnijs, uident, quod secretionem in corpore
 humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam
 illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur,
 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
 B si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argu-
 mento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quique
 coloratior 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 affanti 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 forsā 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 salus. Cap. 11X.



ALIVM 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 perspectum est, licet postea capiti, atque pectori nocere
 re

Li. 2. ad Ti
 mot. c. 12.
 2. d. diaeta.

lib. de In-
 som.

2. partic.
 prob. 39.



re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum uehementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulieres abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, ceterisque uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiam ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit, nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firmamentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta, quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, facilliter disrumpentur; quod munimen cum humani generis seminis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quassibet saltandi occasiones ipsis effugiendas esse. Multae sunt saltus species, quarum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsultationem uidelicet, atq. saltum ita proprie uocatum, de exsultatione, quae quodammodo cursui adsimiliatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexionibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus, ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiam intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum, ita ut in extremis spatijs subsultum decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uellicae calculis, quibus afflictabatur, saepe occurreret. De saltu uero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerum tamen, & ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod si ad nates efficiatur saltus, qualé Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puero, ubi in uetere capitis dolore saltum, & *ἐπιπαιδ δὲ τοῦ ἀνέλιου* laudauit, sicut & *ἀραλίου* in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expellit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque reuertas quassationis merito deiecit, necnon uterum, qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob continuas,

5. Meth. a In prin. de nat. pueri.

14. de usu partium.

2. eius uita cap. 87.

11. 1. c. 11.

Lib. 1. eur. chr. cap. 1.

In li. de na. pueri.

Anuas, & nimis uolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfuitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum 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 Pauli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Galenus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesum inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, 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 saltu simpliciter factio 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 illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatunt, uelocius procurunt, quam manibus tensis, atque otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuicatione, & explicatione innixi uehementius, firmitus, & consequenter uelocius mouentur.

lib. 3. c. 53.

6. epi. cō. 3. aph. 2.

Lib. de passionib. ren.

5. partie. pb. 8. 1. lib. *ὡς ἐκὸς πόν.*

Aristo. lib. de cōi. aīa. liū gressū.

De Halterum condicionibus. Cap. IX.



ALTERRIBVS factam exercitationem duram esse, atq. uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoque ipse Galenus, dū in huiuscemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut assatum corpus

Orib. lib. 6 cap. 34. 2. d. tu. ual.



pus calefcere haec exercitatio idonea fit, & praesertim dorsum, quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea carnem creat, priuatim uero superiores partes ab illa exerceri memoriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus huiuscemodi exercitacionem in antiquo capitis dolore, qui paulatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem distillatio infestat, quiq; imbecillus est, & in quo cibus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras appellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret suavit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiuscemodi exercitacionem commendauit, quod animaduerteteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq; semen, uerum etiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq; statu lentos digerendos conducere. similiter quoq; Galen. in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediatur, halteribus peractam exercitacionem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxi 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 exercitacionem congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq; inaequaliter agitur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia utuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exercitacionem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitacioni proposuit sub hisce uersibus.

6. d tu. ua. cap. 14.

li. 3. chro. cap. 2.

6. d tu. ua. cap. 14.

lib. 9. c. ult.

d cop. me. p genera. cap. 2.

6. epi. 6. 3. aph. 2.

Lib. 14.

Quid percunt stulto fortes haltere lacerti?

Exercet melius uinea fossa uiros.

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

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in praesentium 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 halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitacionibus expectari debeant.

s. Eliazor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

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 exercitacionem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitaciones haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq; apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde sicis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitacionem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq; illis, quibus ueloces exercitaciones negantur, perfecte conuenire, nec non imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in longius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensio artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur, cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes 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-

In 6. epid. 6. 3. aph. 2.

Gymnastica.

R li



Oribaf. 6. colle. cap. 21.

2. d. diaeta. 10pe sine

16 famil. Epist. lib.

Orib. ibid. 7. epist. 79.

Epist. 79.

Lib. chr. 1. c. 3. & li. 3. cap. 3.

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuerſuae, atq. D. hae, uel totis pedibus, uel ſummis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae ſunt in montibus, aliae in uijs planis, & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel ſub porticu, uel ſub Dio uel ſub Sole. A tempore, quoniam aliae ſunt 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, experientiae uel reperiō: quarum nonnullae ſane poſſunt eſſe apotherapeuticae, ſicut apud antiquos fuerunt. At non eſt ignorandum, tunc illas in uſum uenire, quādo iam conſectae ſint grauioreſ exercitationeſ, ſiue poſt purgationeſ, quas medicamenta fecerint, & poſt ſubſitionem 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 reſpirationem reddere, inſtrumenta ſenſus roborare, uentriculum firmare, & quod maximi refert, omnem affectionem, quae laſitudinis ſenſum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque diſſoluere. de iſta loquebatur Hippocrates quando ſcripſit, deambulationeſ poſt exercitationeſ corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquantur, ſed ipſam purgare. Atqui deambulationum ſimplicium mediocriſ ceteris omnibus magis ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus quando iſ Ti-roni conſulens, ut ualeitudinem curaret, ab ipſa quinque poſtulari ſcripſit, πείψιν, ἀλυσίαν, ἀδείπιατον σὺμμετρον, τέρψιν, δὲ λυσίαν κοιλίας, id eſt ciborum coctionem, triſtitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui ſolutionem facile. medio- P-crem autem appello ambulationem, quae inter differentiaſ enume- ratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque conten- ta ſit, quemadmodum ambulationem proſuturam eſſe debere tra- didit Antyllus, quae, ut ſentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, tho- raci, niſi adſit ſputum ſanguinis, male affectis auxiliatur. De hac lo- quebatur Seneca, quādo ſeſe deſtillationi, a qua ualde afflictabatur, deambulatione ſuccurrere fatebatur, hanc eandē pro inſania, proq. aſthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: eſt uero etiā maxime utilis ſtomacho lumefcenti, dolenti, & in quo alimenta coaceſcunt, corrupunturue. In arquatſ, 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

6. Epid. com 3. aph 3.

li. 4. chro. cap. 7. & lib. 3. c. ult.

1. de acutis 2. 1. doct. 2. ca. 7. par. 1. 13. 7. Metho.

1. chronic. cap. 1. Cap. 4.

1. ad Glau. lib. 3. de re med. c. 33.

li. 4. c. 4. & lib. 5. c. 28. Li. 4. chro. cap. 3.

A bis prodeſt, & ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a ſuperioribus partibus ad inferiores aliquid deſtuere, aut quae ad in- feriores partes propenſa feruntur, excernere. Im uero febrienti- bus omnibus deambulatione huiuſcemodi ob eſt, nimirum quae, ut ſentit Galenus, calorem, & conſequenter febreſ augeat; nocet epi- lepticis, ſanguinem excreantibus, mingentibuſue, aut ſeminis de- ſtuum patientibus. Porro uelox deambulatione magnopere cale- facit, magnitudinem carniſ, ſi quid aliud, tollit. cuius gratia Coe- lius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur cal- or, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Ambula- tioneſ tardae ſere eadem praeſtant, quae ab apotherapeutica ef- fici diximus: quo circa ualeudinarijs ſenibuſ imbecillioribuſ, & ijs, quos poſt cibum ambulare delectat, quiq. nuper a ſomno ex- B pergiſcuntur, aut ad maiores exercitationeſ in eundem ſeſe praepa- rare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodate erunt. Haſ etiam eſſe crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a ce- na ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius abſoluitur coctio accommo- dan- dum probarunt, quaſq. Galenus 7. Methodi pro re- ficiendis corporibuſ exſiccatis commendat. In capitiſ dolore Coe- lius Aurelianus probauit, ut laborāſ deambulatione exerceatur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentiſ cruribuſ; idem & pro epilepticis ambulationem leuē pro- bavit, nempe quae ſine capitiſ concuſſione humoreſ a ſupremis ad inſima 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- rem fatigationem quam ſtare pedibuſ aſſerre, tradidit Galenus. In C ſpirandi difficultate & in ſacro igne ſimiliter, quem graeci ἐρπύρα, Scriboniuſ, Zonam, Pliniuſ circinum uocant, ambulationem hu- iuſcemodi conducere teſtatum reliquit Corneliuſ Celfuſ; quam & pro elephantiaſi curāda in uſu habendam eſſe conſuluit cum eo Coelius. uehemens ſiue nimia deambulatione frigidoſ adiuuat & ea ratione a Celſo ad debellandum corporiſ tremorem uſurpatur, an- helitum auget, & ſtatuſ diſcutit, ac capita debilia magnopere per- turbat, & ob id iure reprehendendus eſt Praxagoraſ, qui in epilepti- cis plurimaſ, & uehementi motu celebrataſ deambulationeſ adhi- debat: pedibuſ ſimiliter debilibuſ, & ſuſcipiendaſ podagrae ex- poſitiſ nocet; quandoquidem ob nimiaſ deambulationeſ non ra- ro iſchiadicuſ doloreſ & podagram generari, ſcribit Galenuſ; ſi- cuti ex aduerſo remiſſam arthriticis, & podagricis & ulceribuſ in-

Gymnaſtica. R iij terniſ

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatione molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptum est a Tralliano) qui podagra & articularum affectionibus turbantur, *μυρίας, & ἀνδὲ κίβητι πολλῆ* moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter causam suggerant. Multa deambulatione secundum Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quae in exercitationibus uehementiori motu egenti pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatione minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint, at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccant. ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophiam laborantes duodecim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo secundum Aetij sententiam strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefacit: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei causa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nam Cassius medicus antiquus in libello problematum, quem graeca lingua conscripsit, causam indagans, ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime distensionem materiae impediunt, circulares uero cum fieri non sinunt, quod aer uehementius illis prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodum & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motum in capite uertiginosum efficiunt. sicuti namq. icterici omnes externos colores amaros sentiunt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cum in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodum scriptum est ab Antyllo, capiti male asser-

Oribasius
ibidem.
lib. 1. c. 4.
lib. 1. c. 33.
Cel. lib. 3.
chronic. 7.

Probl. 38.

cto

Acto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulsio, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atque haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

B **N**TER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut ascendendo, aut descendendo exercentur. si fiant ascendendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quam per decliuia, nec non spiritum proficere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliuem laborat, sic per accliuem pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum proficit, cum etiam corporis uariis inflexus non nihil asserre causae possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum ascendendo deambulare, atq. inter ambulandum orationes pronuntiare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dum ascendimus, non corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturam flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descendendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at seniores inualida non parulaedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

1. d. tu. ual.
cap. 9.

2. partic.
prob. 38.

3. partic.
prob.

R iij tu

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo **D**
 crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer
 fatigantur. Ambulationes quae tum ascendendo, tum descenden-
 do peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie-
 tate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam
 imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sen-
 tentia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformi-
 tatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent
 similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad cor-
 pus 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 de-
 ambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum
 ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scrip-
 psit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc **E**
 idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae-
 dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praepo-
 suit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischo-
 macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in
 agrum feruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystris factae
 praetulit. in his tamen determinandis ualde refert, numquid in
 pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant
 in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus ten-
 tant, 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 corpo-
 ris partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dum
 coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, im-
 mo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur.
 sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum are-
 narum, & arundinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum
 ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicauit coxam
 arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum.
 quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160.
 Ad materiam subinde, & supernis ad infernas partes deducendum,
 eamque dissipandam potentissimae existunt, & ideo male forsan a
 Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis
 paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,
 aut

lib. 1. c. 2.

Oribasius
Loco citat.

In Oecon.

In uita Au-
gusti. c. 80.li. 2. chro.
cap. 1.

Aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non **1b. 3. c. 21**
 admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur,
 sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente;
 nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superio-
 ribus, 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, quan-
 do pluuie, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque
 iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambulant, quo
 tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio,
 omnes factis in porticu a Cornelio Celso praefertuntur. **A** Vitru- **Loco cita-**
 uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & prae- **to.**
 fertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: **Lib. 5. c. 9.**
 & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus
 aer, propter motionem corporis influens perlumat speciem, & ita
 auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam
 speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calefeat,
 humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, exte-
 nuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustine-
 re, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus
 exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas ui-
 dentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissi-
 ma sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus
 aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu-
 lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope **Oribasius**
 mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim ha- **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 non
 sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, effi-
 cacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuan-
 dum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae de-
 inde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatione efficitur, ua-
 let secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, &
 ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Ae-
 tius in colicis doloribus a frigida causa ortis commendauit. sed
 quae



Lib. 3. chr. cap. 1.

Lib. 1. c. 1.

In 1. de morb.

5 part. Prob. 34.

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thora-
 cemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem
 affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse lo-
 quebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes
 sub Dio pro modo uirium adhibendas 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 uetis peractae. Sequuntur,
 quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sen-
 tire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulatio-
 nem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, qua
 parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera
 parte Oribasius auctoritate Antylli 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 fiat,
 semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assue-
 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,
 quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti prae-
 ceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc
 attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet,
 sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uapo-
 rem quandam tepidum de se continuo mittit, qui proximum &
 ambientem aerem tepescit, 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 efficiunt, quam quae tecto subest: quonia aer assidua qua-
 dam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam
 interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contamina-
 te consuevit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit
 Plu-

5. Sympos. Prob. 1.

Cap. 116

2. a diaeta

lib. 1. chro. c. p. 4.

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum
 fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet,
 ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter
 quis ambulet, membra facilliter lepra tentantur, atque huius eam
 Laitus apud Plutarchum in nat. quae est. 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 (τηκτικόν,
 non δηκτικόν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum
 puto) in esse 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-
 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 seren-
 num est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bo-
 nam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nu-
 bibus obtegatur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tan-
 dem uero caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel
 aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exer-
 citationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud
 adnectere, ambulationes quolibet ante cibum fieri debere, tum
 mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si cre-
 dimus Antyllo, segnitiam a somno contractam dissoluit, spiritusq.
 attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quin immo Hippo-
 crates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, 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
 rursus conuiescere, & deambulationem repetere. Post cibum
 diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis,
 quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis
 pariter,



6. de tu. va. cap. 7. 2. de sop. med.

Cel lib. 2. cap. VII.

2. d. diacta.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu-
lationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Are-
taeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam
uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis
ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque sta-
tim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non
uideo, & propterea Dioelem medicum antiquissimum, & clarissi-
mum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post
prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem cibo-
rum interturbat, ita multos ad caput uapores effert, atque ibi in
humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem disfluere facit,
quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod
licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus
temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem ficcare
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce ge-
neris ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati
adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan ali-
quis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus com-
mendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Haecenus de ambula-
tione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quintus.



ARTIS GYMNASTICAE
LIBER. SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. 1.



B

C

OS, qui pedibus erecti permanent, exerce-
ri, quoniam abunde in superioribus demō-
strauimus, hanc rem amplius in disputatio-
nem reuocare prorsus ridiculū foret. proin-
de, quot modis haec exercitatio uarietur,
quosq. quaeque pariat effectus, declarabo.
Quod etenim haec exercitatio priuatim
dorsi partes afficiat, Aueroes, inter Arabas
non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel
casu fortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare de-
bent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quā ipsa ambula-
tio, defatigationem pariat: quibus etiā in renibus inflammatio, uel
ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, cōsui Rufus
Ephesius. debent quoq. huiuscemodi exercitacionē auerfari, quos
uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut seroto, uarices dila-
tantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt. aut qualibet de
caussa oriuntur, quā sententiam nisi medicorū auctoritas cōfirmas-
set: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit,
in stantibus graues humores citra difficultatem prouere, eosq. mo-
do hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere:
nam quod uarices generētur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui
cū quandam mulierem Ianū rogantem de amici uictoria futura de-
rideret, uolens significare ob importunas mulierū petitiones haru-
spicem, si cunctis inseruisset, stādo, (sic quisq. haruspex pro alijs ro-
gabatur Deum) non parum laboraturū, ait: Varicosus fiet haruspex.
Mariū quoq. scimus omnes, laboriosum uirū exstitisse, ob quod
si quis dicat, ei uarices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus
ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existima-
rem. Verum enim uero & in hac exercitacione non paucae diuersi-
tates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias
quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species,
quando aut ante cibū, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore
uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniam uel in
sole,

6. collect. cap. 2.

Lib. de pas. renum.

Saty. 6.

Plut. Icius uita.



sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statūr. A situ demū 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, &
 si quando deambulationi uacare non concedatur, illius uices sup-
 plere 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
 Quā itē ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si al-
 to capite dormiāt, minus a catharris se uexatum iri putant, cum po-
 tius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris mē-
 bris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus a uapo-
 ribus capite tententur, minusq; a capite ad pectus humores defluāt.
 Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in cōficiendo ci-
 bum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud Aetiū ma-
 gnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori si-
 tu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accommodetur,
 & ob id nutrimentum minori molestia coquatur. Atq; hoc intelli-
 gi debet de ijs, qui multum stant: stare etenim pauco tempore exi-
 guum quid prodesse, neque multum obesse potest. Qui porro com-
 muni illo effato, Prandia post stabis, inducti post sumptos cibos sta-
 re delectantur, ij scire debent, si mediocri quodam tempore stetur,
 descensui ciborum in uentriculi fundum id insigniter cooperari, &
 consequenter illorū concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui
 ullam effatu dignam laesionem asferre: uerū si multo tempore ita
 quis permanserit, praeter molestiam, qua ob ciborum interdū pon-
 dus, praeter lassitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offen-
 siones subire cogitur. Primo namq; maior uaporum copia superio-
 rem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad in-
 feriora praecipitat, atq; inde ulcera in cruribus, gonagras, & poda-
 gras generat, deinde thoracem, atq; spirationem uniuersam nō pa-
 rum labefactat, uti ex difficultate spirandi tūc apparēte facile quisq;
 cognoscere ualet: postremo renes, atq; uesciam, & totam mingendi
 actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex simili situ ad
 eas

Petrus Ap-
 ponensis
 3. partic.
 prob. 1.

