



This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

### **Usage guidelines**

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

- + *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.
- + *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.
- + *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.
- + *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

### **About Google Book Search**

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at <http://books.google.com/>



613.7

R

M 62-1

013.7  
H I E R O N Y M I  
M E R C V R I A L I S  
D E A R T E G Y M N A S T I C A  
L I B R I S E X,

In quibus exercitationum omnium vetustarum  
genera, loca, modi, facultates, & quidquid de-  
niq. ad corporis humani exercitationes  
pertinet, diligenter explicatur.

*Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.*

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiqua-  
rum rerum cognoscendarum, & valetudinis confer-  
uandae studiosis admodum utile.

AD MAXIMILIANVM II.  
IMPERATOREM.



VENETIIS APVD IVENTAS,  
M D LXXIII.

MAXIMILIANO II.  
IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS  
perpetuam Felicitatem D.



*S*f quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE Invictissime, 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 uero, 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 uideantur. Id facile perspicere quivis potest, qui militaris disciplinae, le-

gum scientiae, ceterarumque sine quibus uita haec  
nostra fere uitalis non esset, laudandarum artium  
ortus, & incrementa memoria uelit repetere: sed  
ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim  
nota sunt, recensendo sim molestus, unum medi-  
cae artis omnium utilissimae exemplum proponam,  
quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum  
quem hoc tempore praesefert splendorem, & ele-  
gantiam non haberet, nisi Principum benignitas,  
sine qua omnis plerumque languescit industria,  
summis uiris illius auctoribus affulsisset. Etenim  
quantum a primis illis temporibus quasi nascenti  
medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon,  
Alexander, posterioribus uero Attalus, Ptole-  
maeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Justi-  
nus, alij permulti, complurium Doctorum homi-  
num monumenta testantur. ueruntamen ut alia  
omittam in praesentia, non exigui momenti putan-  
dum id est, quod magnificentissima, atque am-  
plissima Gymnasia exstruxerint, inque ys artem  
Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac prae-  
fectos aluerint, qui homines exercitationibus, &  
ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus  
instruunt ad bene, beateque uiuendum uiam  
communirent. Haec enim ars illa est, ob quam  
olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenien-  
ses, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut  
saepe non maxima manu incredibiles hostium ui-  
res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Severum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque causam id eos fecisse uerisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberissime 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 periit, atque extincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres 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 uindicari, 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 caussa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepere- rim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi 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 uerear 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 potiore 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 merenda 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 praedicatorum 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, 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 uideri 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  
Artubus aptavit nitens, iuuenemq. carentem  
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem  
Ad superas sedes, erebi reuocavit ab umbris;  
Et membris lactos, oculisq. infudit honores:  
Quis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae:  
Confusus 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. uacantes  
Mortales, dum uita manet, docet in super haec pars,  
Ordine quo possint homines extendere longum  
In tempus dubiam aetatem, tardamq. senectam  
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;  
Omnia quae latuere diu dispersa, tenebrisq.  
Abdita Cimmerijs: quae nunc distincta labore,  
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,  
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

## Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήνορος υἱός  
σύσασιν εἰς ζώου σώματος ἠρόσαστο,  
ᾧ δέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν' ἀμυδρά περέμπος.  
τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,  
ἄλλος ἀκροορὴν Γεράνυμος, ἀθανάτων μιν  
κούτε θνητομένην αὐδῆς, ἐτευξε νόφ  
ὅς γούνησθεοῖσιν, ὀνησιμα ἔργ' ἀναφαίψι,  
ἰσαθεοῖς, τιμῆς ἀξίος ἀδατάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανῶ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πόνεων συνέγειρες  
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθέν ἐν βιβλίοις  
Οὐνεκα τῶν τε σοφῶν Γεράνυμε φηφῶνι ἀποισῆ  
Πένταθλον οὐχι μόνον πάντα θλον ἀλλὰ μόνος.

## Achillis Statij Lusitani.

*Orcō 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 ueterum gymnasiumq. nouat.  
Μαλτε animo, uir magne, ergo tu cetera membra,  
Ore exercebis, sed tua laus hominum.*

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

<i>Aeschylus</i>	<i>Cornelius Celsus</i>
<i>Actius</i>	<i>D. Cyprianus</i>
<i>Africanus</i>	<i>Diocles</i>
<i>Agathinus</i>	<i>Dion</i>
<i>Alexander Aphrodi-</i>	<i>Dionysius Areopagita</i>
<i>siensis</i>	<i>Dionysius Halicarna-</i>
<i>Alexander Trallianus</i>	<i>seus</i>
<i>Antillus</i>	<i>Erasistratus</i>
<i>Arætaeus</i>	<i>Erotianus</i>
<i>Aristophanes</i>	<i>Euripides</i>
<i>Aristoteles</i>	<i>Eusebius</i>
<i>Asclepiades</i>	<i>Galenus</i>
<i>Athenæus</i>	<i>Herodotus</i>
<i>Auerroes</i>	<i>Herodianus</i>
<i>Auicenna</i>	<i>Hesiodus</i>
<i>Aulus Gellius</i>	<i>D. Hieronymus</i>
<i>Ausonius</i>	<i>Hippocrates</i>
<i>D. Basilus</i>	<i>Homerus</i>
<i>Caius Julius Caesar</i>	<i>Horatius</i>
<i>Cassius Patrophiſta</i>	<i>Josephus</i>
<i>Catullus</i>	<i>Iſidorus</i>
<i>Caecilius Plinius</i>	<i>Julius Capitolinus</i>
<i>Clemens Alexandrinus</i>	<i>Julius Firmicus</i>
<i>Coelius Aurelianus</i>	<i>Julius Pollux</i>
<i>Columella</i>	<i>Justinus Martyr</i>

*Juvenalis*  
*Laertius*  
*Lactius*  
*Lampridius*  
*Libanius*  
*Lucanus*  
*Lucianus*  
*Lucilius*  
*Lucretius*  
*Marcus Tullius*  
*Martialis*  
*Meletius*  
*Oribasius*  
*Ovidius*  
*Pacuvius*  
*D. Paullus*  
*Paullus Aegineta*  
*Pausanias*  
*Persius*  
*Philostratus*  
*Plato*  
*Plautus*  
*Plinius*  
*Plutarchus*  
*Polybius*  
*Porphyrus*  
*Posidonius*

*Propertius*  
*Pub. Victor*  
*Razes*  
*Rufus Ephesius*  
*Scribonius Largus*  
*Seneca*  
*Sex. Pompeius Festus*  
*Sidonius Apollinaris*  
*Soranus Ephesius*  
*Spartianus*  
*Stadius*  
*Strabo*  
*Suetonius Tranquillus*  
*Suidas*  
*Terentius*  
*Tertullianus*  
*Themison*  
*Theodorus Priscianus*  
*Theophrastus*  
*Valerius Flaccus*  
*Valerius Max.*  
*Varro*  
*Vegetius*  
*Vitruvius*  
*Vopiscus*  
*Xenophon.*

# ARTIS GYMNASTICAE LIBER PRIMVS

De Principijs Medicinæ.  
Cap. I.



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

stillationum, quas Graeci *νεφρῶδες* 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 existisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. 3. de Reput. bii.

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 coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando prisci illi ( ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbofis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam profus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

In lib. qui medic<sup>9</sup> inscribitur.

Gymnastica. A totam

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. **D**  
 Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius  
 discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ua  
 letudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagetem adde  
 re uisi sunt, arbitantes non minus praeclarum, atq. artificiosum o  
 pus 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 conseruauerit: an uero solam in curandis  
 morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Stra  
 bo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non **E**  
 est: nisi quod cum fuisset 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 etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella  
 marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuen  
 ta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere li  
 cet, in qua graece haec leguntur.

Lib. 29.  
cap. 1.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαῖω τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἑλθεῖν ἐπὶ  
 ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἰσὰ ὑπὸ τῆ δεξιᾷ ἑλθεῖν ἐπὶ τὸ  
 ἀριστερὸν, καὶ θῆναι τὰς πέντε δακτύλους ἐπάνω τῆ βῆματος, καὶ  
 ἄραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθρὸν ἀνέ  
 βλεθεῖ, τῆ δ' ἡμῶν παρῆσ' ὄψος, καὶ συγχειρομένου ὅτι τόσσαι ἀρεταὶ  
 ἐγένοντο ὅπῃ τῆ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: **F**

*HISCE diebus Caio cuidam caeco oraculum  
 reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua fle  
 cteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, &  
 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.*

Λουκίω πλειρετικῷ καὶ ἀφελτισμόρῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου,  
 ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἑλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβῶ μου ἄραι τέφρα, καὶ με  
 τ' οἶνου

**A** τοίνου αναφύεσσαι, καὶ ἐπιθέναι ἐπὶ τὸ πλεῦρον, καὶ ἐσώθῃ, καὶ δημοσία ἠνυχεύσῃσι τῷ θεῷ, καὶ ὁ δ᾽ ἦμος σιωχεύεσται. id est:

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

Αἷμα ἀναφέροντι ἱελίανθ' ἀφηλωτῖσθ' ὑπὸ παντός ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τῆς περιβώμου ἀραι κόκκους βεβλίει, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθῃ, καὶ ἐλθὼν δημοσία ἠνυχεύσῃσι ἐμπρόσθεν τοῦ δήμου. id est:

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

Ὁ ἀλαλείω ἀφορσραλίωτη τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα δ' ἄλεκτρονός λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ἠνυχεύσῃσι δημοσία τῷ θεῷ. id est:

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

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

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

Cum haec in quâ ita essent, uerisimile fit, solam remedium cognitio



gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpti, & sub certis regu  
 D  
 lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: cer  
 tus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna,  
 sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac discipli  
 nis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse,  
 nec non curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non  
 ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, q̄ plurimi  
 fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum  
 indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rer  
 um imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandi  
 menta, in explebilis libido, immensaq̄. uoracitas, quibus, ut fa  
 pienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morbo  
 rum species genitae sunt, adhucq̄. quotidie gignuntur, quarum  
 aliae fero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq̄. pue  
 ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit,  
 sic uiuente Pompeio, atq̄. Asclepiade aquae formido, seu hydro  
 phobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephan  
 tiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq̄. tar  
 de medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij imper  
 atoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit  
 neminem ab hydrophobia usq̄. ad tempora sua liberari uisum; & si  
 Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi sunt rabidi canes, ortus  
 ad eum morbum antidotum quandam cōposuisset, Barbarusque  
 quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle, quod  
 Aetius quoq̄. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi  
 tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, &  
 arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq̄. ge  
 nus mali, neq̄. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem  
 omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres  
 sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocrate sub  
 F  
 llei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate menta  
 gra, stomachace, & scelyrbis aegritudines nostro orbi aduenae na  
 tae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracun  
 culi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui cru  
 ra atq̄. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebant  
 tur illico refugiebant, musculosisq̄. partibus sese includentes in to  
 lerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus mor  
 bi se ab alijs audiuisset, sed neq̄. naturam eius, neq̄. generationis ra  
 tionem cognouisset fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficul  
 tate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter  
 nodia

Epist. 96.  
 8. Sympos.  
 proh. ix.

Cap. 171.

Lib. 2.  
 cap. 162.  
 In proh.

Lib. 25.  
 cap. 3.

6. de locis  
 affect.

**A**nodia habentem minxit, sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulans multo cum femine cecit: sic Timonis Aviam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cavernis, solaque respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabatur, 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 uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusque illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraque *προφυλακτική*, siue *ὕγινη*, altera *θεραπευτική* nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem suscepserunt: 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 ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adeptae est, quod conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam 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 tantum in grauissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumque humanas calamitates morborumque incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absque summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

Gymnastica.

A ij T H N

Libro 1. de  
abstinētia  
ab aialib<sup>9</sup>.

Ἡ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνει  
 νεν, τὸ ἐν γὰρ ἀρῆς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ ἑσάνε πειθοι-  
 τικῆναι δίκαιος φιλοσόφων παῖδες κηρύττεσιν. τὸ γὰρ ἀδενές τ'  
 ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαίνοντων ἀρρώσθημάτων, ἐπα-  
 νερθῆται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὴν τῆ δίκαιε λογισμὸν συ-  
 νωδὰ τοῖς ἀνωθεν βασιλεῦσι δεσπίζοντες, ἡμεῖς φιλανθρωπία  
 καλέμεθα, τῶν βασιλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ἡμᾶς ἐν  
 τοῖς λοιποῖς χρόνοις δέξασθαι. id est:

In Epistol.  
 graecis ua-  
 riorum.

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. Itaq. nos secundum  
 iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praeci-  
 pites, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E  
 ab omnibus curialibus ministerijs immunes tuere.

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

**C**um igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, al-  
 tera conseruatiua, aut ὑγιεινή nuncupata; Postrema  
 haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλα-  
 κτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem:  
 συντηρικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν,  
 a qua ualitudinarij rescinduntur: omnes autem istae, quamuis ulti-  
 mo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ip-  
 sae tantum multorum hominum additamentis splendorem acqui-  
 fuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F  
 tum ob copiam eorum, quae huic parti conseruatiuae adferta sunt,  
 tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteaestis 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. praefidijs bonam uale-  
 tudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus  
 concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ προσφειόμενα, τὰ κα-  
 νέμενα, τὰ ἐξωθεν προστίπτοντα, καὶ τὰ ποιέμενα. Quae enim  
 exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remedio-  
 rum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt, sudori-  
 bus, stercoreibus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continen-  
 tur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salifugine, mari, oleo, & hu-  
 iuscemodi

**A** iuscemodi constituuntur. Agenda uero exercitationibus, studijs, uigilijs, somno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiusdem generis comprehenduntur; unde nulla res est, nullumue auxilium, quod ad sanitatem defendendam conducatur, quin sub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conseruatoriam artem quantitate, qualitate, & occasione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasijs autem siue exercitationibus, a quibus ars gymnastica apud ueteres ualde celebris constituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucissima, & fortuito, confuseq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnastica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forsan ab alio numquam absolutam tractationem habere decreui, eo magis

**B** quod Galenus hanc haud ignobilissimam conseruatoriae facultatis partem esse scriptum reliquit: omnesq. fere testantur exercitationum artem, & ad auerendos futuros morbos, & ad custodiendam praesentem sanitatem, & ad ualitudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuersam conseruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonstraturi sumus, ubi haec omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postulabit, in hisce libris declarabimus. Primo, quid sit gymnastica ipsa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius species: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: postremo, quid sit illa qualitas, quantitas, & occasio, quibus haec ars tantopere bonae ualitudini conseruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoquoque exercitationum genere gymnasticae studiosis expectanda sint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere spero, quod in huiusmodi tractatione desiderari possit: quam ideo uehementius omnes ualitudinis studiosos amplexuros esse auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus superantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratissimi medicinae scriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa soluere, tum per sudoris meatus eicere posse; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praestare, quanto satius est nullo corporis nostri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquada, & solidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis affocantur: exercitationes uero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas

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

viii. Symp.  
prob. 4.Lib. viij. de  
Cyri Paed.  
dia.In Ana-  
charsi.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D  
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac *Nava d'beia* com-  
paratur: Idcirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium  
sive 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 tantopere exercitationes, la-  
boresq. corporis aestimavit, ut Persis, quos recte instituire semper  
studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore ci-  
bum caperent, ratus valetudini, atque fortitudini perinde exerci-  
tationes 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  
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse  
se, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus,  
confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigen-  
tiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in  
iuuentutem restitueret.

*Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. 111.*



QUATUOR itaque existentibus illis, quibus tota  
conseruandae sanitatis facultas completur, exercita-  
toriam quartae partis quandam partem esse nemo fa-  
nus negarit: quandoquidem si exercitationes sub  
agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conserua-  
toriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exerci-  
tationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: &  
proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profi-  
tetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiun-  
gentes, illam cognoscere spectet, eo praefertim quod ab Hippo-  
crate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitati-  
ones, 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 Gymnasti-  
cam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione  
opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem ha-  
bit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uo-  
cata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixe-  
runt

**A**runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas se iunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: *ἡ τέχνη γυμναστική ἐστὶν ἐπιπέμπειν τῶν ἐν παντί γυμναστίοις δυνάμειος*: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in

In lib ad  
Thras.

**B** 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 saepissime 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 gymnastica 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 aenigmaticè explicauit Polybus sub his uerbis: *παυδοτριβαί τῶν διδάττεςσι παι*

In primò  
de dicta.

**C***ενομέειν κατὰ νόμον, ἀδικεῖν δίκαιως, ἔπαταῖεν, κλέπτειν, ἀρπάξεν, βιάζεται, τὰ κάλλιστα, καὶ ἀισχυριστῆς*: id est: Paedotriba hoc edocent praeuaricari 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, sicque gymnasticam, & paedotribicam non parum dissimiles fuisse: uerum tamen, cum interdum unus utriusque munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atque 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

cam

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 una 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 sit, gymnasticae & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoque comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reliquit: *Εν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μέγεθος γυμνάσις, ἀλλὰ αὐτεῖ ἐξ ἑαυτῆς ἐντελέειαι οὐσας μίαν ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ ἀεὶ ἕκαστον γένος ἀρμόττων, διὸν ἀσκησις σώματι πρὸς τὰ ποίω συμφέροι, καὶ τὴν ἀείρει (τῶ γὰρ καὶ ἄλλισι πεφυκότι καὶ κερρηγημένῳ, τὴν ἀριστὴν αἰωγῆσιον ἀρμόττειν) καὶ τὴν πλείστοις, μία πασι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστὶ: ἐτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἰκνουμένης ἐπιθυμῆι, μή τι βίβηαι, μηδ' ἐπισημίαι τῶν ἀεὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδ' ἐν ἡττοῖν τῶν παλαιῶν δόσει, καὶ τῆς γυμναστικῆς ἀποσπείλαι τὴν καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύνάμειν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte existunt, unius est considerare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hanc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distinguunt. 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, eorumque uarietatis opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualitudinis conferuandae, 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, nec non etiam tota athletica ipsa, atque exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes uersan-*

**A**uerfantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum haberint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, causaq. talis differentiae nulla alia existit praeter finem singularum, quo sine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgit, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & uis 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 uerfatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius uis 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 hordcum cogerebantur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complexisse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres existierint, atque omnes

Lib. xvi.  
cap. 4.

Lib. i. de re  
mili. 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.*



V iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus seiuixerimus: 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: & quamuis 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, atq. proprietatibus ab una quaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quod non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile existit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout *εὐεκτον*, id est 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 seiuungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiuungitur, 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 quam plures 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 quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita 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 ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse **B** gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, extruxerint, uerum etiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

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

**V**AMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principiu habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto femina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius existitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, 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 quidquam 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 existitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de  
tu. ualet.

sticæ principia quaedam exstiterint, facile illi intelligere poterunt, qui poetae libros lectitantes animaduernerint milites Graecos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & alijs huiuscemodi, quae post ad gymnasticam facultatem transferunt, sese exercuisse, sicuti octauo, & uigesimo 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, quae Plutarchus in quinto Sympoticorum prob. 3. scriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius simplicia fuerunt, in quibus solum modo uictoriam, atque coronam pro sine habebant, ab his postea ad sacrificia res translata fuit, quando Deo sacra facturi, populumq. ad festa accedentem oblectaturi certamina instituebant, quae a sacrificijs demum ad gymnasia paulatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. sanitate fruerentur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesq. superandos aptissimi euaderent: & propterea quando otia bantur, ne profusus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & spe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disponerentur: & ob id Homerus secundo Iliados in hunc modum finxit.

καὶ οὖν ἐν τῷ Ἰωνίῳ θάλασσης  
 Δίσκοισιν ἐτίποντο, καὶ αἰγανέσιν ἔντες  
 Τόξοισι δ' :

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

Et uigesimo tertio:

Ἄντρα δ' Ἀχιλλεύς  
 Ἄντρον λαοῦ ἐρύκει, καὶ ἔξωθεν εὐρὺν ἀγῶνα  
 Νηῶν δ' ἔφερ' ἄθλα, λέβητας, & τροπὰς ἄστε  
 Ἰππεύς θ' ἡμίονους, βοῶντι ἰφθίμα κέρηνα  
 Ἡ δὲ γυναῖκες εὐχόνοους, ἀβλίοντες σίδ' ἠέσθ :

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

Ex

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

In 3. partic.  
prob. 8.

In 1. de  
lib. 1.

Tercio de  
repub.

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque **D** etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes; necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis concluderunt, atque ita artem totam pepererunt *γυμναστικήν* uocatam *ἀπὸ τῆς γυμνάζεσθαι*, idest, ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore susceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde post emanasse prouerbiū In arenam descendere opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. **E** agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea ad sacrificia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, & apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Demum ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis conclusa 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 neque industrius de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verum enim uero haec ars ( ut testaturum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros **F** habuerunt, & ipsi ualitudine firmiores exstiterunt: sed postquam crescente desidia in opidis otiosi, quam ruri laborare maluerunt, Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisque in peius reuentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsa ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea eate Romae aeflimatos 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 prooe.

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lecti-  
tarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti  
usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praeser-  
tim ad exercitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde  
alucinarum fuisse Budaecum puto, qui in suis ad Pandectas ad-  
notationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamen-  
tis minime usos, nulla firma ratione probat.

Lib 3. Sym  
po. Prob. 6  
Lib. xiiij.  
cap. 22.

*De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.*

**G**ymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri so-  
litam, quoniam supra statuimus, rationi modo con-  
sentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, pla-  
num facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gym-  
nasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in  
secundo de tu. ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gym-  
nasium fuisse publicum in separata urbis regione locum extru-  
ctum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iacta-  
bant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fue-  
runt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur.  
*γυμνάσιον* enim antiquissima uox etiam denudari significare ui-  
detur, unde Martialis libro tertio.

*Gymnasium, Thermae, Stadium est hac parte, recede*

*Exsumur, nudos parce uidere uiros.*

Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum,  
ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea  
**C** haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iose-  
phum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquan-  
do gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loqui-  
tur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem pu-  
blicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras  
porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs  
Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde  
etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum,  
uel nullas existitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is li-  
bro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consue-  
tudinis non fuisse praedicat. Nam qui primi gymnasia exaedifica-  
se creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucia-  
num, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit,  
gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

**B** instituta

In Anach.  
dial.

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedae-  
mones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. &  
primo de legibus memoriae prodiderunt, quos etiam illa ipsa om-  
nium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martia-  
lis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet.

*Argivas generatus inter urbes  
Thebas carmine cantet, aut Mycenae,  
Aut claram Rhodon, aut libidinosae  
Ladaeas Lacedaemonis palaestras.*

In Anach.  
dial.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regionem  
describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua  
ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, 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 ci-  
uitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum *ἀργε-  
δον* uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alte-  
rum *λευκίστην*, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij tem-  
plum fuisse legitur apud Lucianum; alterum *κνωσάργεον*, ubi no-  
thi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud  
Graecos tanto odio, tantaque infamia uiles, ac spurij notabantur, ut  
qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut  
communem sese exereendi locum habere recusarent. Praeter haec  
tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus  
in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Atheniensium tria fuisse  
gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe  
aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici po-  
tuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem

4. Epist. fa  
maepist. 12.

Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Mar-  
cellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo to-  
tius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius anti-  
quitate totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani  
Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Her-  
meum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exerce-  
rentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & alia-  
rum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur,  
ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gym-  
nasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro ter-  
tio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in ur-  
be ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coe-  
perunt:

In libro de  
antiq. no-  
minibus.

Aperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaeestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc usq. diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne fileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vii.

*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 gymnasij partem, in qua lauabatur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis uersibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam unicuique persuasum esse, quantum in errore uersatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroluiensis conciuus meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi usum institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsitan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis uaria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, ut absque ullo impedimento diuersae, ac fere innumerac exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re uersatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi uiri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (ut semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guilandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atq. manifesta futura sit. Immo uero, si Octauius ipse reuisceret, non dubito, ut erat



homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

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



**N**unc mihi uidetur (tamen si non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicare & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylija, quadrata, siue oblonga ita sunt faciendaj, uti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitiorem, quod Graeci uocant *διαυλόν*. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. uti cum tempestates uentosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquiq. qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in uersura porticus frigida lauatio, quam Graeci *λετρὸν* uocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in proprium in uersura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uersuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici caldam lauatiorem. In palaestra peristylija (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, una ex peristylio exeuntibus, duae dextra,

atq.

P. R. I. M. V. S.

A atq. sinistra stadiatae, Ex quibus una, 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 sesquipedali 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 *ἔσδος* uocatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, & duplicem porticum designentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci *ἑπίσβουδας*, nostri xysta appellant, in quas per hiemem ex xysto sereno caelo athletae prodeunt exercentur. Facienda autem xysta sic uidentur, ut sint inter duas porticus siluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signis stationes. Post xystum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare. Quae in moenibus necessaria uidebantur esse ut apte disponantur perscripsi.

Figura palestraæ cum peristylio quadrato.

Occafus

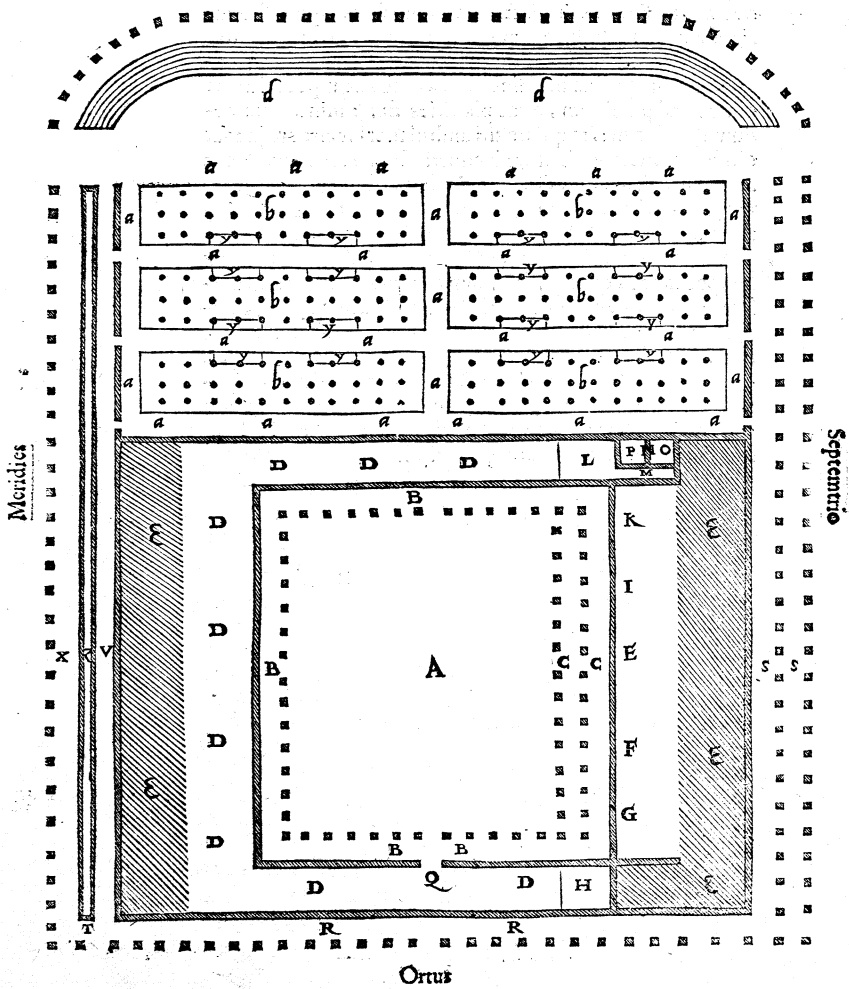
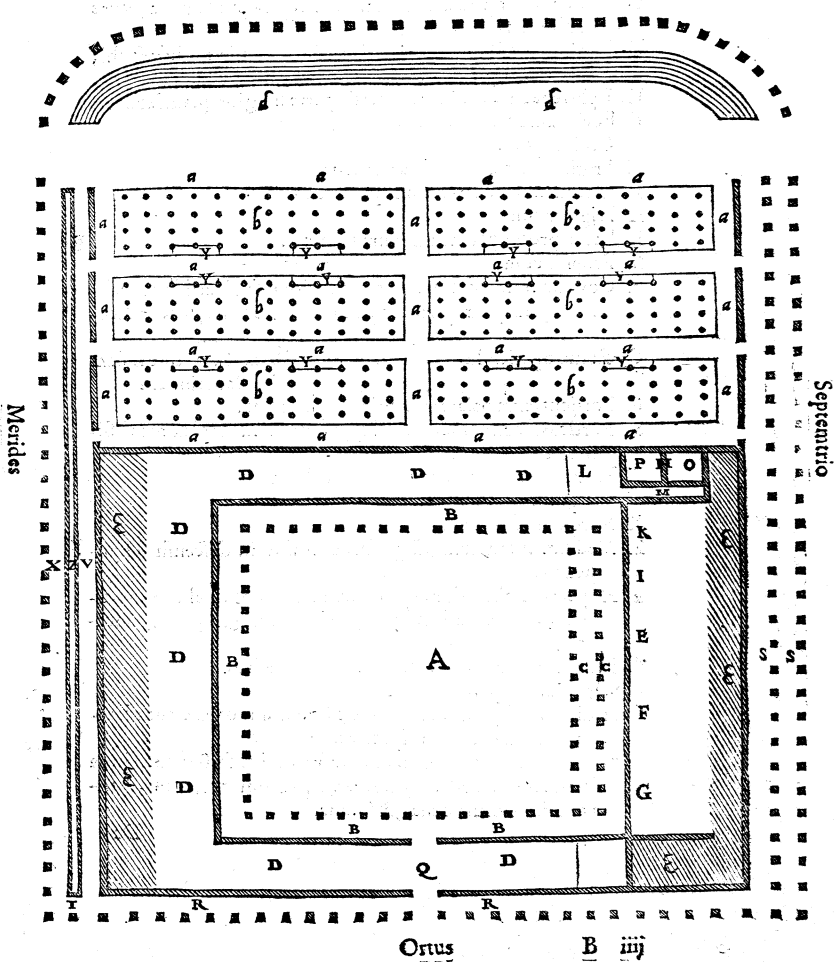


Figura palaestrae cum peristylio oblongo

Occafus



- 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, id est exedra tertia parte longior quam lata.
- F** Eoriceum a parte dextera.
- G** Conisterium.
- H** Frigida lautio in uersura porticus.
- I** Elaeothesium ad sinistram ephoebei.
- K** Frigidarium.
- L** Iter in propnigeum in uersura porticus. **E**
- M** Propnigeum.
- N** Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens  $\left\{ \begin{array}{l} \text{ex una parte } P \text{ Iaconicum} \\ \text{ex altera } O \text{ calidam lauationem} \end{array} \right.$
- Q** Exitus e peristyllo
- R** Porticus extra palaestram prima exeuntibus.
- S** Porticus secunda spectans ad septentrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.
- T** Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.
- V** Margines circa parietes.
- X** Margines ad columnas.
- Z** Medium excavatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali.
- α** Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis *πυετρε* uocabantur.
- ε** 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.
- λ** Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palaestra necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

A De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs conueniebant. Cap. VII.