A eas partes deferuntur, renesq; & lumbi uehementer incalēscunt, de-
 bilitaturq; ut non temere uideatur praecipisse Rufus Ephesius, ne
 quis ulceribus renū laborans, etiam si morbus inclinare coepisset,
 staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differētis ad-
 nectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proin-
 de qualicumq; adnexa reperietur, illius effectus cōtinuo exprimet,
 modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico,
 quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorū,
 atq; humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perni-
 ciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere ne-
 mo negabit. Ceterum de stantibus sub sole in hunc modum deter-
 minandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate sum-
 mopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in so-
 le nos magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quo
 que calefacere ualeat, quod alias susius explicauimus. Si igitur ita
 est, rationi consentaneum efficitur, iuuamentum in signe ualde fri-
 gēfactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro
 quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis
 item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne inter-
 rim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetiū ex Antylli sen-
 tentia legūtur, in insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse,
 alias cum unctioe, alias sine unctioe, modo sedendo, modo iacē-
 do, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de
 quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio
 administratur non purgato prius corpore, maximum capiti nocu-
 mentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo ge-
 nio ductus Plinius maior nō 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, quan-
 do dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalēscere, febres, at-
 que capitis dolores gigni: Nam si antea quam corpora soli exponā-
 tur, opportune exinaniantur, aut sine unctioe, aut cum unctioe
 fieri potest: si fiat citra unctioem, capiti diuturna frigiditate labo-
 ranti succurrit, quod illud durius atque imparsibilius reddat, & ob
 id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commen-
 datur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie
 iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea
 occultas distillationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pin-
 guedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica de-
 primit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora
 quacuis

lib. de affe-
 ren.

5 sectio.
 prob. 14.

Lib. 3. c. 3.
 Lib. 3. c. 6.
 9 de cōpo.
 med. 1. c. 4.

Plin. nepos
 lib. epist. 3.

Gal. 1. caus.
 morb.

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



6. epid. c6.
1. ap. 10.
1. de tu. ua.
cap. 12.

Lib. 1. ser. 3
cap. 12.

4. partic.
prob. 9.
lib. de caus.
sus morb.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter ijs, quibus calor natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiore, densiore uel efficiens, asthma, & orthopnea exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eisdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, nec non carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, nempe quae supra modum calefacta uel pores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora 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 tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiant. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem ac molestiam inducit, uerum etiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis asficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequenter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis alijs prospectare ualeant, cuius gratia ab antiquis speculator, siue *σχωλ* pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbelle formam supercilij ad mouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

De

A De pugnarum effectibus. Cap. 11.



PVGNARVM, quae maioribus nostris ad ualitudinem inseruierunt, quaeque etiam temporibus nostris inseruendi similiter facultatem obtinent, aliae sunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnam aut palum, aliae aduersus umbram, atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quem imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs, quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (*σκιμαχίαν*) 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 homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem suppressit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia non parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem sugere praecepit Galenus. *σκιμαχία* porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio existit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum, est etiam utilis uitij, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colico 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 salientes, interdum uero tanquam calcibus caedentes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

Gymnastica.

S

& uim

6. epid. c6.
1. Aphor. 6.
6. coll. c. 2.

1. d. 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. d. tu. ual.
cap. 10.
6. collect.
apud Orib.
cap. 29.



1. Libro. Prob. 110.

Loco cita.

2. d. tu. ual. cap. 10.

& vim maiorem corporibus inferre, quam istam: quonia, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonista; fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdem resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cu robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὄπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, ueruntamen propriam, atque maximam eius pollicitationem existere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegatur, 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, ὄπλοισιτοπάλη ab Aeschulo 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 uoluntationem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam existisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquatur: 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 non 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 utriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendae uero sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine non sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namque 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 sine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed sere semper uiquadam, 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 prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Utinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & faeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusque 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 iuuare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
 Cap. III.



MULTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀνὸς χειρὶ ζεῶσαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad-

lib. 3. c. 23. lib. de cobp. cap. 18. lib. 28. c. 1.

2. de tu. ual. cap. 8.

S ij numerans



2. d. tu. ual. cap. 10. Lib. 3. c. 3. Lib. 1. c. 7. Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. 2. d. diueta. lib. citato cap. 11. Lib. 4. c. 4. loco citato

Loco citato.

To Miscel. cap. 38.

2. d. tu. ual. cap. 9. loco citato

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a' lucta di-
 uersum, constat ipsam apud Galenum, Actium, Paulum, & Auicennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse, & proinde ca'efaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra-
 hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
 crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
 sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
 num in ipsa exercitantur, ex quo fit, ut illis conuertat, quibus has
 partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chi-
 ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
 lo. utu' esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi
 exagitantur, exercitationes manibus peractas probat. Porro *ἐκ τῶν λει-
 βητικῶν*, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
 bur, & uolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for-
 tioribus 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. cap. tibus male affectis
 uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersioni-
 bus, quasque circuitionibus facillime tum uertiginos, tum apo-
 pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
 tationum censu est, & *ἰσχυρῶς* siue pytilisare, aut pytilisma,
 ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
 inter ueloces citra uolentiam adnumeretur, mea tamen sententia
 haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
 extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
 trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
 proinde sine uij, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce
 modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
 firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet.
 sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiā
 podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
 usum extitisse autumo, quando post longam brachiorum ualeitudi-
 nem 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, q' aliqua ex parte ualeitudini & corporis habitui
 conferant,

Lib. 5. chrz cap. vii.

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat,
 ut se uolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus mo-
 do, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat,
 quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuelle-
 rese, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer
 exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue
 ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coe-
 lium Aurelianum, quando pro poly'archia minuenda uoluit ita af-
 fectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium,
 quam Graeci heterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, ue-
 rumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pecto-
 re, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto
 si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uo-
 lenti permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmo-
 dum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquirat, si
 pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiā
 manibus complexus auferendum praebet: quod tamen arthritidi,
 aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium
 tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut
 etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim
 iunctis, aut quem complectitur absolueret se iubeat, aut ipse se a cō-
 plectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera la-
 befactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeri-
 tur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinat a latere
 aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum in-
 uicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, reni-
 xuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corrobora-
 bit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aequae
 uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem
 retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehe-
 menter quidem exercentur, & per consequens robur corpori uni-
 uerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua
 rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec
 itaque omnia tamen si apud ueteres inter ceteras exercitationes ha-
 berentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & prae-
 sertim 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.



De spiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.

Cap. 6.

2. part. Prob. 2. d. diaeta

5 d. cu. ual. cap. 2. in lib. artis med. c. 87. Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.

in symp. 2. part. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

RETENTIONEM spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiusmodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritalia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cavitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi non nihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cavitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace pressis, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inferi, sicque intrusum eos undequaque dilatate, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cavitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumentorum

Atorum respirationis intemperie contractam extinguere testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequantur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritalia membra frigidata, debilia, aut excrementis aliter obfessa gerunt, quiq. expulsionem quascumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido status dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumenti resolutione: uim namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo mucos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriore reddendam parturientes spiritum continere praecipunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiusmodi spiritus cohibitione aneurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenzoar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum carcant retinentes illam, melius uoces percipiunt: quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euersos scandentesq. aciacentes, 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 curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamen huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumesce-re, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

te trab 4. ser 3. c. 10. 11. part. Prob. 48. Prob. 20.

lib. 27. c. 6.

Li. chro 3. cap. 1. & 2. lib. 4. c. 7.



lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 1. cap. 23.

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum retentum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum imminet, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectione 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 referantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contendantur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum 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 dirumpitur, & 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 πὸ δ' ἀεὶ πῆρ, (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 uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu. Cap. V.



VOCIS multas, sed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarunt, nos uero pleniorum totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionem, sermonem, risum, atq. stetum. quorum omnium natura perspecta nihil rema-

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paulo, Aetio, & Auicenna codicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exeret. 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 augmentum 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 instrumentorum humiditates internae consumuntur, quod euidentissime declarat densus vapor ex ore uociferantium prodiens, & superfuitates uetustiorum humorum unicuique meatui adhaerentium, 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, itaeducta eundem puriorem, ualidioremque relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorque impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. unuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium existere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Aureliano, & Actio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophis laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phthisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostematata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus sere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Arctaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephantiacis, ἀναφώνησις τῆ ἀνδραπόδος γυμνάσιον τὸ καλεῖται ἐστίν, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruentibus resolutis, atque etiam malo

Oribasin
lib. 6. c. 8.
lib. de tuē.
fan.
lib. 1. c. 29.
lib. 3. c. 5.
lib. 1. f. 3. d.
2 cap. 2.
6. colle.
cap. 2.

Alexan. 1.
prob. 87.



malo corporis habitui, qui a Graecis *καχεξία* dicitur, eandem con-
 ducere credit 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, grauiore 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 exercent, quemadmodum si uo-
 calia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non
 seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namque exercitationem a
 cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-
 tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem fa-
 ciens rarefacit carnem. Sed cuncta haecenus 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, nec non instru-
 menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Au-
 relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter ad-
 didit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius
 peragitur & interdum *ἀναύδησις*, ab Aretaeo *φωνασκίη* uocatur,
 uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue *λυπτεν*,
 haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut
 testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
 sententia uocem oblaedit, nec non uenas rumpi facit. ut hac ratio-
 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, rursus 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 animaduertunt, 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. d. diacta.

Cap. 7.

Lib. 1. chr.
 cap. 4.
 2. de cur.
 chr. c. 6.
 In lib. de p.
 ceptionib.
 li. de instr.
 odor.
 7. de cōp.
 me. li. c. 1.
 4. de locis
 affe.
 lib. 5. epif.

Atibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis,
 & expirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magni-
 tudinem, & multitudinem accreuit uapores corrupti largius per cor-
 pus distribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter
 exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae
 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
 uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto,
 tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam
 exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu-
Btarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immode-
 ratae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet
 uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamo-
 res exercent; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & im-
 pectus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uocifera-
 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
 cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis,
 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-
Csus est) tibias & sonum adiberent Antiquiores, & quod ad eos,
 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 solatis modo his, modo il-
 lis exceptum ab angore seiuingerent. De cantu siue uociferatio-
 ne cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque
 Paullus, ualitudini eam nullum iuuamentum praestare. At in mor-
 bis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelia-
 nus uocis exercitium musico monitore compositum in sanienti-
 bus in declinatione conducere scripsit, refert insuper Aulus Gel-
 lius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuuisse uipera-
 rum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus me-
 deri;

1. cor. chr. cap. 2.

Partic. pro ble. 11. Prob. 11.

li. d. tuē. va.

libro 1. probl. 76.

19 partic. probl. 1.

Loco cita.

Li. i. chro. cap. 5.

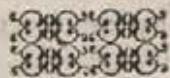
li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, 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, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum conseruit, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatur, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperitur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatus legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorofum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepe numero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritoneum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

In lib. de tuen. ua.

loco citato

Gal. li. 7. § 6p. med. fm loc. c. 1.



De

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

LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiores; alteram rem ssiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegatissimus claram nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrefcere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recipit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conseruat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quando quidem per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturque, & calor natiuus citra ullam uolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Plinius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedendo legant. Sic ad phthisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendum, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum afferit iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehemētius facta lectione, quam Celsus etiam in tussis sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualeat, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post ciborum

Lib. 1. c. 2.

li. d. tu. ual.

loco citato

Epist. 97.

lib. 1. chro. cap. 1.

li. 9. epist. penult.

Gel lib. 2. cap. ult. loco citato

lib. 4. c. 4.



18. partic. prob. 1.

Oribasius lib. 6. c. 7.

lib. 4. c. 4. 5. Meth.

6. Epid. com. 3. in lib. de loquacitate in fine.

lib. 17. c. 6.

loco citato

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus quoque non improbavit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripunt, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id vapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestantes minime, dum lectant, dormire, eo quia intellectum firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi cuadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamen 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, quiue aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, 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 demonstrant. Iam uero sermo uim quamdam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue alijs eius affectibus sermonem interdicens fore, sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore reieclatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sententiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continebant, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecnatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualitudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepe numero animis ingerat, quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutarchi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupientibus sufficere possunt. Haecenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sunt, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & sletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum existit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἀσβροσι, sicuti grammatici γέλωτος ab ἔλη, quae uox caliditatem significat deduci 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, δρεχυσιν uocatam, post cibum commendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecipit 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 haec de causa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolentes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalescunt, & 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.

Γέλωτος ἀπαιετος ἐν βροστοῖς δεινὸν κακόν, idest

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituum effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam 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 sursum

11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. probl. 8.

2. de repu.

loco citato libro 1. Prob. 191.



sum efferrī, sic per alimenti desiderium ima petere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit Procorsu emori,

Odyll. 3.

Ἀτὰρ μιν ἦρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀναχόμενοι γέλω' ἔχθρον, idest,
tum Proci illustres

Manus extollentes risu emoriebantur :

li. 2 de pac dia Cyti.

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & conten-

2. Tuscul.

sa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuissim, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualitudine habere certo scimus: pueri namq. sortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiunt: cuius causam Soranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accēdi perspicue testatus est. quantum subinde oculis ipsis detrimentum asserat, inde conijcere facilliter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est, ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne fileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperatae, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

In Isagog. cap. 17.

Prob. 61. lib. 1.

loco citato 5. Aph. 54. 1. de tu. sa. cap 8.

lo prob.

Lib. 6. cap. d cur. oculi.

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactū ire. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguum emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationē dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Possidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiā si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant.

Gale. 4. de pla Hip & Pl. ca. ult.

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



RICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeque eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi con-

B

pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descripi praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissima Cricilasia, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiae intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosque imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & a trabile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atque remissas collocandum esse omnes affirmant, cumque uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnem uolentiam laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresque ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

6 collect. cap. 16.

Oribasius loco citato

Gymnastica.

T

hent;



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 *βερύσικα* dicunt, & de quo supra sumus
locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis ge-
nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor-
tis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod il-
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 quidē genus dorsum ob inclinationes cōtinuas E
exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus
ἔκταται uitari mandauit Rufus medicus, neq. admo-
dum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitatio-
nes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire,
qui occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriū
dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus oc-
cupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequētiore est pila-
mallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non
fateretur; sed quanto magis tēporibus nostris penes cunctas nationes
ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates de-
clarare. Nam quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehēmētibus
facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijce-
re; a labore, quoniā sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis ma-
gnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriuntur; ex natu-
ra uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, &
brachiorum iactatio, dorsuue totius obnixio quaedā adhibeantur,
indubitata fidē faciunt, nequaquam absq. uiolētia, aut magnitu-
dine huiuscemodi exercitationē consistere. & iccirco probabile fit,
ipsam calorē natiuum augere, excrementa euacuare, somnos pro-
fundos generare, & concoquendis cibus, atq. crudis humoribus con-
ferre. At caput ab eadem repleti certum est, quando Gal. hoc uir-
tium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quan-
tum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sententiam ue-
nio, pilamallei exercitationē praecipue brachia, atq. dorsum exer-
cere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mē-
bra ista confirmare student, quique multitudinē ciborum perbelle
confi-

libro 1.
fen. 3. do. 2
cap. 2.

In lib. de of-
fe. ren.
5. de tu. ua.
cap. 3.

A conficere, succos, utiles per uniuersum corpus distribuere, & super
fluitatem, tam per sudorē, quam per secretam distillationē exinanire
intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus,
ignorat, ualeudinaris, ac debilibus, quorum uires leui de causa 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 habēt, 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 genera-
ndum pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine
occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria te-
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 honorū
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, nō sua culpa, sed exercentium in curia perniciosas affectio-
nes, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut dili-
gentiam, a Maioribus nostris in exercēdis corporibus obseruatam,
quantum conceditur, imitantes, melius ualeudini, atque membro-
rum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, &
sanitatem simul deperdant, & honorem, dicēte Galeno nostro ma-
gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionē
fortiti 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
alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse
existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex
uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis
est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exerce-
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.

5. d. tu. ual.

5. d. tu. al.
cap. 3.



1. d. tu. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. sph. 6.

Oribasius lib. 6. c. 14. Aet. lib. 3. cap. 7.

Prob. 12. lib. d. aere, aqu. & loc. cap. 1. 4. Sect. probl. 12.

locis cita.

lib. 27. c. 7.

Lib. 9. c. 3. Aet. l. b. 11. cap. 30 loco citato



Equitationem, quā Galenus aliquādo inter ea, quae exercitationes simul, & opera nūcupat, adnumeravit, ex eius dē sententia magnam exercitacionē esse, aperte cōstat. Quo circa, quantū sit ex se, poterit natiūū calorē augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autē nō parua differentia, an equus (sic appello equū, mulū, & aliud qđ uis portādis hominibus accōmodatum animal) lente, celeriter, & gradiatur, an succuffet; an asturco sit, ac tolutarius, an curret. De placida, & lenta equitatione scriptū inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quā lassitudinē, & praesertim inguinibus asferre. de hac inquā uerba faciēs Hippoc. memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnā parere, hominesq. in foecundos & coeundi impotētes reddere, nec nō dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sentētia Hipp. dānanda uidetur, qđ Aristoteles cōtrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua atrectatione, motioneq. incallescētia spiritu cōcipiunt, sicq. coeundi cupiditas inducitur: siquidē Hipp. de placida, & nimis frequēti loquitur, utpote qđ leni motu nō ita calefaciat, & pendētes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, qđ equo celeriter gradiēte, & interdū succuffante, sed nō admodū frequēter exercetur, uerba facit, unde particula (assidue) quā latini interpretes apponūt eū in Graeco Arist. codice nō inueniatur auferēda plane erit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderūt, totū corpus laboriose cōcutit, & magis adhuc oibus alijs exercitacionibus. Vnde ab Alexandro Tralliano in dolore capitis, quē caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat. ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. qua itē ratione in singultu curando ab Aetio usurpatur, sensuū instrumēta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropeos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutam aluū, & fluentē, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, nec nō uescicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitacionē vitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiam obesse scripsit Hippocrates, quamquā in hac re uarias auctoriū posteriorum exstare sententias reperio. Themison Methodicorum princeps

A princeps in coxendicum dolore, *iqz dōc* nomine a graecis appellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiā motus partium faceret uexationem: post ipsum idem cōfirmavit Theodoros Priscianus, & quem modo citauit, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita infectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitacione uehementer coxas incallescere, 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 putato. Equitatio peracta succuffante 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.

Pedetentim ite, & sedato nisune succuffu arripiat maior dolor.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succuffantem tectrum nuncupauit hoc uersu.

Succuffatoris tectri, tardiq. caballi.

Ad haec succuffationē uehementer caput offendere, collū & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquādo in hunc modū equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id. n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua nō solū interiora omnia cōcuti, uerum etiā suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unū habere iuuamen potest, ut cibus, atq. crudis humoribus cōcoquēdis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciēdae, necnon a renum (quod Auicēnae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducēdis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis cōmoda haec cōpensantur, omnes ab exercitacione simili abstineant cōsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantū, aut trainā uocant Itali, & de qua ita Martia.

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

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

Gymnastica T iij apud

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

Libro 4. cap. ult.

Cic. 1. Tus.

Nonius Marc.

2. d. tu. ual. cap. 11.

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

Lib. 14.



In lib. de paruae pila ludo.

1. d. diaeta.

lib. 5. c. ul. Sect. prob. 13.

locis citat. In Isagog. cap. 23. 6. epid. com. 3. aph. 2.

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus cadere, tamen eam improbare uideretur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant causae aliae, ob quas a sanitate studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atque extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Aristot. causam indagans, cur, qui equo uehantur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciens ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occurrans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitur. laedit praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uiscera 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 affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualitudine, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitarum curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Haec de equitatio- nis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius, quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedancis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatus feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stomachum

Achum firmando: sensus expurgando, acuendoque, sed peccus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum uiribus Cap. 1X.



ANT EQVAM gestationum sermonem aggrediamur, illud prius adnotandum lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus, sed nequam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Celsus antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes 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 latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis *αἰσίοπ* uocant, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehensae facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorum sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus existunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis, & ualudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accommodatae sunt. In acutorum nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur, quinimmo tradit Celsus Asclepiadem etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib. 3. ca. 6. lib. 2. c. 15.

locis. cita

loco citato

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusque quiete D
eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualitudinarijs 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, segnitiam dissoluere, corporis tur-
bationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, &
contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigilijsq. 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 experiendum esse consuluit
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 asthmae, in stoma-
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 exsiccant
sunt, atque refectioe 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.
Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quoniam in loco
quibus gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitatio-
nes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, at-
que thymum efficitur.

loco citato

7. Meth.

lib. 1. cur.
chron. c. 7.

De

A De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particula-
ribus uiribus. Cap. X.



XPLICATIS 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, quā sine additione
gestationis usum in sanis, atq. ualitudinarijs nominant, de qualibet
eius specie intelligere: quā nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter
accommodari nō possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdū
oēs, sed in remissionibus morborū, interdū placidiore significare.
Uehiculorū multa fuere apud maiores nostros genera, quorū luxu-
ria usq. adeo interdū Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar-
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 quis
ceteris acriorē esse dixerit Celsus, nihilominus, secundū Galeni sen-
tentia, inter debiles exercitationes recenserī meretur. quo fit, ut sa-
nis, nisi aliter exerceri impediatur, minime omnium cōueniat. Vale-
tudinarijs, atq. senibus magis, quē admodū Antiochū sese exercuif-
se, & Caecilium Plinium accepimus: maxime uero aegrotantibus, de qui-
bus sermonē faciens Antyllus dixit, gestationē in uehiculo factam
uim quandā amolendi, 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, quā uelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nō
raro usq. ad expirationis periculū exerceretur, huiuscemodi exer-
citatione aduersus morbū utebatur. Haec inquam exercitatio du-
plex ab Aetio triditur, 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.
iudicauit, capitis dolore uexatos per longā uiam gestari debere, ne
frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nō
sine ratione in furore, atq. paralyti curandis uehiculi manibus acti
gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea
in epilepsiae curatione improbauerit, quā motus rotarū uertiginem,
caliginemq. faciat aegrotanti, quae pansionis imaginē ferat. licet. n.
Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui
ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnō in hemi-
Gymnastica. T v cranicis

lib. 34. c. 27.

lib. 2. c. 15.
2. d. tu. ual.
c. 11.
3. d. tu. ual.

lib. 3. c. 6.

lib. 1. c. 1.

3. de tu. ua.
cap. 3.



cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D
attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere re-
trorsum desiderare in curru mandauit: multos subiungens se nouisse
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 mitiore 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 uehibus.

Loco cita-
to.

*Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore uiam,
Sed Cesium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipse metiscens agas.*

E

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacien-
te, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a
Coelio cōmendatam inuenio: quam itē ab ipso pro atrophiae cura
tione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumori-
bus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito percussis ueluti optimū
praesidium usurpatā fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut prae-
dicta aliquanto remissior atq. blādiior existit, sic quoq. plures usus
apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in
fanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut
simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, F
quia a senectute, siue alia causa (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 causis homines
fani 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 seriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilio-
ribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particu-
lari cōmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q̄ fani
uiri ea possunt uti post cibos, nō ad exercenda corpora, sed ad obeū-
da negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhila-

li. 4. c. ult.
loco citato

Q. Curtius

randi

randi animi gratia: quē admodū factitasse Augustum, quando a cae-
na se i 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 febris, aut semiter-
tiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, secun-
dum Tralliani sententiam, apoplectici, resoluti, nephritici, ac poda- lib. 9. c. 3.
grici. siquidē haec cōmotio per lecticam habita (ut ait Arabum me-
dicorum princeps) materiam expulsionī aptam efficit. prodest sub-
inde talis gestatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elle-
borū sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadā
oppressis, nec non ijs, quibus caninum in modū appetitus intentus
B est, nimirum cum intētio illa sedetur. Ceterum sedētes i lectica, se-
cundum Aetiū, portari debent, qui in integra febrīū declinatione
cōsistunt. eadē ratione, & illi, q̄ 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 phitifici nauigare neque-
unt, lectica eorū corpora dimouēda consuluit: quemadmodū Ale-
xander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes & nauig-
& lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quā scamnum
uocare maluit eloquētissimus Celsus, gestatio facta, tam et si apud au- lib. 2. c. 15
ctores saepenumero cū lectica cōfusa, atq. eadē inueniatur, nihilo-
minus in duobus ab illa diuersam existisse puto: primo, quia lecti-
ca duorū hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi Neronē
cum matre in lectica quandoq. uehi solitum scribit. quod minime
de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdū sex seruis, in-
terdū octo, interdum plurib. gestabatur. sellā autē tamquā breuior-
em, & unius dumtaxat capax a pauciorib. gestatā, uerisimile uide-
tur. Neq. n. ullam inter se maiore differentiam tēporib. nostris sella
cooperta, & lectica obtinuerunt, q̄ q̄ altera à duob. seruis ut pluri-
mum gestatur, uniusq. dūtaxat capax est, altera a iumentis portatur,
& duos continere ualet. In sella fani gestabatur, deliciarū potius, &
maiestatis ostentandae, quam ualetudinis gratia: quamquā Pliniū
ea Romae uectū, ut etiā inter eundem studijs uacaret, ipsius Nepos lib. epist. 5.
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

tekti gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora urg. t. q. si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iacentur, modo vires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtificis cōsultuit, quandoquidē gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatē perueniunt, uel quorum longa admodū remissio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralyia Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioquin, si adhuc sacuente, aut incipiente affectione, gestatio administratur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut disipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nondum quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administratur, sed in maturis solummodo, frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

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



V primus lectulos pensiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est, tum ut blādo torum iactatu somnos alliceret: tum etiā, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiore reddiderunt; quamquā grauis auctor Cornelius Cel. exercitatio hanc tantūmodo administrandā aliquādo iudicauit. ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sella copia datur: licet postea in apoplexia cū aeger resurgit, ipsam lecti motu cōcutiendū praesepisse inueniatur. Verum, n. uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiā si nil aliud deficiat, p. multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quo d. paucis cōceditur) hanc gestatiouē tam ante cibū, quā a cibo prodesse dixit Antyllus. nā primo febricitantes, aut diuturno morbo decubētes, in quō corpora cōsumpta sese erigere non

Lib. 2. chr. cap. ult. Orbasius loco citato.

Loco citato.

A non ita ualēt, aut Elleborū sumētes a tali gestatione utilitatē recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiūt, necnō in lethargicis, & in appetētia ciborū deiecta eandē prodesse experimētis inuentū fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phtificis laudauerunt. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā cēsuerunt, quo blāda illa agitatione spiritūū perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodiū quoq. esse, mōstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes i pensili lecto probatas uiderimus, idē & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilē aliā lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumētis uoluit uni pedi lecti funiculū esse subiiciendū, atq. ita lectū huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenū Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illuc exercitationis genus existimo, quod ab Auic. sub cunarū reuolutione descriptū fuit, atq. idē nomen usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi. n. ab ipso inter debiles exercitationes recēseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sentētia, nō sanis aut infirmis exercitādis aptū uideatur: nihilominus ijs cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde pstrati fuerūt, aut secundū Celsum alicuius mēbri resolutionē patiūtur. quin, si talis gestatio suauiter administratur, pter somni iucūditatē q. affert, status quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguēdis cōducit, appetitū mouet, & naturā sopitā exsuscitat. Auic. i. 4. trac. 2. c. 13. ad cōpescēdum nōmiū sudorē pcepit, ut aegri ponātur super illud instrumētū, quo pueri, u. iuuenes solēt in aere concuti, atq. ita in aere frigido cōcuti quo quidē puto esse genus illud instrumētū, cuius facta est mētio supra li. 3. sub Oscllarū nomine. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere oēs nauigationē, q. ceterarū omniū lenissimā fecit Corn. Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidē nō parū 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. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniam ut plurimū ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuātur, qui aerē inficiētes nauigationē magis suspectā reddunt. ut non immerito scriptum sit ab

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato lib. 2. ad Timo. c. 2.

lib. 3. c. 12.

loco citato

lib. 1. fen. 3. doct. 2. c. 2.

1. de tu. ua.

loco citato

Arist.



14. part. Prob. 11 & 12. In probl. nat. lib. 1. c. 1.

Lib. 28. c. 4. lib. 31. c. 6. epist. lib. 3. cap. 61.

1. Sympo.

lib. 37. c. 6.

lib. de cau. nat.

Arist. palustria loca incolentes sub pallidos, ac somnolentiores eua-
 dere. minus noxia existit in fluminibus nauigatio, nepe q̄ auctore
 Plutarcho timoribus carens nauseam ullo pacto non comoueat, ue
 rutamen tā haec, q̄ illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affe-
 cto incōgruae a Coel. Aurel. iudicantur, q̄ humectantes caput ter-
 rena exhalatione in frigidant. Duabus praedictis maritima nauiga-
 tio ualde praestātor creditur, quoniā mari semper uapores sicci, &
 calidi educuntur, qui latēter, ac sensim nauigantiū corpora reclu-
 dunt, necnō falsae proprietatis causa excrementa absument, 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
 comendatur. In pthisi nāq. praestantissimū remedium nauigationē
 semper a Maioribus habitā fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ratio-
 ne phtificos Aegyptū petere cōsueuisse refert, quo cum Annaeus
 Gallio post consulatū iam fere phtificus, & Zosimus Plinij nepotis
 libertus sanguinis reiectione laborās profecti essent, ad sanitatē re-
 stituti fuerunt: q̄q̄ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falso
 inscriptus in l. de re medica lib. dicat phtificis 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-
 tar. *πλάς μὲν ὁ ὠρεῖ γλυ, πείπυτος δὲ ὁ ὠρεῖ θάλατταν ἡδίστος.*
 nauigatio iuxta terrā, ambulatio uero iuxta mare iucundissima. haec
 ex cōmuni Auicēnae, atq. Aetij sentētia praecipue prodest hydropi-
 si, elephantasi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus ac inflationibus:
 atrophiae quoq. si cundū Coelium non paruū auxiliū praestat:
 quamuis n. a principio stomachū subuertat, paullo post tamē assue-
 faciens illū sedat, qui nimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae in-
 stabili uoluntatione cōmotae plurimis morbis capitis, oculorū, pecto-
 ris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborū, medētur. Ve-
 rum gestatio in alto mari peracta reliquarū uehemētissima existit,
 & 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
 nauigātibus, quae simul omnia magnā uim habēt, ut quoq. Plutar.
 cognouit,

Oribasius lib. 6. c. 23.

lib. 3. c. 14.

14. part. Prob. lib. 6. c. 27. lib. 2. c. 1. & li. 3. c. 2.

lib. 2. ferm.

A cognouit, ingentes uomitus cōcitandi, ac cōsequenter omnē ueterē
 morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationē hanc
 ad extinguedas praedictas aegritudines efficaciorē esse. quin &
 mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe
 corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in nau-
 gestatio non admodū (dicebat Antyllus) magnam turbationē, neq.
 cōculsionē affert: ex quo fit, ut ferme accōmodata sit ijs, quibus etiā
 gestatio in curribus conuenit: nisi q̄ hoc magis habet, q̄ in purgato
 aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Ca-
 tēterū 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, uehemē-
 tissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intētissimos habeat.
B Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam
 uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: *καὶ πολλοῦς, καὶ ἡ ἐν
 θαλάσσει βιοτῇ, ἀπαντα τοῖσι ἐπινεφροῦσιν ἀνεα.* id est, Et nauigi-
 gatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum
 gymnastas existisse, maximeq. omniū ab antiquis in
 existimatione habitā fuisse, q̄ homines e periculis maxi-
 mis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad auden-
 dū fortiores, & animosiores redderet, iā satis mōstrauimus: ideo ui-
 res eius perquirere solū restat. Nā uarias hanc quoq. differētias ha-
 buisse reperio: siquidē aut natatio fiebat in aquis spōte nascētib. aut
 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-
 bavit Antyllus, tamquam impleat, eam tamē in paralyticis curādīs
 adiumentū praestare, credidit Coel. Aur. ita. s. administratam, ut pa-
 tiētibus partibus inflatae uesicae adiungātur, quo natādi laborē mi-
 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 l. lacco cōmendantur, ubi scribit,

ter uncti

Trans



Sary. r.

23. partic. Prob. 12.

lib. 31. c. 6.

Transnanto Tiberim, somno quibus est opus. alto. **D** perniciosissime uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quonia uapores putridi una cum humiditate corporis meatu illabentes, nō solum caput, uerū etiam uniuersum corpus contamināt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparent. Maritima natatio ab Aetio in dolore capitis antiquo usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elepliasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accommodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum nō sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. uerū tamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiā in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nō solum marinam natationem, sed qualēcumq. aliā capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natatium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nō esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quā in fluuijs natari: propterea q. qui natat, sedulo aquae ad nitendo natat: adniti autem ad id firmiter possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendū ualidior, magis natates adnites sibi sustinet. Est praeterea de quacūq. natatione animaduertendū, paucos diurnos morbos repeteri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solū aestate adhibenda erit natatio, quando gracile reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominēq. tandē iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natado in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis commendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis densatā habent. at ab ea caput offendi, uires quodā pacto eneruari, nemo negaret: q. alio etiā non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resolvere. Frigida q. intus calorē natium repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum opumam, & citā cōcoctionem

nem

A nem praestat: exuberātes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiā ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus qua Hippoc. frigidā tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetiū ad euitandū aestum frigidam natationē commendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequenter utatur neruos laedi, & interdum surditatē contrahi, quod Agathinus apud Oribasium cōfessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis nationibus, quae ad gymnasticam quidē medicam pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebātur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri cōsueuisse in 3. lib. probauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundū opinionē nostrā habuerunt, alterū ut motu illo blādo, quo natates agitātur, aqua magis corpora permearet, sicq. mēbra copiosius humectarentur: alterū ut maiore uoluptate in mouēdo sese fruerētur: quandoquidē aqua mota, & praesertim balnearū suaui illa atrectatione singularē quandam delectationē affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sententia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incumbant, pauca uerba faciam, tū quia fere sub nauigationē reducitur, ut eadē repetere nō sit opus: tū quia a medicis prope nullis eam in usu habitā esse cōstat: nisi q. Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationē nullam calorē natium augere credendū est, cum & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existeri quoniam intus frigent, extra uero quasi adurūtur: habent. n. qui in mari piscantur hanc praecipuam comoditatē, q. eorū corpora ualde exiccātur, & propterea minime omnium corruptionibus subiiciūtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cōsumiturq. ut magna cū ratione scripserit Gal. piscatorū habitus duros, ac siccos esse, eorum uel ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita ferēt. Quod uero scripsit Suet. Augustū interdū hamo piscari cōsueuisse, id potius animi laxādi causa, quā ualerudinis gratia ab eo agebatur.

cap. 14.

7. de legib. in sophista lib. 3. c. 13.

loco citato

sect. 38. p. ob. 2.

1. de simpl. med. 6. de comp. med. 11. In uita Augusti. c. 83.

De uenationis conditionibus. Cap. XIII.