Antea, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepe numero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conque-  
rebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitum, his uerbis apud Nonium: Ita uti 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, reli-  
quiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

*Sed uos saeuas imponite leges,  
Vt praeceptorum uerborum regula constet,  
Vt 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.*

Saty. 7.

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 obiretur, ex uarijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & *αὐθιγενεῖα*. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenscat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in Esquilij aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, 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 fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

13. Meth.

In lib. deli-  
bris pprijs

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO

SCHOLAE. MEDICORVM

M.

Alterum genus erat Adolescentes, qui ut exercitationum obseruationes, atq. modos addicerent, ad gymnasia accedebat, ubi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebant exercitationes, edocebantur; Adolescentes liberos palaestra ediscere solitos fuisse facile conicitur ex illis Parmenonis apud Terentium uerbis, quibus ille Cherea sub forma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculum in litteris, fac in palaestra, in musicis, quae liberum scire aequum est adolescentem, sollertem dabo. Id quod clarius infra demonstrabo. Tertium genus erant Athletae qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populum delectare, nec non uictoria ac praemijs potiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius clarissime demonstrat dum refert Neronem quandoq. gymnasium ingredi solitum, ut certantes athletas spectaret. Quartum genus erant omnes illi siue nobiles, siue ignobiles, qui uel militaris disciplinae, & fortitudinis, uel tuendae sanitatis, & boni habitus comparandi gratia uarijs exercitationum generibus incumbebant. atque inter hos Galenum nostrum numerare possumus, cum scribat se anno aetatis suae trigesimo quinto passum fuisse luxationem summi humeri in palaestra. Quintum genus erat eorum, qui fabricabatur, licet enim frictiones fieret a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque siue ulla exercitatione seorsum ab alijs, ut de Vespasiano tradit Suetonius, solum fricabatur, quod intelligi potest ex Galeno frictione ad exercitationes praeparatoriã a reliquis distinguere. Sextum genus erant, qui lauabantur, atq. hi erant tum nobiles, tum ignobiliore. Hoc tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioque communibus habebat, ubi soli diuersis temporibus lauabantur, multi erant qui etiam solia uel lignea, uel argentea (quod recitat Plinius) secum ferret, ne pedes nudos collocaret ubi uisissimi quiq. ponebant, quauis etiam referant nonnulli Hadrianum imperatorem lauari solitum, ubi plebs lauabatur quod & Titum Caesarem fecisse scribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quonia uel exercitationum uel balnearum gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasijs conueniebant, qui non ob aliud, nisi ad uidendos exercitatores

In Eutycho.

»

»

In r. de artic.

a de tu. ual.

**A**tatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebāt Quo in loco id etiam animaduertendum cenſeo, diebus feſtiuis gymnasia magis frequentata fuiſſe, quando artifices, aut alijs ſeruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uerſabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uerſarētur, quemadmodū uiri, niſi certi affirmare auiſim, niſi quod Romanā maiestātē illud dedecuiſſe uidetur, facileq. fieri poteſt, ut impurae aliquae & ſpectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice uerſarentur in gymnasijs, nec non in locis ſeparatis, quae ibi lauādis feminis ſolis extructa eſſent, perinde ac in priuatis balneis honeſtae mulieres lauarētur tā ignobiles & medicri loco natae, quā illuſtiores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore reſerat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas aſinas

lib. II. ca.  
4.

**B**etas per omnia ſecum trahebat, & balnearum etiam folio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum ſcripſit.

aut pingua Poppaena.

Sat. 6.

Spirat. &

*Incipit agnoſci, atq. illo lacte fouetur*

Propter quod ſecum comites educit aſellas, in quem dealbādi corporis uſum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis uſurpaſſe meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri ſe confueuiſſe, praeter alios, ſatis teſtatum facit Propertius libro tertio

l. de alime.  
ſa.

*Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,  
Sed magis uirgines tot bonae gymnasij,  
Quod non infames exercet corpore ludos  
Inter luētantes nuda puella uiros,  
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,  
Increpat & uerſi clauis adunca trochi,  
Puluerulentaq. ad extremas ſtat femina metas,  
Et patitur duro uulnera paucratio,  
Nunc ligat ad ceſtum gaudentia brachia loris  
Miſile nunc dixi pondus in orbe rotat.*

**C** Neq. de hoc Spartanorū more quiſquam mirari debet, quando & Plato in quinto de repub. grauiſſimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum ſtatum maximopere conducere, ſi mulieres tam iuuenes, quam ſeniores una cum uiris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exercentur, quod an ſapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiae ex conſuetudine conſequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non eſt loci examinādi.



## De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. II. X.



ITRUVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis constat, quã do nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile sit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoris traditis inuenio, quasue rei ipsius ratio exposulare uideatur in Graecis, atq. Romanis palaestris existisse: quãquã Vitruuij auctoritatem numquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ *παραδοξολογίαν* & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quã do scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiam a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primaegymnasiorũ 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 fitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã philosophũ audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpent. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedã, & possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. existat enim Lampriidj auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristiriũ, modo cursũ, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephœbaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pactio-

**A**nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare uolebant : quãquã sciã Philandrũ eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes excerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Guilielmum Choulũ, qui in suo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextum annum pueros commercium ullũ habere uetabant, hoc uerũ fuerit, affirmare non auderẽ. Neq. item negare possumus, Galeni tẽpore, pueros exerceri in palæstra consueuissẽ, cũ is cuiusdã aegritudinis, quã Commodus puer atq. Imperatoris filius in palæstra acquisiuerat, mẽtionẽ faciat: & praeterea in secũdo de tu. ual. sic scribat: *ὄντω δὲ καὶ ὅτις ἀναρρήχεται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαιστρᾷ γυμνάζουσι τὰς παιδάδας ἐς ἑντοπίαν παρασκευάζοντες.* i. Sic autẽ, & quicumq. per funem scandit quemadmodum pueros in palæstra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palæstris exerceri solitos fuisse satis constaret, nisi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertissime testatus esset, ubi Lydus Pistocleri paedagogus patrum erga filios sui temporis indulgentiam taxans de antea acti temporis moribus ita loquitur.

*Nego tibi annis uiginti fuisse primis copiam*

*Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus*

*Ante solem exorientem nisi in palæstram ueneras*

*Gymnasiũ 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*

*Saluendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs.*

**C**Vnde mihi cõiiciendũ uidetur pueris summo mane palæstrã adẽdi praeceptum fuisse, ut uiroꝝ, qui tunc non aderant, commercium uitarent, atque etiã litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandũ eorũ amorẽ sibi conciliare ex palæstris 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 utrũq. agere uolebant, inferuiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Nisi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum significat palæstras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria existisse dicendũ esset, quam nedũ in publicis gymnasijs, uerum etiam in priuatis affuisse credo, si quidẽ Plinius Caecilius in descriptionibus uillae suae Lau-

In lib de p  
cogni. ad  
Polthu.