MENATIONIS exercitationē cōparās ludo paruae pilae Gal. illud solū inter ipsis discrimen posuisse uidetur, q. alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dūtaxat, atq. diuitibus exerceri

libro 2. de paruae pilae ludo.

cori



ceri posset. hoc autē licet Galeni forsan tēpestare, atq. etiā in aliqua D. uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere compertū est, quādo saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumentis rusticos, atq. pauperes uenādi exercitationē frequētare conspiciamus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. pauciorib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cū. v. Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstrat, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatib. praeditā esse, q. corpora uehementer calefaciat, exercementa dissipet, carnes, & succos exuberantes minuatur, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibus, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, q. Razes Arabs auctor grauius ex Gal. sentētia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi uis polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatē, aut aegritudinē pertinēs facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationē, 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) uenationē exercētes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur, modo uociferare, modo quiescere cogātur, omnib. partib. laborare uidētur, & iccirco multi hac exercitatione crediderunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego uero eam euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorem plusquam mediocrē obtinuit siquidē multos uidere

licet

In 3. tu. ual. cap. 8.

In 3. cōtin. trac 13. c. 1. Lib. de pu. epil. com. 115.

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

Lib. 12.

*Parcius utaris momeo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uolentus eas.
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non decerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
Tutior est uirtus, insidiamur apris.
Quid te frenata iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.*

B

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi q. dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coarctet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse serunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q. uehementior existat, senibus, aut debilibus accōmodata

Seneca in tragoed.

C

inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut non absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominē, & beneuolentē modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā 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 diligēter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secundum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. sit, uenationi operā nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Lib. 1. c. 1. epist. lib. 5.



aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare 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 die non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualitudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tamen forte 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 Gymnastricae finis.



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



DE principijs Medicinae Caput primum.
De conseruatiua partibus, & quid tractandum cap. 2.
Quid sit gymnastica, et quotuplex. c. 3.
De gymnastica subiecto, & eius laudibus cap. 4.
Quo tempore, & quo pacto caperit Gymnastica cap. 5.
De Gymnasticis antiquorum cap. 6.
De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant cap. 7.
De gymnasijs diuersis partibus. c. 8.
De palaestra, & alijs gymnasticis partibus cap. 9.
De balneis gymnasijs, atque etiam de stadio cap. 10.
De accubitus in caena antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine cap. 11.
De auctoribus gymnasticae, & gymnasijs ministris cap. 12.
De trium gymnasticae specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica cap. 13.
De vitiosa gymnastica, siue Athletica cap. 14.
De uiuendi Athletarum ratione. c. 15.

LIBER SECVNDVS.

Quid sit exercitatio, & quo differat à labore, & motu. ca. 1.
De gymnasticae medicae diuisione. c. 2.
De saltatoria cap. 3.
De sphaeristica cap. 4.
De pilae ludo secundum Latinos cap. 5.
Gymnastica.

De orchestica, siue tertia saltatoria parte cap. 6.
De fine saltationis, & de loco cap. 7.
De luctatoria cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Caestibus 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 praesentis 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 uocis exercitationibus cap. 7.
De Cricilasia, Trocho, & Pilamalleo cap. 8.
De equitatione cap. 9.
De curruli uehatione cap. 10.
De gestatione in lectica, & sella. c. 11.
De agitatione per lectos pesiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. c. 12.
De nauigatione, & piscatione. cap. 13.
De natatione cap. 14.
De uenatione cap. 15.

LIBER QVARTVS.

DE ratione agendorum, & de exercitationis usu cap. 1.
Con-



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

LIBER QVINTVS.

DE ordine agendorum, & de non-nullis scitu dignis cap. 1.
 De singularum exercitacionis differentiarum effectibus cap. 2.
 De saltatorijs effectibus cap. 3.
 De ludorum pile effectibus cap. 4.
 De lucte commoditatibus, & incommoditatibus cap. 5.
 De pugilatus, Pancratijs, & Castuum facultatibus cap. 6.
 De cursus natura cap. 7.

Quid praeslet saltus cap. 8.
 De halterum conditionibus cap. 9.
 De disci, atque iaculationis effectibus cap. 10.
 De deambulationum qualitatibus cap. 11.
 Iterum de deambulationum qualitatibus cap. 12.

LIBER SEXTVS.

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



INDEX LOCUPLETISSIMVS
RERVM OMNIVM MEMORABILIVM,

QVÆ IN HOC OPERE

continentur.

A



Bies est materia currib? facienda apta. 171. a
 Abrahā vt De' ab Alex. Sc. colebatur 182. d
 Academia Platonis. 18 e
 Accubitus consuetudo vnde manarit 53. a. b
 Accubitus vitorū forma qualis fuerit. 53. e
 & deinceps
 Accumbentium numerus quis esset. 54. d
 Accumbentium imago 55
 Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 121. e. 130. f
 Acidū ructās vociferatione inuans 181. e
 Adolescentes cur ad gymnasia accedebāt. 26. d
 Adorantes erecti ex lege stabant 138. f
 Ager nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205. c
 Aegroti priscais temporibus palam exponantur, & qua de causa 1. c
 Aegyptus, Homero aurore, multas herbas ac medicamenta habuit 1. b
 Aer ē ex extrinsec' corpori accidētib'. 6. f
 Aetas i exercitacione est cōsiderāda. 212. f
 Aglaidades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodessc. 161. b. 238. d
 Agonistarcha quis fuerit 61. a
 Albanj erant vni factio Romana 168. e
 Aldus Manuti' iuuenis eruditissim'. 178. d
 Alexander Seuerus Impera. exercitacionis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos colebat. 182. d. ad maiorū effigies facta faciebat. ibidem
 Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectio- nes quę fuerint 28. f. idem balnea viro- rum ac mulierum separauit 50. d
 Alexan. Seuerus Imp. serō semper frigida lauacione utebatur, rarō calido 39. e
 Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos cur su exerceri 114. e
 Alexander Seuerus Imperat. nemora pub- lhermis i vixit 134. f
 Alexander Seuerus Imp. qua victus ratio- ne, Lampridio auctore, vteretur 123. a

Alexander Macedonum Rex quid ante ci- bi sumptionem ageret 214. e
 Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione utebatur 297. f
 Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63. c
 Alipta quis nam esset 62. a
 Aloysius Mocenic' Frācisci F. laudat. 19. c
 Ambulationes quęnam secundum Arist. sint faciliores 217. c
 Ambulationes tum ascendēdo tū descendēdo factę qua de causa laudentur. 164. d
 Ambulatio sub Dio facta, ambulacioni in porticu factę a Celso praefertur 265. a
 Ambulatio subdialis multas habet spes- cies ibidem
 Ambulatio sub Sole, vel in umbra facta ab authoribus diuersis diuersimode acci- pitur ibidem
 Ambulatio sub Sole minus laedit, quam statio, & qua de causa ex Aristo. senten- tia 266. f. 271. a. 272. e
 Ambulatio in umbra facta, quęnam sit bona ibidem
 Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile inducit, & cur 267. a
 Ambulatio epilepticis, & vertiginosis con- ueniens quę sit 267. b
 Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
 Ambulatio post cenā qb. cōueniat. 267. c
 Ambulacionis matutinae, & vespertinae ef- fectus qui sint ibidem
 Amicus Bibriciorum Rex cestu claruit, & fuit a Polluce interfectus 110. f
 Ammon apud Ovi. cestu valuit 111. a
 Andreas Baulius vir multę doctrine. 34.
 Andr. Palladius Archite. peritissimus. 29. c
 Angina laborantes luctā effug. ant. 246. e
 Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13. a
 Anneus Gallio sanguinem expuens nauigacione sanus factus est 179. h
 Antheus secundum Platonem fuit lucta- tionis artis auctor 105. a

I N D E X

Antiochus medicus quo exercitio uteretur. 210.e.f
 Antioch^o medic^o vehiculo gestabat. 297.b
 Antiqui bis in die an semel saturarent. 52.f
 Antiquorum mos vincendi spā in cēna. 57.a
 Antiqui in statis cenabant. 53.a
 Antiqui omnes voluptates in cōuiuīs excogitauerunt. 58.c
 Antiquorum studiū in cibis ac potibus delicatissimis cōquiritēdis magnū 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 solū saturabatur. 136.e
 Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit. 48.d
 Aphorismi Hippocratis explanatio. 231
 Apodyterium in palastra quid fuerit. 29.e
 Apodyterium in balneo quid esset. 40.f
 Apollini cur Athenienses gymnasiū consecraverunt. 8.d
 Apollo iaculationis, & medicinæ Deus ab antiquis indicatus. 130.f
 Apollo iaculationi ab antiquis est præpositus, & quare. 218.e
 Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur. 182.d
 Apoplectici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa. 219
 Aponaxis quid. 85.c
 Apolemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur. 281.c
 Apricari quid faciat. 140.d
 Apuleius Celsus in Sicilia quendam à cane rabido morsum curauit. 4.c
 Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit. 4.c
 Aquis medicatis etiam utebantur in lauatione ad voluptatem. 47.a
 Aqua ē ex extrinsecus corpi accidētib. 6.f
 Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt. Aristot. auctore. 303.c
 Aquarium quid esset. 43.a
 Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 192.f
 Archimedes sepe figuras mathematicas in corpore vincto designabat. 32.d
 Aristotelis sententia de gymnastica & prædottibica. 10.d
 Aristot. sententia de arte gymnastica. 13.a
 Aristot. sententia de motu post cibū. 222.a
 Ars gymnastica, Gale. sententia, est maxima pars facultatis conseruatricis. 7.b
 Ars gymnastica qb^o nā reb^o p̄ficiat. ibidē
 Ars gymnastica quomodo scientia a Galeno vocetur. 10.d
 Ars gymnastica quid nam circa corpus humanum operetur. 12.f
 Ars gymnastica ad bonū corporis habitū acquirēdum, ac sanitatem conseruandā maxime p̄dest multorum testimonio. 13.a
 Ars gymnastica homini est naturalis. 13.c
 Ars gymnastica quo tpe iceperit. 11. b.c.d & quomodo ordinem ac regulas accepit. 15.c.62.f
 Ars conseruatoria qualitates, quātitate, occasioneq; persicitur. 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
 Arturicos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit. 261.c
 Arthriticos gestatione curabat Asclepiades. 296.f
 Arthriticos natatio frigida iuuat, & qua de causa. 305.a
 Asculapius Epidaurius multum artem medicam illustrauit. 1.c
 Asculapius sanis postpositis, solis morbo- sis, ac languentibus opem ferebat. 1.c
 Asculapius iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis iudicatus. 130.f
 Asculapius venatione summo opere delectabatur. 185.c
 Asculapius ab antiquis iaculationi est præpositus, & quare. 258.c
 Asclepiades Prusensis orator, & medicus clarus. 51.c
 Asclepiades per incediam triū aut quatuor dierum multos affectus curabat. 193.c
 Asclepiades infirma corpora variis exercitationibus molestabat, vt hominum fauorem aucuparetur. 205.b.235.b
 Asclepiades Prusensis lectis, & balneis p̄silib^o in xgris curādis utebat. 176.f.300.f
 Asclepiadem Soranus reprehendit, q̄ phreneticos citū curate profitebatur. 284.d
 Assa in balneo quid esset. 41.a
 Asthmaticos cursū vestibis laneis factio Theodorus Priscianus curabat. 253.a
 Celsus Aureli. spiritu retento. 279.c & vociferatione. 281.c
 Asclepiades gestatione. 296.c
 Athenarum quis locus fuerit. 18.f
 Athe

I N D E X

Athenienses cur Apollini gymnasiū consecraverunt. 8.d
 Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inueniunt. 18.c
 Athenienses iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulneta fierent. 144.e
 Athleticæ finis. 11.b
 Athletarum remunerationes. 11.c
 Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d
 Athletæ simplici noīe dicti qui sint. 67.b
 Athletæ quibus cibis uterentur. 68.c
 Athletæ quo noīe a Plato. vocentur. 69.b
 Athletarum victus ratio, quæ esset. 72.e
 Athletæ cur pallidi fiant post labores ex Aisto. sententia. 74.c
 Athletæ a Venere pr̄sus abstinuerūt. 75.b
 Athletarū aegritudines secundū Gal. 76.d
 Athletæ gymnastica saltationis habuit. 83.a
 Athletæ ambulationib. nō utebantur. 135.b
 Athletæ aduersus palū se exercebāt. 145.a
 Athletæ ex spiritus cohibitione non parū auxiliij capiebant. 154.d
 Athletæ statim post exercitationem potū vitabant, & qua de causa. 224.d
 Athletæ frequentissime utebantur pugillatu, lucta, & Pancratio. 248.d
 Athletæ ostentationis etiam gratia spiritū retinebant. 154.f
 Atrophia laborantes vociferatione liberantur. 281.c
 Atrophiam gestatione curabant Theodorus Priscianus, & Arctæus. 296.d
 Attonitos aliquo stupore Aetius gestatione curabat. 298.e
 Author huius operis cur de gymnasiis serbere sibi proposuerit. 7.a
 Auditus spiritu retento melior fit. 279.b
 Aues in aere stare apparētes an aliquo modo moueantur. 117.a.b
 Auertois sententia de iis qui exercitacionem dimittunt. 194.e
 Auertois reprehenditur, qui censuit morbosa corpora quotidie ad sudoris initium esse exercenda. 209.e
 Aug. Imp. lege sancit, vt milites educerentur ambulatum in mense. 135.c
 Aug. Imp. seimpodio quōq; utebat. 177.c
 Augustus Imp. solle se exercebat, & qua de causa. 242.f
 Aug. Imp. in fine deambulationis subsultim currere videbat & qua de cā. 254.e
 Aug. Imp. coxendice, femore, & crure finistro laboras ambulatioē in harena maxime p̄funda se exercebat, & quō. 264.f
 Gymnastica
 Aug. Imp. post cenam lectica lucubratoria utebatur. 299.a
 Aurelianus Imperator, thermas hyemales in transyberina regione fecit. 206.f
 Aurium dolore parietes lucta lædit. 246.c
 Aurium dolore veratos gestatione Gale. Tral. & Aetius curabant. 297.c
 Axes curruum ex vlmo, illice, & fraxino fiunt. 171.a
 B
 Balista quale instrumentū fuit. 130.e
 Balneum gymnasiarum. 38.c
 Balneū loca cōstituta quonā essent. 39.b
 Balneis infertientia quonam essent. 39.b
 Balnearum situs fm Vitruij snam. 43.b
 Balnearū aer extrinsec^o & intrinsec^o. ibid.
 Balnea multū calida Gal. tempore in defuetudinem abierunt. 44.e
 Balnearum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura. ibidem
 Balnea non eundem finem habent. 46.e
 Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuersa ratione utebantur. 47.b
 Balneum res quadrataria cur vocetur. 47.c
 Balnearum hora quæ fuerit. 50.f
 Balnea semp ante solis occasum clauderentur, nec vnq̄ ante auroram aperiebantur ante Alex. Seueri Imp. tempora. 50.f
 Balneis pensilibus Asclepiades in xgris curandis utebatur. 176.f.d. a Sergio Orata sunt iuuenta. 177.a
 Baptisterium in balneo quid esset. 39.c
 Bellerophon fuit eq̄tationis inuētor. 167.c
 Bigis Plato animas assimilauit. 171.c
 Bglæ in pub. factis frequentissime certauerunt. ibidem
 Blandi Forliuensis error de thermis. 19.b
 Botularij gymnasiis botulos vedeāt. 64.e
 Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videtur. 255.b
 brachia discus corroborat. 257.c
 Brotheas apud Oui. cestu valuit. 111.a
 Budæus fallitur. 17.a
 Budæi error. 145.b
 Budæus defensus a Cornario. 119.a
 C
 Cachecticos natatio maritima iuuat. 304.e
 Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, exercitate fuerit liberatus. 2.f
 Calicrates armatus currēdo bis vicit. 116.e
 Callimachus statuarius eacirotecus cur sit dictus. 118.f
 Calidarium in balneo quid esset. 41.a
 V iij Calor



I N D E X

Calor naturalis per exercitationem exone-
ratus multitudine excrementorum, fit
robustior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excita-
tur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes phibet. 220.f
Calor natiuus exercitatione est excitatus
& qua de causa ibidem
Calidi homines vel paru 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.e
Cantoribus spiritu retento peritonæum
rumpitur 284.e
Cantus exprimit reru similitudines. 9.b.e
Cantus a vociferatione differt 283.b
Capita detecta, a sole multum leduntur, &
qua de causa 272.e
Capite cooperto antig sacrificabāt 139.b
Capite male affectos ex Antylli sententia
multa deambulatione iuuat. 262. e. item
deambulatione facta calcibus incumben-
do 263.a
Capitis grauitate laborantes post motum
leniter factum leuantur, post cursum
magis laborant ex Cassij medici senten-
tia vnde fiat 251.b.c
Capitis dolore inueteratu Aretæus ma-
num gestulatione curabat 240.d
Capitis circunvolutiones vertigines pa-
riunt 242.d
Capitis dolore lucta ingi & magistro adhi-
bito facta Cæl. Aurelian^o curabat. 245.a
& tali dolore laborates currere velitos
iubebat 253.a. & deambulare. 261.a
capiti male affecto vociferatio obest. 282.e
Capitis dolore laborates vehiculo per lon-
gam viam Cæl. Aurel. vehi debere iudi-
cauit, & qua de causa 297.e
Caput debile lædit saltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput leditur ambulatione ex motu, &
quiete facta, & quare 262.e
Caput maiores nostri ferè nunquam tege-
bant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione possint
vri 194.e
Carnes exercitatoru caseo iam coagulato:
non exercitatorum verò caseo nõdum
bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinem deambulatione au-
fert 261.a
Carnis multitudo qua ratione a Cælio Au-

reliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem gestatio Cæl. Aure-
liano auctore, remouet 298.e
Cassi^o iatrosophista Romæ Cor. Cæl. gate
medicinã summa cū laude exercuit 251.b
Cacheticis vociferatio subuenit 281.e
Cæte post egnam pugna vmbatili se exer-
cebant 145.e
Cælum meridianum quale sit ex Vitru-
sententia 219.a
Cenæ initio veteres arctius accumbebant
satiati *impro. vnde* vertebantur 53.f
Cenaturi antiquitus ad dolores capitis ex
cibo & potu, & ebrietatem arcendam li-
neis vinculis frõtem & tempora vincie-
bant, & cur. 55.a
Cenæ consuetudo apud antiquos. 52. f. & infra
Cenæ hora cur vespertina sit data 59.a
Cenaturi quinam sint dicti 167.e
cera digitis emollieda arthriticis dat. 128.e
Cerchio secundum Platonem fuit luctato-
riæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14.d
Cestiphori i gymnasio se exercebat 110.e
Celtuum exercitatio 110.d. 248.e
Cæsar scripsit, nõ frustra fuisse antiquitus
institutum, vt in bello committendo si-
gna concinerent, & vniuersi milites cla-
morem excitarent 136.f
Cæl. Aug. exercitationis causa aliquando
cessus. 113. piscabatur. 181.e. 305.e
Charmis etiam hyme aqua frigida lau-
ri hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione summpere delectaba-
tur 185.e
Chorea saltationis nomen vnde sit or-
tum 101.b.c
CHRISTVS. vt Deus ab Alex. Se. co-
lebat 182.d
Cibi necessitas, vnde nõ proneniat. 192.d
Cibi superfluitates necesse est, vt è corpo-
re effluant 192.e
Cibi prauu non lædunt eos, qui multum
exercent. & qua de causa 193.b
Cibis mali succi vrentes homines quomo-
do se habeant 199.e
Cibi concoctio quõ 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 iuan-
tur 281.e

Cibus

I N D E X

Cibus post exercitationem non statim de-
bet assumi, & qua de causa 223.c
Cinzedi vnde dicti a veteribus 101.a
Cyrus Persarum Rex corporis labores ma-
gnopere æstimauit 8.d
Cilius erat vehiculi species 208.e
Claudius Cæl. vehiculo vndique lecto pri-
mus, & quando est vsus 172.f
Claudus Impe. Harpocræ liberto suo con-
cessit, vt p vrbẽ lectica vehi posset. 174.f
Claudius secundum Platonem quis sit. 13.a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Scue-
ri Impe. tempore floruit 49.e
Clemens Alex. tpe Gal. Romæ floruit. 105.b
Clitomachus Carthaginensis fuit nouæ
Academix sectator clarus 75.a
Cæliacos manuum gestulatione curabat
Aretæus 240.d. & vociferatione. 281.e
& exercitatione inter myrtos, lauros, &
thymum facta 296.f
Coitu vsuri vespere non cenabant 52.f
Coitus quosdã lædit, quosdã iuuat. 196.e
Colicos Aetio aucto. lãb alta iuuat. 285.b
Colicos pilæ lusu. Cæl. Aureli. curabat.
243.b. & cursu. 248.e. & deambulatione.
261.a. & spiritu retento. 278.f. Asclepia
des gestatione 296.f
Com. Impe. filius in palestra in ægritudi-
nem incidit 29.a. 245.b
Comod^o Imp. iaculatione excelluit. 131.a.b
Comitiales luctum vitare debent. 246.e
Cocamerata sudatio in palestra vbi nam
erat 20.f
Cococionem impedit exercitatio ex Era-
sistrati sententia 191.b.c
Concoctio & a quiete, & ab exercitatione
moderate facta multum iuuatur. 192.f
Concoctes difficulter vociferatione iu-
uantur 281.e
Constitutiũ i palestra vbi nõ erat. 20.f. 34.e
Cõseruatiua medicinz pars a quibusdã sola
digna videt, vt nose medicinz nose. 3.e
Cõseruatiua medicinz pars a quibusdã
in tres partes est diuisa 6.e
Cõseruatiua constituentia quatuor no-
minibus a medicis cõprehenduntur. 6.f
Constantini Impe. tẽpore accipitres edo-
ceri ceperunt 188.e
Consuetudo magna ex parte conuenit na-
turæ exercitati corporis 198.e.f
Cõsuetudinẽ pmutates valde ledunt. ibid.
Consuetudo mala quomodo ex Hippoc.
sententia sit mutanda 200.d
Consuetudo exercitij quantũ proficit. 211.a

Consuetudo in oibus est cõseruanda. 212.
Consuetudo in exercitatione cõsideranda
est ibidem
Cõtinui solutio quib. rebus accidat. 208.e
Cõtinui solutioni nullum motus genus
conuenit, & qua de causa ibidem
Cõtinui solutioni membris ignobilibus
contingenti modo quodam exercitatio
mediocris conuenit ibidem
Cõualescetes vociferatione iuuatur. 281.e
Conuulsionib. capisitur, qui cursu cõcita-
to vtuntur & quomodo hoc fiat. 252.e
Cornari lapsus 118.f
Conuuis olim frigida, & calida a pucio
dabatur. 54.e. Cornibus boum prisca
porabant. 55.b
Cor. Cæl. iubet, vt in antiquo lateru dolo-
re victu athletico vtatur 86.e
Corpus humanum quo pacto a diuersis
disciplinis consideretur 12.e
Corpus humanũ quomodo est actis Gym-
nasticæ subiectum ibidem
Corpuseula a nostris corporibus continue
effluunt. 192.d
Corporis habitus ab exercitatione cõser-
uatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem for-
tiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationem fir-
mitatem & robur acquirunt. ibid. 194.d
Corporis habitus ab otio destruitur. 192.e
157.c
Corporum tria genera a medicis conside-
rantur, & quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeant exer-
ceri 205.b
Corpora sicca motibus leuibus & modera-
tis vti possunt 206.f
Corporib. calidis & siccis nullæ imoderate
exercitationes cõueniunt. 206.f. 215.b. 229.c
Corporibus frigidis & siccis exercitatio-
nes remissa cõueniunt, ibid. 115.e. 230.d
Corpora, quoru vnũ membrũ in tẽperiem
patitur, quomodo sunt exercenda. 207.a
Corp^o nullũ quauis in tẽperie laboras det
vehementi exercitatione exerceri. 207. b
Corpora ob malam formationem morbo-
sa, quomodo sunt exercenda ibidem
Corpora in numero morbosa exercitatio-
nibus vti possunt 208.d
Corpora ægritudine in situ laborantia
nullo exercitatiois genere vti debent,
& qua de causa ibidem
Corpora valetudinaria quã sub se sm hu-
ius

V iij ius



I N D E X

ius auctoris in sam pnt continere. 209.a
 Corpora senum cur multa excrementa generent 210.d
 Corpora senum quibus exercitationibus uti debeant 210.e
 Corporum sanorum differentias multas antiqui medici constituerunt 211.c
 Corpus perfecta sanitate praeditum potius mente considerari potest, quam se ipsa inueniri 211.d
 Corpora multa temperata in sua regione inueniri dixit Gal. ibidem
 Corpora communiter sana dicta excrementa quotidie generant, se ob id exercitationibus indigent ibidem
 Corpora frigida, vehementer, & multum exerceri debent 214.f
 Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem 219.c
 Corpora humida a labore suffocari, haec Aristotel. sententia quomodo sit intelligenda conciliator exponit ibidem
 Corpora in aestate potius, quam 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 iisdem, quoadq; laedunt, quoadq; iuuantur, prout illis applicantur 231.a
 Corporis carnositas multis exercitationibus remouetur 238.e
 Corpora induta minus a sole calescunt fin Arist. sententiam, & qua de causa 271.e
 Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum notando in artus facillime restituantur 384.f
 Coricium in palestra ubi nam erat, 29.f. & quid esset 29.c. 87.b
 Corycus quid esset ex Antilli sententia. 86.e. 101.c. 242.d
 Cornarius corycum male follem interpretatus est in Hip. conuersione 33.c
 Cornarius male arguit Budaeum. 118. & 119
 Coxas debiles saltatio confirmat 240.e
 Coxis ex Hippoc. sententia equitatio est inimica 263.a
 Cranei gymnasiu apud Corinthios. 18.f
 Crassi quando cibum debent sumere. 223.c
 Crateri medici seruus horribili quodam mor

bi genere captus fuit, quo carnes ab ossibus cadebant 5.a
 Cratinus poeta cur saltator sit vocatus. 101.b
 Crepaturas patietes saltu dunt vitas. 255.a & disci. 258.e. & spiritum retentum. 280.d quomodo fiant 284.e.f
 Criproporticus antiqui ad deambulandum utebantur, & qua de causa 265.a
 Crisilas forma ex Orisasio, quae nata fuit 162.d. eius utilitas 209.b
 Crito medicus Romae sub Traiano floruit 245.c
 Crudos pilae lusus laedit 243.b
 Crura infirma saltatio corroborat 240.e
 Crurum ulcera haltere Gal. curabat. 256.e
 Crustularij in gymnasiis crusta vendebant. 64.e
 Cunis quomodo in agris curandis antiqui medici uterentur 178.e. 301.b
 Curatiua medicina pars ob necessitatem prius est inuenta, & a quibusdam impostura quaedam dicitur 5.b.c
 Curae sanum corpus conseruant 6.f
 Curraedi facultas a natura data est animalibus 155.a
 Cursus certamen Elei instituerunt 115.e
 Currens ab ambulante quo differat. 251.a
 Currentes hyeme magis rigent stantibus, & qua de causa 220.f
 Currentium spiritus anhelat 252.d
 Curribus faciedis materia apta est abies. 171.a
 Curribus manu ductis febricitantes, ut inquit Herodotus, utebantur & quantum spacij perficerent 172.e
 Curribus ois generis sani utebantur. ibidem.f
 Curribus tectis principes utebantur potius, quam apertis antiquitus ibidem
 Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem utebatur ibidem
 Currus multa apud antiquos erant genera, & quae quomodo similia, & dissimilia erant. 173.a
 Currulis vestatio ab Erichthonio est inuenta 171.a
 Currulis vestatio apud mulieres Romanas I maximo honore habebatur 171.b
 Currulem vestatione Romani mulieribus abstulerunt, ob nimium luxum, postea illis restituerunt, & qua de causa ibidem
 Curulis vestatio apud gymnasticos aestimata erat 171.c
 Currus duarum rotarum antiquitus erat in usu 171.a
 Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem
 Currus

I N D E X

Currus sex rotarum Scythiae inuenerunt. ibidem.
 Currus forma est varia ibidem.
 Curus certamen in ludos olympios quando sit inuectum 171.e
 Curfor qui sit ex Aristotelis sententia. 70.d
 Cursus Gal. sententia non parum conferat ad sanitate & bonum habitum. 116.c. 249.b
 Cursus quis motus sit. 201. c. eius utilitas, & damna 249.c. & infra.
 Cursus tres sunt species ex Autylli sententia 116.f
 Cursus apud veteres Graecos quid sit. 217.b
 Cursus omnis febricitantibus nocet. 249.c
 Cursum pro vertiginosis curandis atque epilepticis Aretaeus laudat 250.d
 Cursus circularis effectus qui sint & omnino repudiari debet ibidem
 Cursus eos, qui fungos comederunt, & qui a scripturionibus idem sunt, iuuat 250.f
 Cursus quo renes laedat, & iuuat. ibidem
 Cursu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem
 Cursus pedes & crura iuuat. ibidem
 Cursus qua de causa ex Arist. sententia caput laedat 250.d
 Cursus a quibus vitari debet 252.d
 Cursus in posteriora factus quatenam auxiliis ex Autylli sententia corporis partibus praestet 252.e
 Cursus per accliuia, & decliuia differunt 252.f
 Cursus corpore nudo factus quid efficiat. 252.a
 Cursus quo tpe magis sit faciendus. 253.b
 D
 Dares apud Verg. caestu valuit. 111.a
 Deambulationis utilitas. 133.c. 259.
 per totum caput.
 Deambulationibus loci apti qui sint. 263.b
 Deambulatio multas habuit species. 153.c & infra. 259.c
 Deambulatione quomodo uti debemus. 260.d
 Deambulationis effectus qui sint. ibidem
 Deambulatio mediocris est magis in usu, & quae sit ibidem
 Deambulatione pro insania, & asthma curandis Cael. Aureli. utebatur 260.f
 Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes utebatur ibidem
 Deambulatio pauca quibus nam conueniat 262.d
 Deambulatio extremis digitis facta lippitibus confert 263.a
 Deambulationum differentia a loco sum-

pta quae sint 263. b & earum utilitates, & nocumenta, ibidem & infra.
 Deambulatio tarda quibus conueniat. 261.a
 Deambulatio quatenam sit, qua Hip. Auic. & Haly post eam utuntur 261.b
 Deambulatio febres auget ibidem.
 Deambulatio minore fatigatione in spirandi difficultate, quam pedibus stare affert. ibidem.
 Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit. status discutit. ibidem.
 Deambulatio salubrior quae sit ex Acumeni medici sententia 217.a. & 264.e
 Demetrius Hermopolita, & eius laus 60.e
 Democritus prope maris litus vociferabatur, 258. e. & ascendendo orationes recitabat, & qua de causa 253.c
 Diabolus cursus qui sit 116.e
 Dielcystinda 152.f
 Diocles est damnandus, qui multos aegrotos deambulationibus post cibum exercebat 223.a. 268.d
 Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spiritum retento curari dixit 280.d
 Dionysio Syracusano cibis appositis non delectati quid coquus responderit. 187.c. 307.b
 Dioreus aduersarium uictum & sine puluere superauit 33.b
 Dioxippus aduersarium uictum, & sine puluere superauit ibidem
 Discus quot significat, & quae 123.a
 Disci exercitatio fuit antiqua. 121.b. eius utilitas 257.b
 Disci figura qualis fuerit 123.c
 Discus robustis corporibus conuenit. 121.f
 Disci exercitatione loco purgationis, & phlebotomiae, si quid impediatur, uti possumus ex Gale. auctoritate 257.c
 Discoboli 122
 Discus a iaculatione tum in iuuando tum in laedendo parum differt ibidem
 Discus ab haltere differt 258.d
 Dolentibus variis sermo subuenit. 283.b.c
 Dolichus cursus quis sit 116.e
 Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
 Domitianus Imper. locum pro vocis exercitatione instituit 158.c
 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

I N D E X

Dropax quid sit 213.c
 Dubitationes duz circa exercitationes or
 te soluuntur 202.f
 Duellum à quo sit inuentū, & cui pugnae
 antiquorum generi respondeat 175.a
E
 Laethesium in palaestra vbi nam ef-
 fet 11.d.20.f
 Elleborum qui sumpserunt gestatione in
 lectica facta iuuantur. 299.a. & in lectis
 pensilibus 301.a
 Elephantiasis Aegypto familiaris quo tē-
 pore Italis innotuit 4.e
 Elephantios vsu coryci Arctus curabat.
 241.e. & vociferatione. 282.c. Celsus
 deambulatione. 261.c. Aesclepiades ge-
 statione 296.f
 elephaticos natatio maritima iuuat. 304.d
 Entellus apud Verg. celtu valuit 111.a
 Ephebus Athenis serpentem pusillum, &
 statim ambulante cū semine emisit. 5.a
 Ephæbum in palaestra vbi nam erat, &
 quantum 20.f.24.c
 Epilepsia insolatione moderata secundū
 methodicos curatur 271.c
 Epilepsia gladiatoris iugulati sanguine
 epoto secundū quosdam curatur 175.b
 Epilepsia spiritu retento Cēl. Aurel. autho-
 re non curatur 280.d
 Epilepsia quo pacto vociferatione cure-
 tur 282.c
 Epilepsia vehiculo per longā viā vehi nō
 conducit Cēl. Aureli. authore. 297.c
 Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Aet.
 curabant ibidem
 Epilepti. cutis vehemens ex Theo. Priscia
 ni in sa liberat. 250.e. & lōga & recta am-
 bulatio ex Cēl. & Cēl. authorit. 262.c
 Epilept. Arctus curabat manuū gesticula-
 tione. 240.d. Iēdit deambulatione. 261.a.e
 Epilepticis Antyllo authore natatio om-
 nis obest 304.e
 Episcyrus lusus quis 85
 Equitatio an sit exercitatio. 79.a. est motus
 mixtus secundum Gale. 170.f. 292.d
 Equitatio qd efficiat & ei inuētor. 167.c
 semp in honore est habita ibi. & 170.d
 eius vtilitates & damna 292.e.f
 Equitatio succussante equo facta quid ef-
 ficiat 293.b
 Equitatio per alturcones equos facta quid
 efficiat ibidem
 Equitationis per gradarios equos factae
 effectus 293.c
 Equitantes cur aliquādo lacrymas emit-
 tant 294.d
 Equiratio an sit gestatio ibidem
 Erasistratus' mistione sanguinis ē medicina
 auferēda, atq; etiam oēm exercitationē
 inutilem ad sanitatem iudicauit 191.b
 Erasistrati rōnes, quatuor qh. exercitatio-
 nem inutile esse ad sanitatē dixit. ibidē
 Erasistratus per inediā trium aut quatuor
 dierum multos affectus curabat 193.c
 Erasistratus est damnandus, qui multos
 aegrotos deambulationibus post cibum
 exercebat 223.a
 Erasistrati rōnes soluuntur. ibid. & infra.c
 Erasistratus malē à Cēlio reprehēditur, qd
 paralyticos deambulatione locis hare-
 nosis facta exercendos iudicabat. 264.f
 Erasmi error 254.f
 Erectum stare an sit exercitatio. 136. l. vti-
 litas & nocūta 169
 Erecti stātes quodāmodo mouētur. 137.c
 Erectum stare ante cibi sumptionem quo-
 modo iuuat 140.e. 169.c
 Erectum stare multas habet differentias,
 & vnde capiuntur 169.c
 Erectum stare post cibos sumptos quid
 faciat 159.e. 207.c
 Erichthonius curulem uestationem in-
 uenit 171.a
 Erysimachus medicus ad singulū curan-
 dū spiritus cohibitione utebatur. 253.e
 Esculentā tū cibi tum remedij causa egrō-
 tis exhibentur 6.f
 Euphorbus subē regis medicus, & Anto-
 nius Musa fratres vsū aquae frigidae
 post balnea calida monstrarunt. 47.b
 Euripidis sententia de athleticis 71.b.c
 Excrementa diuersis modis ē corporibus
 auferuntur 190.f. & infra
 Excrementa in corporibus detenta mul-
 tas morborum species generant. 192.c.
 196.d. 212.d. 214.d.
 Excrementa ante exercitacionem ē corpo-
 re expelli debent 223.a
 Exercitationes corpus cōseruant sanū. 6.f
 Exercitationes quomodo corpori sano uti-
 litatem, Gale. & Auic. sententia, prae-
 stent 7.c
 Exercitati cur à frigida lotionē aut potio-
 ne ledantur 223.c
 Exercitationis definitio fm Gal. 77.b. fm
 Auic. 78. a. fm Auer. & hūc authorē. f
 Exercitationis diuisio fm Platonē. 80.d.f
 Exercitatio vilissima quae sit ex Gal. sen-
 tentia