»

Lib. 2. & 5  
Epiit.

rentinae ac Tuscorum apodyterium inter alia adnumerat: unde illorum **D** sententias probare nequeo, qui Coryceum in Vitruuij textu legendum putarunt a coryco pilae speciei, quasi ibi ludus talis ageretur, aut coryceum pro tonstrina, aut coriceum tanquam in eo puellae, & uirgines *κοράι* a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleothesium a Iulio Polluce *ἑλεοθηριον*, a Caecilio Plinio unctuarium uocatum, atque in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas in itinere ungebantur, redungebanturque. Sed, quoniam oportunitas rei postulare uideatur, ut de hoc gymnastico unguendi munere uerba faciam, neque Metrodori Scepsij *ἑλεοθηριων*, id est de unguendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie exstat, quattuor ego dicam: primum, quando, & qui ungerentur: secundum, quae esset unctio materia: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasium ueniebant, maiori ex parte spoliabantur in apodyterio: postea horum nonnulli, & praesertim qui uel luctam, uel pancratium inire intendebant, (nam pugilatores, cursores, ac alij multi unctioe non egebant) alipterium ingredientes ungebantur, atque ita uncti ad locum, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, transeuntes puluere conspergebantur, sicque deinceps in exercitationes diuersas diuersi prodibant: postquam uero sese, quantum libuerat, exercuissent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediaestinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

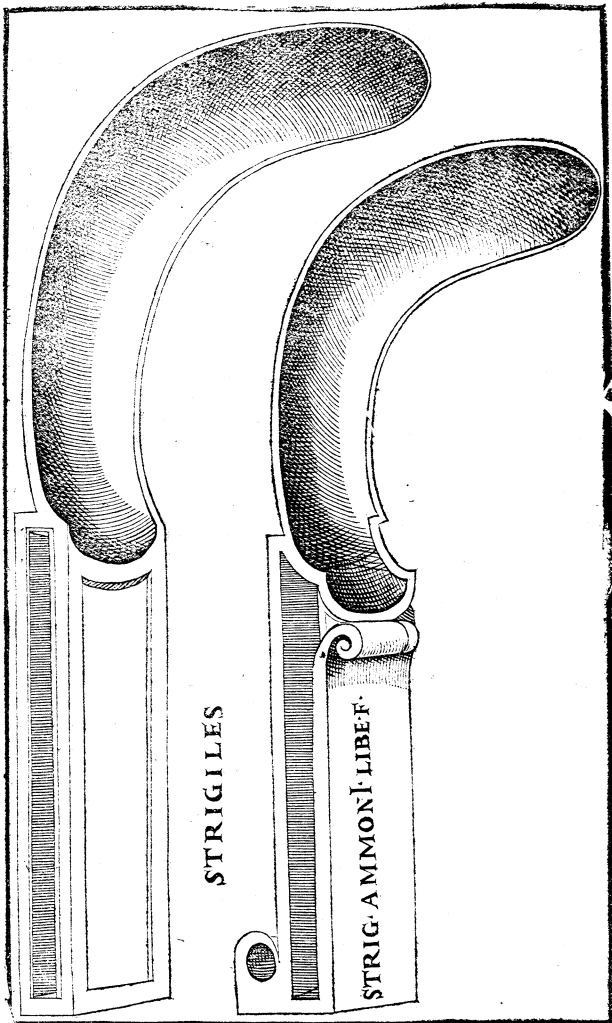
*Pergamus has misit curuo distinguere ferro,*

*Non tam saepe teret lintea fullo tibi,*

detergebantur, in qua deterfione oleum, puluis, & sudor, quae deradebantur, simul mixta in usum medicum adferuabantur, & ab At-  
 Lib. 1. c. 3.  
 Lib. 34. c. 8.  
 Li. de sim.  
 me. 81. & 4.  
 de ru. ua.  
 Libro. 5. &  
 10. de iim.  
 me. &  
 lib. 2. c. 17.  
 tictis *κοιταλος*, ab alijs uero *πατος* uocabatur, ut ex Dioscoride, Plin-  
 nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tamen si Auicenna libro secundo faciat mentionem etiam sudoris ficci athletarum, quem puto fuisse illum, cui neque oleum, neque puluis inerant. & quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihilominus balnearum strigiles plerumque spongiae erant, uel lineae, neque communiter semper administrabantur, sed quisque proprium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum alijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

*I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.*

Ferrei autem erant, uel aurei, uel argentei, uel cornei, uel eburnei uel aerei, quibus strigmenta, & fordes exercitatorum a corporibus deradebantur. Aerei strigiles erant, quorum pictura hic ponitur, quae olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenta sunt.



STRIGILES

STRIG. AMMONI LIBEF.

Deterfi tandem iterum diligentiores aliqui ualitudinis, aut delicia D  
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-  
bantur, sed post egressū denuo ungebantur modo simplici oleo,  
modo uarijs odoribus condito, modo diapafmate ad coercendos  
li. 21. c. 19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungenti tempo-  
ra, interdum post balnea, quod Homeri temporibus obseruatum  
legimus, ut in 3. Odyf. *Αὐτὰρ ἐπεὶ λούσεντε κὶ χρίσει λίπ' ἐλάτῳ*, id  
est, Postquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.  
*τοὺς δὲ ἐπεὶ δ' μωαὶ λούσαν, κὶ χρίσαν ἐλάτῳ*, idest, Hos autem post  
quam familiae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-  
te, sicuti refert Galenus vj. de ualitudine conseruanda. De Archi-  
mede quaedam apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. abaco  
incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui ab-  
stractum ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figu- E  
ras mathematicas saepe designare consueuiffe. Materia unctionis  
pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, &  
aqua mixto ungebantur: Is enim quinta problematum particula  
scripsit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-  
tur, magis lassitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam  
ita interius penetrās exsiccata membra humectat. auctor est Plinius  
Lib. 15. c. 4. Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia  
inuexisse, de quo dicebat Anacharis Scytha esse infaniae pharma-  
cum, quoniam eo peruncti athletae infanirent. Butyrum quoque  
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum,  
interdum pro ungentis exercitandorum corporibus in usu fuisse  
testatum reliquit Plinius, & post ipsum Galenus: fuit & aliud mix-  
turae genus posterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix- F  
tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue-  
nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-  
rum amiffisse dicit: sicut & apud Martialem libro quarto:

*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 uilif-  
simis consueuiffe. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes  
adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea  
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-  
nera tradantur adhibita: quae foli lasciuiae atque libidini inserui-  
bant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quā-  
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones ficas, atq. puerorum

amo-

Hist. ca. 14.  
& lib. 28.  
c. 9.  
3 de alimē.  
12. c. 15.

**A** amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctioes extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo sine demú praedictis unctioibus gymnasia adeutes ungerentur, diuersa ab auctonibus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitio-  
Prob. 112.

nes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent. quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, *ἠδὲ γυμνασίων*. Lucanus uidetur sentisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait.

**B** *Auxilium membris calidis infundit arenis.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctioibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimú usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerét, neue sudore diffuerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de causa a Martiale puluis ille *ἀφῆ* uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, *ἀκονίτι* nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens.

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

lib. 1. epist.  
1.

Ex quo satis mirari nequeo Budaem, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, *ἀκονίτι*, id est, *ἀπὸ ἀγώνος*, seu sine certamine dictú esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lasitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lasitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctioes, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue referatis a balnei calore meatibus natua caliditas expiraret. quamquam

6. de tu.  
ual. c. ult.

Gymnastica C etiam

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D  
unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immodera-  
tum sudorem, ut scribit Plinius, post balneas ungebantur, de qui-  
bus Martialis.

*Quid quod olei grauius mixtum diapasmate uirus.*

li. 13. c. 2. &  
li. 21. ca. 19.  
lib. 1.

Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio : est  
tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius se ipsos fricassent, ma-  
nibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero. uicissim unctum,  
quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a feruis gymnasti-  
cis, atque reuñctoribus uocatis ungerentur : qui & ipsi prius ad ma-  
iorem unctiois penetrationem fricantes tandem uniuersum cor-  
pus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout  
temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias  
frigidum linimentum applicabant : atque haec omnia ut pluri- E  
mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci  
*κοῦσις πα* uocatum, quinta gymnasij pars, in quo positus puluis con-  
seruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regio-  
nibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam  
habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

*Namque Dicarchoe translatus puluis arenae,*

lib. 35. c. 15.