I N D E X

285.b
 Exercitationis definitio vnde sumantur 189.c
 Exercitationes opportune factae multorum
 errores corrigere possunt. 18.e. & multa
 bona praestare. 194.d. 197.a
 Exercitationis opiniones tres apud anti-
 quos fuerunt, & quae 191.a
 Exercitationem omnem Erasistratus ad
 sanitatem inutilem iudicauit 191.b
 Exercitatio concoctionem impedit ex Era-
 strati sententia ibidem
 Exercitatio natium calorem, & humidū
 laedit, Erasistrati sententia, & per conse-
 quens sanitatem consumit ibidem
 Exercitationis necessitas, & utilitas. 192.d.e
 Exercitatio corporis habitus cōseruat. 192.e
 Exercitatio labore cōiunctū habet. 193.b
 Exercitatio calorem naturalem auget, vnde
 sit, vti ipse medioeritatem trāseat. 194.d
 Exercitatio superfluos humores cōsumit. ib.
 Exercitatio cunctis hominibus indifferē-
 ter cōuenit secundum quosdam. 195.b
 Exercitationibus homines naturaliter in-
 clinantur ibid. & 196.f
 Exercitatio sanitatem praestat ibidem
 Exercitatio excrementa expellit ē corpo-
 re ibidem
 Exercitatio cunctis ante cibi sumptionē
 cōuenit 195.c. 190.c
 Exercitatio quosdam laedit, quosdam iu-
 uat. 196.f
 Exercitatio assuetis cōuenit, non autem
 inassuetis secundum quosdam 198.d
 Exercitationum tres sunt primae differen-
 tiae 200.e. 136.f
 Exercitatio preparatoria secundum Gale.
 quae sit ibidem
 Exercitatione preparatoria quādo, & quo
 modo uti debemus 200.f
 Exercitatio curatiua quae sit, & quando ea
 uti debemus ibidem. & 237.b
 Exercitatio simplex quae sit, & eius spe-
 cies 201.a. 237.b
 Exercitatio eorum, qui vitam temperatā
 degunt, quanta esse debeat ibidem
 Exercitatio proprie dicta spēs habet. 202.f
 Exercitationes possunt morbos in quanti-
 tate auferre 207.c
 Exercitatio secundum Hippo. per additio-
 nem fieri debet 209.c
 Exercitatio bonum habitum inducit, &
 sanitatem cōseruat 211.c
 Exercitatio nulla debet esse aut violenta,
 aut immodica 212.c
 Exercitatio qd vitari deant. 213.c. & infra
 Exercitatio omnis in loco salubri fieri de-
 bet 219.b
 Exercentes se sub sole magis incalescunt
 quiescentes, quā qui mouentur, &
 qua de causa ibidem
 Excrementa in hyeme cur pauca generen-
 tur 221.b
 Exercitatio ex medicorum sententia sem-
 per ante cibū à sanis fieri debet. 222.d
 226.d. 267.c
 Exercitatio ante cibum duplicem vtilita-
 tem offert 222.f
 Exercitandi tria debent obseruari 223.a
 Exercitationis factae post cibū nocūta,
 quae sint 222.f. 268.d
 Exercitatio nō debet fieri vbi stomachus
 est valde vacuus, & qua de causa. 223.b
 Exercitati statim post exercitacionē nul-
 lum cibum aut potum debent sumere:
 & qua de causa 223.c. & infra
 Exercitationis terminus duplex est 227.b
 Exercitatio duo requirit, membrorum ro-
 bur, & caloris augmentum 227.c
 Exercitationes consuetae in senectute con-
 gruunt 228.d
 Exercitatione lassitudo semper est vitan-
 da 228.e
 Exercitationis terminus est famis sensus. ibi.
 Exercitationis excessum laudat Arist. ma-
 gis, quā defectū in cibo ecōtra. 230.f
 Exercitatio Socratis senis quāta esset. ibi.
 Exercitatio virorum quāta esse debet. ibid.
 Exercitatio puerorum quāta esse debet. ibi.
 Exercitatio fortium hominum quāta esse
 debeat, & debiliū ibidem
 Exercitatio sensū minor esse debet quā,
 cum iuuenes essent ibidem
 Exercitatio hyeme facta citra sudorem fie-
 ri debet 229.a
 Exercitatio vere facta vsque ad sudorem
 fieri debet ibidem
 Exercitatio Autumno facta minor esse de-
 bet ea, quae aestate fit ibidem
 Exercitatio inassuetorum quae, & quanta
 esse debet 230.c
 Exercitatio immodica oībus nocet. 230.e
 Exercitationis immodicę signa. ibidem
 Exercitationem iuuenes quando debeant
 incipere 231.c
 Exercitationi peragendae qui modus est
 adhibendus ibidem
 Exercitationem viri quando debeant in-
 cipere ibidem
 Exerci-





I N D E X

Exercitationem antequam inciperent anti-
tiqui quid nam facerent ibidem
Exercitationem statim post cibum nemo
debet incipere 232.f
Exercitatio prius remisse ac debiliter inci-
pi debet, deinde paulatim augeti. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, siue
vniuersali cognitione, nullam affert vi-
litatem, & contra 234.e
Exercitati statim post exercitationem, ve-
stes 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.e
Exercitationis modus & ordo totus quis
nam sit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam esse
debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuer-
sus fuit ab eo, qui nunc est in usu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi post coi-
tū meridianū qua de eā vterent. 237.a
Exercitatio eū puluere qd operetur. 238.a
Exercitatio eū oleo facta qd efficiat. 236.e
Exercitationes multæ oculorum acumini
obsunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remissa &
alix à quantitate sumptæ, quid in no-
stro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri non debet nisi post cibi
coctionem 243.b
Exercitationes q nā quibus temporibus ex
Hipp. infra fieri debeant. 246.f & 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos læ-
dat 290.e
Exilitio saltus species cuius assimilatur.
& eius effectus 254.e

F

Fabularum recitatores vocis exercita-
tioni operam dabant 157.a
Factionū studiosi homines equorum suæ
factionis stercorea odorabant, & qua de
causa 268.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ
ibid. Vnde sint ortæ. 169.a
Febre acuta laborantes 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 moti debere 139.e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, colu mel-
lam, aut in totum caput patientes luctā
debent omnino vitare 246.e
Fætus humanus in vtero matris pauciori-
bus ligamentis detinetur, quam forus
irrationalis, & qua de causa 254.d
Follis pila quæ nā esset. 88.f. vilitas. 242.f
Fornacatores in gymnasijs qd agerēt. 64.d
Fossio est exercitatio & opus 201.f
Fossiles qua de causa à victu inordinato,
& prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæstra vbi nam erat.
20.f. 19.c
Frigida lauatio cur vterentur post cali-
dam 44
Frigidariū ī palæstra vbi nā erat. 20.f. 39.c
Frigidum quodcumque statim post exer-
citationem sumptum, secur, ventrem &
alias partes lædit 233.c
Frigus nimis qd ī nra corpora agat. 220.e
Funambuli 148
Fundæ inuētores Phærices fuerunt. 129.a
Fuchij error 87.a

G

Gale anno ætatis suæ 30. luxationem
summi humeri in palæstra passus
est 26.e
Gal. tpe in palæstra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie la-
uabantur 30.e
Gal. paulo post Senecam, & Plutarchum
floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. suæ ciui-
tatis fuit electus 142.f
Gal. vt se exerceat, ligna frangebatur, & hor-
deum in pila rundebar 203.b
Gale. obesum corpus veloci cursu cura-
uit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.e
Gal. iudicat radios solis magnas capitibus
humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues nostris temporibus apparuit,
prisca ignota 5.a
Galli venatores helleboro sagittas inficie-
bant 118.d
Genibus infirmis deambulatio per accli-
ue facta nocet, & qua re ex Aristot. sen-
tentia 263.c
Genitalia membra statibus oppressa lucta
sanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua cau-
sa equitatione vteretur. 170.e. 291.
Germa

I N D E X

Germanicus equitationis beneficio à cru-
rum tenuitate fuit liberatus 208.d
Gestationis multæ sunt species 295.b
Gestatio est debilis exercitatio, quibus con-
ueniat, & aduersetur ibidem.c
Gestatione in quibus morbis curandis
Asclepiades vteretur 295.c & infra
Gestatio in mari perturbato omni no est
fugienda ibidem
Gestatio in mari tranquillo facta quid effi-
ciat ibidem
Gestatio sine additione accepta quomodo
ab authoribus capiatur 297.a
Gestatio vehiculo facta quibus conueniat,
& quibus non conueniat ibidem
Gestatione in quibus morbis curandis Gal.
vteretur 297.c & infra
Gestatio morbis diurnis prodest ibid.
Gestatione sella, & lectica facta ægri vt
possunt morbo iam inclinante 300.e
Gestationis in alto mari factæ effectus.
301.f
Gymnasia nullis antiquorum scriptorum
sufficenter tractauit 7.a
Gymnasia quæ nam fuerint 17.b
Gymnasia quare, & à quibus primū sunt
inuenta ibidem.c
Gymnasia diebus festiuis magis frequen-
tata erant, & quare 27.a
Gymnasium cur antiqui Tiberi propin-
quum effecerint 46.f
Gymnastica quid sit, & quotuplex sit 8.c
202.c
Gymnastica ad medicum pertinet 8.f
Gymnastica ad sanitatem multa bona, &
commoda affert ibidem
Gymnastica quō à Pædotribica differat 7.b
Gymnastica vnde sit dicta 16.d
Gymnastica ars apud grecos solum in vsu
fuit, & quo tempore ad Romanos ac-
cessit 16.e.f
Gymnastica proprios habuit authores,
quorum opera fuit illustrata 59.c
Gymnastarchus quid nam esset 60.d
Gymnasticæ artis effectus 66.d.e
Gymnasticæ bellicæ finis 66.c
Gymnastica vitiosa quæ sit 16.c. 66.d.a
Galeno vituperata 69.a
Gymnastica medica saltationes non re-
spuit 83.b
Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82.d
170.f
Gymnasticam & medicinā contrarias esse
cur dixerit Hipp. 8.f

Gymnastica principaliter circa sanitatis
conseruationem, consequenter verò cir-
ca sanitatis curationem versatur 235.c
Gymnastes qui nā esset & eius onus. 61.b
Gladiatores apud Romanos qui essent, &
eorum absurdi mores 142.e.f
Gladiatores diuersi ab athleticis 70.f
Gladiatores vsq; ad mortem intrepide pu-
gnabant 143.a
Gladiatores hordearij vocabantur, & qua-
re ibidem
Gladiatores sanguinem ex vulneribus ad-
uersarij bibebāt & quare. ibid. 275.b.c
Gladiatores post pugnam cinerem pro me-
della potabant ibid.
Gladiatorū detestatio ex D. Cypriano. ibi.
Gladiatorum certamina homines cum vo-
luptate intuebantur ibid.c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus
fuerint ibidem.c
Gladiatores Lentulus alebat Capuz. ibid.
Gladiator eximius fuit Dom. Imp. 144.d
Gladiatorum munus exercebant Impera-
tores ad bellum profecturi ibidem
Glaucus carystius pugillator excellentissi-
mus 108.c. 144.f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exer-
citationibus scripsit 29.a
Gulielmus Choulius errauit existimans di-
scum esse pilam rotundam in medio per-
foratam 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. cursū Nemiæ & Isth-
micis certaminibus restituit 115.c
Had. Imp. lege sanciuir, vt milites in men-
se ambulatum educerentur 131.c
Halteres quale instrumentum fuerit, ex
Orihasij sententia 226.e. eius vtilitas,
& damnum 256.e & d. infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ
fieri aliquādo pot, si qd impediatur. 256.e
Haltere antiquorū etiam nos caremus, loco
tamen ipsius alijs instrumentis vt possu-
mus, & ijdem effectus sequentur. ibid.
Halteistarum imagines 127
Hæmorrhoidas saltus prouocat 255.b
Harpoeræ liberto Claudius Imp. concef-
sit, vt per vrbē lectica vheretur 174.f
Helio-

Heliogabalus Imp. quibus piscinis lau-
batur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulie-
ribus promiscua extruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos ha-
buit 58.d
Heliogabalus Impera. curribus animalia
monstruosa, & aliquando feminas nu-
das iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in eu-
ripis vino plenis exhibuit 180.e
Hepatica affectio quaedam in Melonijs
apparuit, quæ mitos effectus pariebat,
ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi puden-
da in certaminibus 76.e
Hermeum quis locus fuerit 18.f
Heruia laborantes recti stare vident 169.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus post Aescula-
pium artem medicam multum auxit
& illustrauit d.2
Hydropisum lucula, vel palæstra Oribasius
curabat. 245. a. Cæli. Aure. vocifera io-
ne 281.c
Hydropici continuis exercitationibus ex-
siccata Theodori Prisciani curari pos-
sunt. 248. d. itemq. cursu. 250. e. & vocifera-
tione. Cæli. autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodest 281.c
Hydropicos gestatione Actius curabat.
198.e
Hydropici Tral. scateata lectica vti pos-
sunt, & qua de causa 299.a
Hydropicis maritima natatio prodest 104.d
Hyeme minus, estate plus exerceri debere
quidam iudicauerunt, & qua de causa.
21. b.c
Hippoc. duas medicinæ partes curatiuam,
& præseruatiuam ad summum perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priua-
ta rara erant & difficata 38.e
Hipp. præceptum de sanitate tuenda 74.e
Hipp. voluit oia fieri in 191. d. 192. d.
Hippoc. sententia de homine comedente,
& non laborante 192.f
Hipp. patria temperata fuit 216.e
Hippo. iudicat, solis radios capibus hu-
manis magnas notas asserre 268.e
Hippo. Herodici Selymbriani discipulus
artem medicam illustrauit 214.d. d.
Hippolytus venatione utebatur, vt virgi-
nitatem conseruaret 307.b
Hypocautum & laconicum non idem fuerunt 42.f

Hypocautum balneo seruebat 43.b
Histriones vocis exercitationi operam da-
bant 157.a
Histriones insubulabantur, & quare 157.c
Homeri tempore Gymnastica ars princi-
pium quoddam habuit 13.c
Homines nasci propensos ad musicam &
Gymnasticam quo cognoscitur 13. c. 80. d
Hofes cuiuscunq; status illas exercitatio-
nes vitare debent, a quibus læduntur 211.b
Homines cur aliqui sedendo macrescunt
aliqui pinguescunt 214.e.f
Homines excrementosi & calida tempe-
rie præditi sedendo pinguescunt ibid.
Homines excrementosi & frigida tempe-
rie præditi sedendo macrescunt ibid.
Homines, qui ante cibos, & ordinate se
exercerent, non indigent ita exquisita victus
ratione, vt illi, qui non se exercerent 235.a
Homines ignati, dum legere incipiunt, cur
somnia capiuntur 286.d
Homines excellentes, dum legunt, somno
non capiuntur, & qua de causa ibidem
Homo comedens, & non laborans sanus
vivere non potest 192. f. 214. d
Hora, qua sani homines cibum sumere de-
bent, quæ nam sit 225.c
Horæ diei Romæ quomodo, auctore Mar-
tiali, dispensarentur, & quomodo au-
thore Horatio. 224. f. & infra
Horarum cõsideratio ab antiquis, Gal. au-
thore quomodo fieret 226.c
Hordeum militibus, qui parum profecif-
sent, pro frumento dabatur 11.c
Humorem naturale à superfluitatibus
turbatur, & insicitur 194.d
Humores crudos in stomacho aggrega-
tos saltatio dissipat 240.d

I

Iacobus ob neruum latum inter luctan-
dam læsum, in posterum ab esu ner-
uotum abstinuit 145
Iaculationis species duas fecit Plato 129.c
Iaculationis instrumentorum inuentor 131. b
Iaculo. um inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnasijs quid agerent 64.d
Ianus Cornasii Platonem latinum fecit 217.b
Ictericis oes sapores amarus iudicant 262.f
Iecorosos natatio maritima iuuat 304.e
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 priua-
torum hominum diligentia 38.f
In cobone multi Romæ aliquando perie-
re. 196.e
In gymnasia varia hominum genera con-
ueniebant 19. b. 25. a
In hyeme hora vespertina cibus sumi de-
bet, & qua de causa 224.c
In morbis intermittentibus motiones aliqui
sunt viles ex Hip. & Arist. sententia. 206.c
Insipientibus in morbi declinatione mu-
sicæ cantus subuenit 283.c
In solatione antiqui multis modis uteban-
tur 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.c
Ioannes quomodo recumberet supra pe-
ctus Domini 54.e
Ioannes Baptista Ramnusius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus sanum conseruat 7.a
Isthmicos euius liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Iudei cur a neruosi esu abstinerent. 245. b
Iulianus quæ sanguine euomens quo ora-
culo monstrante fuerit sanus factus 3. b
Iuliani Imperat. præilegium medicis con-
cessum 5.c. & infra
Iuuenes oibus ferè motibus sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueti laborent, con-
uulsionibus fortibus magis quam se-
nes tentantur 212.f

L

Labor nimis pallores inducit, & qua
de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ
nostræ inimicus, & iucunditatem à sa-
nis aufert 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere
debemus, & qua de causa. 199. a. 230. d
Labores moderati quibus nam corpori-
bus conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corpo-
ribus conueniant ibidem
Lacedæmonij venatione se exercebant. 87.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quod pue-
ros nimis laboribus affligebant. 218.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 42. d
Languidus vociferatio succurrit 281. c
Lassitudo qua ratione articulorum mor-
bo laborantibus obsit 262. d
Lecti apud antiquos varii erant 58. b
Lectus fulera mobilia habens quid sit.
176. e. 301. b
Lectis pensilibus pro ægrotum exercitijs
antiqui medici utebantur. 176. d. quid
essent, & quomodo fierent 300. f
Lectis pensilibus, Celso auctore, quando
vri debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante ci-
bum, quam à cibo prodest ibidem
Lectica quare est inuenta. 173. b. 175. a. &
quot numero serui eam portarent. 173. c.
& infra. eius usus. 198. f. & 299. b
Lectica per urbem gestari libertis erat ve-
ritum 174. f
Lectica nostra cui antiquorum sella cor-
respondet 175. a
Lectica in languentibus antiqui medici
utebantur 175. b. 299. b
Lectica à sella differebat 175. c. & 299. b
Lectica multi vti apud antiquos fuit. 298. e
Lectica, ita sedentes, quæ vti possint. 299. b
Lectuli pensilis agitatio quandiu fieri de-
beat 177. b
Lectiois species, & earum ad sanitatem
usus 285. a
Lectio quomodo fieri debeat 285. c
Lectio remissa post ciborum sumptio-
nem vti possumus ibid. & infra
Lenti labores quibusdam corporibus con-
ueniant 215. b
Lethargica febre laborantes in lectica de-
cumbentes vehabantur 299. a
Leucophlegmatia corpus totum detur-
pat 207. b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fue-
rit, tabellulis notabant, ac templo Apol-
linis dicabant 2. d
Libarii in Gymnasijs liba vendebant 64. e
Libertis erat interdictum quominus per
urbem lectica veherentur 174. f
Liber de insomnijs est Hippocrati adscri-
ptus, & qua ratione hoc cognoscatur. 263. e
Lycæum Aristotelis 18. e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manibus
in altum sublatis exercitaretur 149. c
Lycurgus iussit virginum corpora luctationi-
bus, cursibus, & hmoi alijs exerceri 246. a
Lienolos,

I N D E X

Lienosos, natatio maritima iuuat 304.e
 Loca ad Septentrionē & Orientē spectantia sunt salubriora ijs, q̄ ad Meridiē & Occidentem spectant, & qua de cū ibi. & 216.e
 Loca prope paludes, & stagua, & huiusmodi 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.e
 Locus, ubi vocis exercitatio fiebat, qualis esset 158.e
 Locus, in quo exerceri debēt hoīes, hyeme calidus, ætate frigidus esse debet 219.b
 Locus consularis in Triclinio quis 54.c
 Locutio est debilis exercitatio, quibus conueniat, ei⁹ utilitas, & nocumēta 286.e.f
 Longa abulatio humiditates exiccat 262.e
 Longus funis quid sit Cælio Aureliano 165.a 178.f
 Lotiones corpus sanum conseruant 7.a
 Lucius quā dā lateris dolore laborans, quo 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 *seruati* dicti 121.a
 Ludi matutini qui essent, & qui magni 64.e. & 65.a
 Ludorū victores quō honorarentur 15.b.c
 Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
 Lucta fines tres habuit 105.a. quatuor modis fieri potest. 244.c.f
 Luctatorij 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 nostros tempore exerceant rustici, quomodo apud antiquos athlete exercebant 244.e
 Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet 244.f
 Lucta habētibus, crura debilia nocet 245.c
 Lucta qua ratione pectori nocet 245.e
 Lucta remissa facta quid corpori præstet 244.f
 Lucta super pavimento facta quam corpori utilitatem 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 iusta 70.d
 Luctatores quid nā agerent, antequam luctarentur 102.e
 Luctatores vocabantur veri athlete secundum Galenum 108.f
 Luctatorum imago 104.a
 Lugētibus, varius sermo succurrit 283.b
 Lumbis malē affectis lucta nocet 245.c
 Lumbos discus corroborat 257.e

M

M Achæon venatione summopere delectabatur 185.e
 Magni Pōpeij post etatē hoīes toto corpore ac singularis dieb⁹ lauati exeperūt 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, & ei⁹ laus. 60.e.f
 M. Autelius 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 haultu erat iucundissima 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 cornantis 54.f
 Marina aqua maiora pondera, quā dulcis sustinet, & qua de causa 284.f
 Marius varicibus laborabat, & qua de causa 269.e
 Marfilij Ficini error in Platonis translatione 38.d & 217.b
 Martialis exercitia dū ruri moraret 203.a
 Materia, qua lauabantur, q̄ nam esset 39.a
 Mecenas Melius triennio siluit, & qua de causa 286.f
 Medea secundum 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.c
 Medicus

I N D E X

Medicus est artifex res sensatas tractans 272.d
 Medicamenta quosdam iuuant, quosdam lædunt 196.c
 Mediasini I balneis quid facerēt 30.e. 63.a
 Melancholicos lucta Theodorus Priscianus curabat 245.a
 Melancholici, dum legere incipiunt, cur somno capiuntur 286.d
 Melancholiam Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant 296.f
 Melchior Guilandinus Laud. 19.c
 Membra corporis per exercitacionē robur & firmitatem acquirunt 192.e. 194.d
 Menstræ apud antiquos prope balneū erant sitæ, & qua ratione 56.d
 Menstræ & lecti simul apud antiquos parabantur 56.f
 Menstrua sanitatem corrumpunt 48.f
 Menstrua saltus euocat. 254.f. & deambulatione 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. quō robur ostenderet 138.e. 150.d. 277.e
 Mecenas primus natatoria calidarū aquarum in vrbe construxit 184.c
 Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
 Morbi quo tempore non vigeant 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 interitus 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 exeperunt 4.f
 Mulieres apud antiquos nō accūbebāt 53.c
 Gymnastica

Mulieres cum viris quo tempore accumbere exeperunt ibidem
 Mulieres modo a viris diuerso accumbabant 54.d
 Mulieres frequentissimē saltationi dabant operam 101.b
 Mulieres latenz quo saltu vterētur & 97.c. 118.c
 Mulieres quænam vitam magis sanam & minus molestam degunt 215.b
 Mulieres quænam faciliter pariunt ibid.
 Mulierem prægnantem lædit saltatio 240.c. 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 160.d

N

N Atationē cursui cōparat Arist. 183.b
 Natatio semper in honore apud veteres fuit 181.e 303.b
 Natationis locus quid sit 183.c. & 184.f
 eius species 303
 Natatio quibusdā ægritudinibus ex Anrylli iusta, & Gale. conuenit 183.a. 184.e
 Nataturi quid agere debent, antequā nātent 183.b
 Natatio iter exercitationes numerat 183.a
 Natationem cur antiqui addiscent ibid. 185.a. 303.b
 Natatio I fluuio facta somnū inducit 303.c
 Natationem in aquis sponte nascentibus factam Antyllus improbat 303.c
 Natatio perniciosissima quæ sit 304.d
 Natatio sub Dio facta quid operet 304.c
 Natatio facilius in mari quā in fluuijs sit Arist. auctore ibidem
 Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumēta 304.f
 Natatio frigida calorem naturālē validū efficit, & concoctionem adiuvat ibidem
 Natatione frequenti, si quis vtatur, nervi 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 car dederit 191.e
 Naturis calidis quies conuenit 206.f
 Nauigatio an sit exercitatio 78.f
 Nauigatio quibus morbis auctore Auicē, X profit



I N D E X

profit 302.f.179.b
 Navigationis modus valetudinarijs conueniens qui sit ex Herodoti sententia 179.c
 Navigationis species sunt multæ, & quæ & 179.c.301.c
 Navigatio per flumen facta minus perturbat, quam quæ per mare, & quare, quibusdam morbis conueniat 180.d
 Navigatio inter exercitationes ab Annyllo numeratur 179.a
 Navigatio corpus mouet, & perturbat ibi, & quare 180.d
 Navigatione quinam utantur ibidem
 Navigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181.c
 Navigatione sanus factus est Anneus Gallio sanguinem expuens 179.b. & 302.c
 Naumachiz cur a Pop. Ro. sint institutz. 180.c
 Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
 Nephretici Tral. sententia lectica uti possunt, & qua de causa 199.a
 Nephriticiu navigatio maritima prodest. 303.a
 Neco imp. gymnasia quando ingrediebatur, ut athletas certantes videret 26.c
 Nero imp. musicæ certamē instituit 158.c
 Nero Imp. in lectica cum matre quando que uehebatur 299.c
 Nero lamina pectori imposta sub ea cantica exclamabat 360.d
 Nicomachus Smyrnenus valde crassus quia ab Aesculapio siccuratus a nimia illa crassitie 207.c
 Nitro, & aphronitro fricabantur 34.c
 Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139.b
 Numerus exprimit rerū similitudines. 96.d
 O
 Oculi lachrymantes læduntur saltatione 240.c
 Oculi lippietes, & lachrymosi a quantumuis minimo motu læduntur, quiete vero recreantur 243.a.b
 Oculorum circumuolutiones vertiginosæ pariunt 242.d
 Octauius Pantagathus vir doctissimus Vitruuii contextum de palæstra emendauit 19.c & infra
 Oleum est ex extrinsecus corpori accidens 6.f
 Olympici ludi Pisis agebantur 15.b
 Onera feretes, si cætēt, min⁹ laborāt 283.d
 Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis

diligentissime scripsit 11.b
 Ophthalmicū lucta nocet 246.c
 Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 298.d
 Orchestica totia saltationis species in plures partes diuiditur 82.f.240.d
 Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
 Orpheus ut Deus ab Alex. Se. colebatur 182.d
 Oscium clausum cōtinere suum extinguit. 286.f
 Oscillæ 163.b
 Oscium corporis habitū destruit 192.f.197.c
 Oscium perniciosum est & qua de causa 199.c & infra

P
 Palæstra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cōsuetudinem inter mulieres, quæ exercebantur, inuenit 76.e
 Palæstra quid sit 17.c
 Palæstra descriptio secundum Vitruuiū, ac eius partes 10.c.f
 Palæstræ nomē quid significet. 35.a.102.d.244.f
 Palæstra multas sub se habuit species 102.d
 Palæstræ nomē vnde sit dictū 102.f & infra
 Palæstra stomachū frigidis morbis oppressum liberat. Cæl. Aureliano auctore 245.a.248.c
 Palæstræ hordeacea quidā vixit difficultate laborans per multū tempus minxit 4.f
 Pali exercitatio 145
 Panathenæicum quis locus fuerit 18.f
 Pancratiastes quis sit ex Aristo. supra 70.d
 Pancratiū duplex erat 105.c.109.a.b.244.f
 Pancratiastes vocabantur veri athletæ secundum Gal. 108.f
 Pancratiatio Gal. plurimos sanitati restituit 110.d.248.d
 Pancratiū volutatorij imago 106
 Paralyticis natatio in aquis spōte nascensibus facta Cæli. Aureli. auctore prodest, & etiam in marinis aquis 303.c
 Partibus infernis ab alimēto nutrimentū non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 267.a
 Paruæ pilæ lufos quō se haberent 85.c
 Paullus Manutius vir doctissimus, & eloquentissimus 178.d
 Paullus Rhannusius vir opr. & doctiss. 54.b
 Paulo Rhannusio multū debent studio si ob accumulandi formam monstratam in marmore antiquissimo 54.c
 Pauli Aeginetæ sententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237.a
 Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

I N D E X

ciferatio subuenit 281.c
 Pectoris affectionibus curandis gestatione Aetius utebatur 298.c
 Pedes debiles & male tutos saltatio firmat 240.c
 Pedotriba secundū Platonē quis esset 62.d
 Peristylia in palæstris quoniam pacto fiunt 20.c
 Peristylij interioris ambitus cui cursui inserebatur 116.f
 Peritonæum debile habentes spiritu retentolæduntur 280.d
 Perse victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195.a
 Persis labores corporis Cyrus instituit ante cibi sumptionem, & quare 8.d
 Petauristæ vnde dicantur 163.b
 Petaurum quam haberet figuram 162.f
 Petronas zgra corpora exerceri iudicabat 205.b
 Petrus Victorius oris ætatis ornamentū 124
 Potulenta tū cibi tum remedij causa egrotis exhibentur 6.f
 Pheninda quid & vnde dicatur 84.f
 Phœbus disco Hyacinthū interfecit 126.e
 Philagrius medicus profunium seminis exercitatione partium superiorum curabat. 247.c. eorū Annyllus 290.f
 Philander in suis Vitruuii cōmentarijs ostēdit antiquos in stratis cœnasse 13.a
 Philoctetes dolorem, sagittarum iaculatione lenibat 258.f
 Philosophi in palæstras ad disputandum conueniebant 20.c.28.c
 Phonascia ars, & phonasci magistri 158.d
 Physic⁹ quō corpus humanū cōsideret 12.c
 Phryges iuenerūt cori quatuor totarū 171.a
 Phrynicus ob saltationis excellentiam ab Atheniensibus imp. est electus 109.c
 Phrynon dux Atheniensium paucratiastes fuit excellentissimus 110.d
 Phrenetici lectis pensilibus iuuantur, & qua de causa 301.a
 Phthisicis vociferatio prodest 281.c
 Pilæ paruæ lufus in tres species diuiditur. 84.c.201.c
 Pilæ magne lufus duas habuit species 86.d
 Pilæ inanis lufus quis apud antiquos fuerit. 86.d & vtilitas 241.f
 Pilæ ludorū quatuor apud Græcos fuerunt genera, & quæ 84.c.241.b
 Pilæ lufus secundum Latinos, & eius species. 88.c.242.c
 Pila robustis corporibus conuenit 212.f

Pilæ paruæ lufus omnes quid præstarent vtilitatis corporibus 241.b
 Pilæ paruæ exercitatio inter veloces motus numeratur a Gal. & Paulo 241.b
 Pila follis dicitur exercitationis figura 89
 Pilæ magne lufus vtilitates quæ sunt. 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.c
 eius vtilitas, & nocumenta 290.f
 Pilicrepus in gymnasijs quis esset, & quid egeret 63.c
 Pingues quanto magis exercētur, tātō magis sani sunt, & qua de causa 213.a
 Piscatio nauigijs facta est navigationis species 181.a
 Piscatores marini eus pilos ruffos habeant. 181.c
 Piscina pub. Romæ vbi nam fuerit 184.c
 Pythagoras quidam athletis primus carnem exhibuit 72.f
 Pythagoras voluit adorationes sedendo fieri 139.b
 Pyrrichiz saltationis imago 98
 Pitachus Mylenē Phrynonē Atheniēsi ducē & pæcatorē excell. vici, ob quam re statua i Pnytanō ei erecta fuit 110.d
 Pythici ludi Delphis agebantur 13.b
 Pituitosi vociferatione iuuantur 281.c
 Platonis sententia de arte gymnastica 12.f
 Plato laudat in v. de rep. ut mulieres nudæ cum viris in palæstra exerceantur 27.e
 Plato secundum quosdam athleta fuit 71.c
 Plato fuit Hip. sectator 80.e
 Plato laudauit ut & paeri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quam armato exerceantur 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 puerorū motibus in palæstra 29.b
 Plinius scribit athletas aliquando coitu uti solitos 76.d
 Plinius secundus æstiuo tempore post cibum apricabatur 140.c
 Plinius secundus ex Vesunij montis concrementatione interijt ibidem
 Plinij capitū librorū catalog⁹ adulectiu⁹ 28
 Plinius dixit Aesclepiadem iuēndū curan-



I N D E X

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 Cæcilius vehiculo gestabat 250.b
 Plinius Romæ Sella utebatur, ut inter eundem 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 deambulatione, & vehemens lædit 261.c
 Podagrici Tral. sententia lectica uti possunt & qua de causa 299.a
 Pofis 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, ut cutis candorem acquireret 27.a
 Porphyrius philosophus carnis vsum cur prohibuit 193.c
 Porticus tres extra palæstrā quomodo disponerentur 20.f
 Porticus erant partes gymnasiolorum 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 133.c
 Prædium apud antiquos quid esset 52.f
 Præfixæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.c
 Præfixi erant vna factio Romana ibid.
 Præfixa poeta cur si vocat saltator. 101.b
 Præfixos reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
 Præmia certatoribus cur fuerint instituta. 14.c. 15.a
 Priapifidii pileæ magnæ lusu Tralianus utebatur 242.d. at que item haltere 256.c
 Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205. b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 247.e
 Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210.c
 Propinque i palæstra vbi nã etat 20. f. 43. a

Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnusiano lapide 55.b
 Prouerbiū in harenam descendere vnde sit ortum 16.d
 Prouerbiū illud discum (quàm philosophū audire malunt) vnde sit ortum. 28.e
 Prouerbiū Ne q̄ras i stadio dolichū 117.a
 Prouerbiū transire metam 119.b
 Prouerbiū cōtra eos, qui nec literas, nec natate sciebant 182.e
 Prouerbiū à mari & terra sumptum. 302.c
 Puer aquam præbens 56.b
 Puerorū gestatio in vlnis nutritiū est quædam ipsorum exercitatio 176.d
 Pueri post Hippocr. statem 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 nō debent, & qua de cã. 160.f. 188.c
 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 peritonæum aut serotum spiritum retento rumpitur 280.e
 Puellæ sunt ex Platonis sententia gymnastica bellica exercendæ 66.f
 Puellæ pulcherrimæ singulari certamine certabant 144.c
 Pulmone vlcerati, inculpati vinebant in Lybia 179.c
 Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70.d
 Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vsu 107.b. sanitati parum cōfert 247.a
 Pugilatores quomodo certabant 107.c
 Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108.c
 Pugiles vocabant veri athletæ fm Gal. 108.f
 Pugiles, & athletæ aliquando in Deorū numerum relati 71.a
 Pugilam imago 101.b
 Pulueribus in multis exercitationibus antiqui utebantur, & qua de causa 236.d
 Pulsus vim habet emplasticam ex Galeni sententia 248.d
 Pugilatus nocentia, quæ sint 247.e
 Pugilatus fuit paruus lusus in gymnastica medica 248.d
 Pugnæ nomen plura significat 140.f
 Pugna, de qua hic auctor agit, quid esset & quot