& Aegyptius, quæ Româ in hunc usum aduehi solitû refert Sueto-  
nius in Nerone, quemadmodû & Patrobiû Plinius tradit Neronis  
libertum ex Nilo arenâ tenuissimam non multû a Puteolano pul-  
uere distantem ad debellanda corpora palæstra e studijs aduexisse,  
eandemq. a Leonato Cratere, & Meleagro Alexandri Magni duci  
bus cû reliquis militaribus cõmercijs portatâ. cui forsân haud abfi-  
milis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugná describens loquitur. F

*Inquies uicem fulvae tractu flauescit arenae.*

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palæstritarum exercita-  
tiones iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab il-  
lo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum in-  
seruiebat. ἀφήν namq. tactum significare, nemo nescit.

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



ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in  
palæstra graecorum a Vitruuio descriptae inueniun-  
tur, Philosphorum exedras, Ephebaeum, Apodite-  
rium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc  
ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, par-  
tum

A tim ab ipfomet explicatas profequemur. Erat itaque fexta pars locus quidam palaeſtra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) curſu, luſtando, haſta, diſco, pugilatu, pila, ſaliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs, & ubi ſcribit Galenus has exercitationes peragi ſolitas luſtam, pugilatum, appenſionem manibus ad funera ſtare pedibus & manibus in pugnum uinctis, eaſq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita perſiſtere, quod genus halteres uocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno uero aſſentiens Oribafius 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 uide-  
 B poribus idoneu, quo pacto locutus eſt Cicero in Epift. tertij lib. ad Q. F. prima, & 2. de legibus, dum uillam ſuam Arpinatem deſcribens palaeſtram ibi nominat, nec non Virgilius quinto Aeneidos.

*Pars in gramineu exercet membra palaeſtris,*

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Ecceum a ſua palaeſtra exit foras. Tertio certam gymnaſij partem, in qua ex ſententia Plauti, Galeni, & Oribafij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum ſordes collectas in panno applicatas ſurunculos maturare ſcripſerunt Plinius, & Theodorus Priſcianus. in qua ſignificatione accepſiſſe Catullum puto, ubi dixit

*Albero ſoro, palaeſtra, ſtadio, & gymnafis?*

*Mifer ah miſer.* & Afranius ſcribens,

*Etiā depellis mihi manum per palaeſtricos, id eſt,*  
 C Palaeſtrae uſum (ut ait Nonius) callentes.

Quo. laudem a palaeſtrae muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmenta quaedam a puluere, & luſtantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae uſus ſeruari, abunde te ſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quae ſtrigmenta quandoq. a ludorum magiſtratibus octingentis ſextertijs uendita fuiſſe tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palaeſtrarū interdum palaeſtram uocari, ſicuti quandoq. M. Tullius pro palaeſtrae actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uiſus eſt auctoritate Lucilij, cuius hic uerſus legitur apud Porphyri-  
 Prob. 4 onem, *Iudicis Hortenſi eſt ad eam rem nata palaeſtra.* nec non Plato in Charmide pro Taurei palaeſtrae locum ſignificauit ubi uiri docti ad colloquendum diſputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in ſecundo ſympos. palaeſtram uocatum ſcribit locum,

C ij ubi

In Bacchi-  
 dibus.  
 2. de tu ua-  
 ler. ca. 9.

6. collee. c.

14. Beredi-

thim.

li. 1. ca. 36.

li. 5. de ſim.

med.

lib. 1. de le-

gibus.

lib. de cla-

ris Orat.

lib. nat. hi-

ſto. 27. c. 4



ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratium **D** non cursus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque palaestram nuncupavit, ubi athletae solum, & crasitu dini corporis studentes exercerentur: Forfan autem dubitavit aliquis an in palaestra hac pulvis stratus esset, quoniam Galenus ipsam a loco, ubi pulvis erat, separasse uidetur hisce uerbis: *ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίνεσθαι καὶ ὅτι οὐκ ἔστιν ἀπὸ τοῦ ὀρθῶν ἐσώτων. ὅσα δὲ παλαιότεροι εἰς ἀλλήλους ὀρώσιν ἀσκούντες τὸν τόνον, ἢ τοὶ κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δέεται:* id est: Sed & haec absque palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita responsum uolo, etiam in palaestra fuisse stratum puluerem, sed humile, **E** ac modicum, ita quod 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 contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiā ut qui in terra deiecebantur, minus laederentur: At altus pulvis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac uia ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconciato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se contulisse: quod ex ijs esset, qui **F** illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristrium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cūcta pileae exercitia, quae plurima existisse infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasij tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasij hortusae Sphaeristrium una cum alijs constructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorum Pliniam, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utriusque sphaeristrium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

2. de tu.  
ual. cap. 9.

55  
55  
55

Hbr. II. de  
usu partif.  
& li. 8 cau  
fis proca  
tariis.

lib. 2. c. 4.

**A** circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quintus hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Ra-uennae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeristrium & hypocausta & quaedam ipsius ualitudini apta sua impensa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in sphaeristrio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quâdo & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. 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 nudaae, nec non tota per istius area quae & ad subministrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad spatium, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in alto puluere, nec in xystris alijus locis fieri possent. Has locum conculatam paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor i tauocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes & aequato tantum solo forent. In his cursum factum existimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tamen si apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quam perysiliorum quadratorum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & disci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sententia) interdum habebantur. Non a pars erant xystris, & xystra, nam utraque apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent, si quidem xystris hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemem & aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xystra autem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porticu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambulant; atque has *ἄειδρομίδας* a Graecis nominatas scribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudaae, aliae platanis alijusue arboribus constitae ad praestandum amoenitatem, atque illis, qui a sole offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit: De istis quoque Plinius secundus sermonem habuit quando in depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystris toties decantat. Nec alium locum intellexit Ischomachus apud Xenophontem, quando ambulationem in xystris factam nominauit, sicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem facit ambulationem in uis, quam in cursibus sub hisce uerbis: *Τὸ δὲ σὺ καὶ ἐμὰ ἑταίρω περὶ θόμνος ἄκουμένῳ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι*

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

” ” ” ” ”

lib. 12.

Loco citato in Oecon.

” ”

μαί τις ἀπειράτος. φησὶ γὰρ ἀνοκώτερος τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, **D** id est, Tuo autem, & meo socio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem lasitudinem ijs, quae fiunt in curribus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eadem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: ἀπειράτη μοι ἐν τοῖς τῶ εὐρύς ἀπειράτοις, hoc est, ambulanti mihi in xyfti ambulationibus, quod eius interpretis haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyfta Graecorum.

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



**D**ECIMA gymnasiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque sanitatem omnium maxime aestimatam fuisse certum est, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem existisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usque ad Asclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut scribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accomode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbifimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Seneca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus resplisissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlito praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argentea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gemmas calcare uellent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptum qui lectitanti, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Ut autem de gymnasioru balneis paul

3. com. de uic. acut.

Epist. 87.

lib. 6. lib. 1. sil.