I N D E X

& quot eius species ex Oribalij sententia. ibidem & 273.a
 Pugna vmbraialis quomodo fiebat. ibid. 201.c
 pugna telorum quomodo fieret ibid.
 Pugna singularis quomodo fiet ibidem
 Pugnas singulares exercebant sacerdotes in Pergamo Gal. tempore 142.e
 Pugna aduersus palum quinam vteretur. 245.c. 273.a
 Pugna vmbraialis vbi à Galeno laudetur. 246.c. 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
 Pulsus in vnctione quid præstaret 33.a
 & 248.d vnde portantur 34.c
 Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritiss. 19.e
 Pyrrhichæ saltationes quæ fuerint, & à quo inuentæ 97.c

Q
 Vadrans erat merces balneari data 47.e
 Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213.a
 Quadrigæ in pub. sacris sepe certauerunt. 171.c
 Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 281.c
 Quinquentio qui sit ex Arillo. sententia. 70.d. e
 Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehabantur 299.a

R
 Rautena Strabonis auctoritate aerem salubrem habebat 75.a
 Rasis sententia 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 ludia nocet 245.c
 Renam lapilli optimè saltatione extrahuntur 240. c. 254. f
 Renū imbecillitate, vel seruore, vel vlcere affecti saltū vitent. 255.a. & discū. 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 disputandū conueniebant 20.e. 28.c
 Res tōne finis varia noia sortite sunt 203.a

Resoluti Tral. sententia lectica uti possunt, & qua de causa 299.a
 Respiratio crebrarum oscitationum est remedium 279.a
 Reuocatores in balneis qui essent 30. e. 63. a
 Rigores saltatio arcet 240.d
 Risus quō fiat, & quid efficiat 161. a. 287.b
 Romani postremi omnium gymnasia ad Græcorum imitationem struxerunt 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 cū vitis lauabantur. 48. f. oppositionem 53.e
 Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
 Rotæ curruum Homeri tempore stano ornabantur 171.a
 Ruffus Ephesus Romæ sub Traiano floruit 245.e
 Ruffati erant vna factio Romana 168.c

S
 Saltantes pondera aliqua habebant, & quomodo 118.d
 Saltatoris 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 conuiujs exercebant 101.c
 Saltatio quæq; antiquorum ordine, ratione, & proportionem indigebat 239.b
 Saltatio opportunè facta multas afferit utilitates, eadem inopportunè administrata multa detrimeta homini p̄stat 259. e
 Saltus utilitas, quæ sit, Vegetij sententia. 217.c. 253. c. & infra.
 Saltus, pprie dictus duplici modo fit 118. f. & eius effectus 254. c. 254. e
 Saltus multæ sunt species 254. e
 Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255. a
 Saltus humores superfluos euacuat, & loco purga-



I N D E X

purgationis & phlebotomic, Gal. autho-
re, fieri potest, si quod sit, quod ipsam impediat ib.
Salus factus, manibus aliquo potest pleni-
nis, quod differat a saltu aliter facto 255.b
Salsugo est ex extrinsecis corpori acciden-
tibus 6.f
Sanguinis missionem Erasistratus e medi-
cina auferebat 191.b
Sanguinis mixturam aut fluxum quemlibet pa-
tientibus salsugine obest. 255. & deambu-
lacio 260.f
Sanguinis reiectio spiritum retento non cu-
ratur, & qua de causa 280.d
Sanitas in humorum aequalitate conserva-
tur 192.f
Sanitas eisdem remedijs & amissa recupe-
ratur, & praesens conservatur. Eras. sen-
tentia 191.c. huius falsitas 193.c
Sanitati voluptas est coniuncta 183.b
Sanitas cum aliqua molestia permanere
potest ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & co-
mensurato humido conservatur 191.c
194.d
Sanitas quot modis consideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibi-
tis recuperatur 193.c
Sani homines a medicamentis multum lae-
duntur ibidem
Sanus homo nullis legibus se obligare de-
bet 61.c
Satyriasmum lucta, Theodori Prisciani au-
thoritate, sanatur 245.a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens
conuenit 208.f
Scabiosis natatio maritima prodest 304.d
Scapeda quid esset 147.
Scelythis aegritudo Plinij aetate se manife-
stauit 4.f
Schola medicorum ubi fuerit, & quid ibi
fuerit 25.c
Scimpodium quid sit 177.c. & 301.a
Scythae oes fere semper equitatione utun-
tur 167.c
Scythae inuenerunt curus sex rotarum 177.b
Scribonius Largus Claudii Imp. medicus
scripsit neminem, usque ad sua tempo-
ra aqua formidine liberatum 4.c
Scribonius Largus medicus tempore T. b.
Caes. Romae floruit 142.f
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud an-
tiquos esset 145.b
Secundas salus educit 254.f
Sella curulis unde sit orta 173.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174.f
Sella portatoria quid esset 175.a
Sella a lectica differebat 175.c. & 299.b
Sella tum cooperta tum non cooperta an-
tiqui utebantur 299.c
Semen praecalidum emittentes, halere,
Gal. authore curantur 256.c
Seminis fluxum patientes ledit saltatio 240.f
& deambulatio 261.a
Seneca vocat se psycholutrem 47.c
Semiteriana febre laborantes in lectica de-
cumbentes uehebantur 299.a
Senecae de gestationis, & ambulationis dif-
ficultate quomodo sit intelligenda 296.d
Seneca aduersus miram anhelandi difficul-
tatem gestatione in vehiculo facta ute-
batur 297.b.c
Senes quoniam modo secundum Gal. sen-
tentiam debeat curari 209.b
Senes ut debent laboribus consuetis 211.b
Senes pauciores & remissiores exercitatio-
nes sustinent 212.f
Senibus exercendis quatuor sunt conside-
randa 210.c
Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidem.
Sensus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vocife-
ratione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pessilia inuenit 177.a
Sertorius, utrixas conuiuarum auersate-
tur supinum se locauit, & iccirco faci-
lius trucidatus est 54.a
Seuerus Imper. Scimpodio uehebatur, dum
Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerce-
ri debent, & qua de causa 123.b
Siccitas nimia exercitationes prohibet 220.f
Silentium siccum, rursim & singultum extin-
git 286.f
Silentium sanguinis reiectioni conuenit
286.16.d
Sillimachus medicus fuit Hippoc. sectator
296.c
Singultus longa & excitata ambulatione
comprimitur. 262. e & spiritus cobibi-
tione. 278.f. & vociferatione. 282.f & si-
lentio 286.f
Syracusani bis in die saturabantur 53.a
Sicis a silentio extinguitur 286.f
Soclarus Epicuro aduersatur circa coitum.
237.a
Socrates ad sanitatem conservandam, & robur
acquirendum saltationem exercuit 101.a
Socrates cantu se exercebat 284.c
Solon

I N D E X

Soldan utebatur feruis vnctiones siccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta ho-
rarium 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
Sono capiunt saepe intete speculantes 139.a
Somnolenti cur sint decolorati 244.d
Soranus in curandis diuturnis morbis exer-
citate utebatur 235.b
Solstratus Gnidius ambulationem pessile
primus omnium Gnidii fecit 113.b
Spartanorum mulieres una cum uiris in
palaeis se exercebant 27.b. & in balneis
una cum uiris lauabantur 48.c
Spasmus cynicus cursu remouetur 250.c
Sphaeristerium gymnasijs pars quid esset,
& quid in ipsa ageretur 36.f
Sphaeristicus quis non esset, & eius onus 62.f
Sphaeristica est salationis species, & quid
sit & quis eam inuenit 84.d
Spectatores subsellia sibi ad spectandum fe-
rebant 138.f
Spiratio numerosa unde fiat 251.c
Spiritus cohibito quid faciat 353.a. eius
species. 153.b. eius utilitas. 178. d quibus
conueniat. 279.a. eius nocumenta. ibi. b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercita-
tiones Athletae duabus de causis uteban-
tur 154.a
Splenis aegritudinibus ex Aetij sententia
cursus est utilis 250.d.f
Spleneticos gestatione Theodorus Priscia-
nus, & Aretaeus curabant 296.f
Sputij apud antiquos magna infamia no-
tabantur & a nobilium commercio ex-
trudebantur 18.c
Spurina qua victus ratione utebatur, &
exercitio 210.f. 213.c
Spurinae studiij & sanitate conseruanda 223.c
Sputa corpus exinaniant 6.f
Stadium gymnasijs pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorem corpori laborem affert,
quam ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut summis digitis inniten-
do nihil nisi molestiam affert 272.f
Stellas deficientes in insomnijs videntes
quomodo ab Hippoc. curentur 253.a
Stephanio fuit inuentor togatae saltatio-
nis 83.
Stercora corpus exinaniant 6.f
Stomachae aegritudo Plinij aetate nostro
orbi nota facta est 4.f
Stomachus in coquendo debilis a saltatio-
ne corroboratur 140.d
Stomachum frigidis morbis oppressum cu-
rat cursus 250.f
Stomachicos spiritu retento Caes. Aure cu-
rabat 279.c. & vociferatione 281.c.
Asclepias gestatione 296.f
Stomachi dolorem Theodorus Priscianus,
& Aretaeus gestatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curandis gestatio-
ne Aetius utebatur 298.c
Stomacho laborantibus vnctiones exerci-
tationes, & vociferationes commendat
Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat 304.e
Strigiles balnearum quid essent, & ex qua
materia fierent 30.f
Studia corpus conseruanti sanum 7.a
Sudores corpus exinaniant ibi.
Sudor est motu prouocandus, & qua de
causa 121.b
Sudor sine motu proueniens deterior eo est,
quia labore prouenit 233.a
Sudor qua de causa manus exercitibus
ex Arillo. sententia effluit 247.c
Sudor siccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarum & aru-
dinum, Augusti, quo sit intelligendus 264.f
Suffusi oes colores rubeos indicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gesta-
tione curabant 297.c
T
Temporis duo sunt genera, quae ab authoribus
medicinae naturalia nominantur 220.d
Tempus accidentale quodnam a medicis
nominetur ibidem
Temporum constitutiones in exercitandis
corporibus, quae sint vitandae 220.c
Tempus nubium & obscurum exercitatio-
nibus est incipitum ibi.
Tempus serenum & lucidum est exercita-
tionibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid esset 40.c
Tepidarium & laconicum non sunt idem
apud Vitruuium 41.b
Tepidarii cur non meminerit Vitruuius
loquens de balneis gymnasiarum 42.d
Tetano affectos Hippoc. authore aqua frigi-
da affusa liberat 305.a
Themison in curandis diuturnis morbis
exercitatione utebatur 244.b
Themison medicus reprehendit, quod atrophiam
labo-



I N D E X

laborates longa ambulatione affligebat 262.e
 Themison methodicorum princeps coxeditu dolore laborates egitare iubebat 293.a
 Theon Alexan. de athletica scripsit 70.c
 Theopius poeta saltator cur sit vocat' 101.b
 Thestalus medicus Neronis aetate floruit 159.a
 Thestali qua de causa centauri sint vocati 167.c
 Tyberius Imper. scimpodio quandoq; vehabatur 177.c
 Timonis a via duobus mensibus, singulis annis in cavernis latitabat 5.a
 Tyrtieni sub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
 Tyrtieni ad tibiam pugnis certabat 107.c
 Titus Imp. lauabatur, ubi & plebs 26.f
 Titus Imp. qua de causa sit mortuus 47.a
 Tonsillas patientibus lucta nocet 246.e
 Thoracem haltere lzdit. 256. f & discus. 257.c
 Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo sanatur 263.a
 Thorax difficulter spiras deambulatione pceditue facta iuuat' ex Antylli foia 263.b
 Tria erant Romę loca, ubi litterariz exercitationes fiebant, & quæ 25.b
 Triclinium marmotum vetustissimū Patanj in edibus Rhamnustanis 56
 Tryphon de athletica scripsit 71.c
 Tripudia nra salrationibus antiquoru eor respodet & in quo ab illis differat 239.b
 Trochus græcus quomodo factus esset nobis est ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
 Tubi per quos circūfunderetur calor prodiens ex hypocausto 43.a
 Tubicinibus spiritu retento peritonzum rumpitur 280.e
 Tumores laxos gestatione Aetius curabat 298.c
 Tullis sicca, spiritu reteto, cursu nō in pulvere facta curatur ex Celsi snia 250.e
 Tullis a frigida causa orta spiritus cohibitione curatur 278.f
 Tullis a silentio est inguitur 246.f
 Tyberius Imperator omnium primus collis dolorem expertus 4.f
 V
 Valerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prenunciante, fuerit a cæcitate liberatus 3.c
 Valeriola recte putat contra Fuchsum, 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.
 Variz lectiones auctoris recognitz, & auctz 280.e
 Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
 Vehicula tota Plinij tempore auro, & argento erant insignita 171. a 297. b
 Vehicula varijs rebus cooperiantur 171. b
 Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel vitis agebantur 171. b
 Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs suspendendi mos 54.f
 Venatio non solum corpus, sed & animam delectat 185.b
 Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam est utilis 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 instrumentis opus habet & in hoc a pila ex Gal. snia differt 303.c
 Venationis equestris utilitas, quæ sit, & quibus oblit 306. f
 Venationis pedestris utilitas, & nocumtata 307. b
 Venatio est exercitatio & opus ex Gal. sententia ibidem
 Venæ aliquando a saltu valido rumpuntur. 255. a & a disci exercitatione 258. d
 Venenum cur toxicum sit dictum 130. d
 Venus conseruat corpus sanum 7. a
 Veneti erant via factio Romana 168. e
 Ventres frigidus lacta curat 245. a. & curfus 250. f
 Vertiginosos manuū gestulatione curabat Aretæus 240. d
 Vertiginosos lzdit saltatio 240. e. & pila lufus 242. d
 Vertiginosi luctam vitare debent. 246. e & eulsum circularem. 252. f. 262. f. & trochum. 209. c
 Vertiginosos malè curabat Aretæus pugilata. 247. c. curabat etiam disci exercitacione 257. c
 Verti-

I N D E X

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
 Vesica lupilli optime, saltatione extruduntur 240. e
 Vix apud veteres græcos quæ sint 217. c
 Vigilia sanum corpus conseruant 7. a
 Vigilia laborates lectica vit possunt 299. a
 Viperarum mortibus tibiarum moduli profunt, vt Gellij refert' se apud Theophrastum inuenisse 283. c
 Vigo fons tactu erat iucundissima 50. f
 Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercende 66. f
 Viri tantum apud antiquos accumbebat, non mulieres 53. c
 Viri apud antiquos quonam modo accubebant 53. e
 Viri nose quid intelligat hic auctor 228. c
 Viri sunt ferè omnibus moribus apti 212. f
 Visus debilitati, & obscuritati gestatio reuocata facie facta, Auicenn. auctore, obfert 298. d
 Vitruuius floruit aetate Cæs. Aug. 28. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi.
 Vlcibus quiete curandis stare & sedere aduertantur 138
 Vlcibus internis, Cæl. & Cæl. auctoribus, deambulatione remissa, & molliter facta predest 261. c
 Vnctione qui nam vterentur 30. d
 Vnctionis materia quæ fuerit 32. d
 Vnctionis finis 33. c
 Vnctio post balnea quid prestabat 32. f
 Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum 34. d
 Vnctionibus in multis exercitacionibus antiqui utebantur, & qua de causa 236. d
 Vocator in conuiuio quis 54
 Vociferationis pub. certamina, & victoribus premia factunt iustituta 257. 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 vitare 383. a
 Vocis abscessio quomodo a Cælio Aureliano curaretur 160. e
 Vocis species sunt sex 280. f
 Voci ex humiditate rauca vociferatio succurrit 281. e
 Voci vel nimia loquelā, vel nimio clamore, vel silentio male habenti vociferatio subuenit 281. c
 Vox quomodo contum pitur 283. a
 Voicentes vociferatione iuuantur 281. c
 Veracitas immensa, Seneca & Plut. auctoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit 4. d
 Vrania quid 85. e
 Vrinæ corpus exinaniant 6. f
 Vrinæ ardor ex cursu augetur 252. d
 Vtero conuulsio ambulatione calcibus incumbendo facta predest 263. a
 X
 Xystica quis nam esset 60. e
 Xysti & xysta quid essent in gymnasio 37. b. c
 Z
 Zosimus libertus sanguine reiectas naugatione liberatus est. 179. c. 302. e
 Zosimus quid sit 84. f. 94. f. eius utilitas. 243. c
 Zosimus mendicum, & erronem significat. 128. d
 Zosimus quid significet. 146. f. eius utilitas 276. d & 147. a
 Acrochirismus quomodo fieret ibid.
 Acrochirismus quid sit 149. a
 Acrochirismo celæ utebantur ibid. b
 Acrochirismus quid sit 121. b
 Acrochirismus vnde dictum sit 55. b
 Acrochirismus apud græcos quid sit 20. e
 Acrochirismus quid significet 149. b. 201. c. eius utilitas 276. e
 Acrochirismus quid significet. 149. c. 201. c. eius utilitas 276. f
 Acrochirismus quid sit 30. f
 Acrochirismus vox est antiquissima, & denudari significat 17. b
 Acrochirismus vnde dicatur 187. a
 Acrochirismus, Gymnasium Athenis quid fuerit 18. e
 Acrochirismus apud græcos quid sit 21. a
 Acrochirismus quid sit 30. f
 Acrochirismus quid sit 84. f
 Acrochirismus qui sit 124
 Acrochirismus instrumenti vertigo epilepsiam inducit 290. d
 Acrochirismus quid sit 245. f

F I N I S.



XXIII

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 quaternionem.



VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D LXXXVII.

F I M 2



Faint, illegible text, possibly bleed-through from the reverse side of the page.