**A**lo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iā Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primā horum commētariorum editionē uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae uasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauaretur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquā dulcē uel pluuiā collectā, uel ab aquae ductibus, aut flumimibus, aut aliunde corruatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepe numero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualitudinarij utebatur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus, nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nō

**B** contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Sueronio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperio, frigidam lauationem siue λέρπον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inferuiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasarium. Haec omnia loca cōcamerata & fornicū modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarū reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenferi, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lautio, siue λέρπον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriū a Plinio iuniorē uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quādo similis lautio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequiebantur siue ob ualitudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quē rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauasse scribit Lampridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalū numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croco, alij sive pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conuenire. non desuerunt qui in hac parte piscinā pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist.  
ad. Q. Fra.  
epist. 11.

posita fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parū distabat, adeo quod loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephēbaeū, frigidam lauationem, & reliqua loca transire necessum fuisset: tum quia probabile est in Ephēbaeo homines saepius inueniri consuefse, a quibus loturos haud quaque nudos conspici honestum erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quam ruri apodyterium quoque, fuisse balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasterium E. temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidarium ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerās quattuor statuit, calidarium, calidam lauationem, quam λῆτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quifquā hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliā λῆτρον uocent, quandoquidem non est rationi dissentaneū, utraq. eo nomine designatas esse, cū in ambabus homines lauarentur. Frigidario adnexum tepidariū duobus hominum generibus inferuiebat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriusq. ob uoluptatē, siue ualitudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursus a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrent, aliterue 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 Arpina tem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū, siue calidam, astatue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniuncta

2. d re ruf.  
in pro. 4.  
epist. lib.  
3 d tu. ual.  
10. col. c. 6.

lib. 3 epist.  
ad Q. F. p.  
prim.

**A**cta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, et si is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cōtra sui temporis mores: scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore situm quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait.

Li. 5. c. 14.  
lib. 2. c. 16.

li. 3. ad Q.  
F. epist. 1.  
In pro.  
li. de reru  
litic.

**B**

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

li. r. ad Val  
lam.

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

lib. 5. c. 10.

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

Lib. 6.

**C**Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristurio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniā mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludū pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristurio fieri cōsueuissē tradit Plinius, exerceret: fuisset namq. (ut est in pro uerbio) camino oleū addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidisimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituantur. quidquid dixerint alij:

v. Epist. li.

*Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem.*

nam taxat quendam, quod in Laconici folio copiose exspuēdo efficeret, quod minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauantur, calidae lauationis a Vitruuio, &

x. Meib. a Galeno *ἀστρόρον* nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D Galenum viij. de composit. medicam. fec. loc. uocasse *ῥετόν*. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquā est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Balneis gymnasiōrū construendis nullam tepidarij mentionem faciat, curus, dum priuatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus. quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatiōne tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lauatiōnem complecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non habere<sup>E</sup> rent. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, *ἀλειψήριον* apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiōrum partes adnumerauerit, nisi uelimus penes Antiquos *βαλανεῖον* significasse totum gymnasiū ipsum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerūt & innumera fere priuatorū balnea, quae & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inferuierent, primo hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauatiōni, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tū aquam, tum praedicta loca ignis succēdebat, & ne exstingueretur<sup>F</sup> a seruis fornicatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis fire<sup>F</sup> quenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarū apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldiorum ita sternendum 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 Statius in descriptione balneorum Etrusci.

lib. j. stl.

*Crepantis*

*Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat*

*Aedibus, & tennem uoluunt hypocausta uaporem.*

Vnde cuius manifestum esse potest, in quam graui errore uersentur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca epist. xci. tempestate sua inuentos esse parietibus

Abus impresos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero calorem inmitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iuriconsultis memoriae mandatum est, & ab Aufonio 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 exspirante uaporem.*

Horum autem tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedam erat propnigeum, quasi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continendam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fistulas corriuandam. Non longe ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa conseruabantur balnearum seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balnearum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balnearum domos ad octauam horam uersas construxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, sub quo labrum exstruebatur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quae superius capiebatur, obscurare poterant. De aeris porro intra balneum existentis statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauisimis scriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat *Huc Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.*

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epist. 87. lib. 8. iym. prob. 9.

Quales

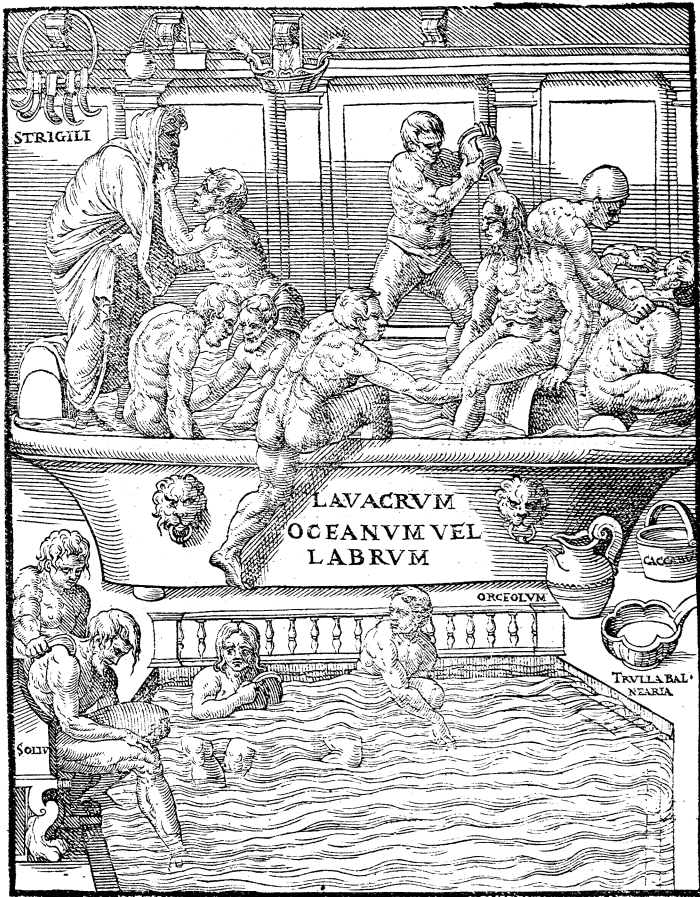


Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quinto.

*Si temperari balneum cupis feruens  
Fauftinae, quod uix Iulianus intraret,  
Roga, lauetur, Rhetorem Sabincum,  
Neronianas is refrigerat thermas.*

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchum floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro comperto habeo: etsi Seneca testatur apud ueteres hoc quoque nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balnearum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetudinem abiisse, ut balnea tunc similia incendio forent. Vasa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimum fierent, attamen in publicis quoque, sed ob priuatorum forsā usus, exstuisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt, alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia oualem, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerum antiquarum monumentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.

PRIMVS 45



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.

Lib. 7.

Lib. 9.

*Non silice duro, struētili, ue caemento  
 Nec latere cocto, quo Semiramis longam  
 Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,  
 Sed strage nemorum, pineaq. compage  
 Ut nauigare Tucca balneo possit.*

Tongillum quēdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, cre-  
 diderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

*Exitus hic est*

Sat. 6.

*Tongilli magno cum Rhinocerate lauari,  
 Qui solet, & uexat lutulenta balnea turba.*

E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo  
 sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta no-  
 tari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis lo-  
 quor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetu-  
 dinariorum lauacionibus sermonem haberi nō postulat locus) Pri-  
 mam balnearum institutionem semper fuisse existimaui, ut quoti-  
 dianas fordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui sin-  
 gulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum  
 pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus; aut sal-  
 tem in frequens esset, magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a pul-  
 uere, & omni alia illuue conspurcabantur, atq. inde uel saltem ter,  
 quaterue in mēse, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singu-  
 lo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F  
 nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus  
 conspurcabantur, ad eluendas fordes 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 fordes 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 demonstabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore  
 maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem  
 usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccata, &

Libro 1. de  
 re milit.

**A** ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentēs corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de causa interijisse, ex relationibus eorū, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam quī inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non inuis ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur.

In libro de tu. ualet.

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

**B** Summatim ob quattuor causas balnea in usu extitisse scribit Clemens Alexandrinus: ἡ καθαριότητος ἐνικα, ἡ ἀλείας, ἡ ὑγείας, ἡ τὸ τελευτᾶσθαι ἠδὲ ὀνή; siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθροπωγυαφεία uocantur. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque saepe post calidas balneas ea adhibebatur, quae usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massiliensis, damnato calidorum balnearum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atque in lacus aegros mergebat. qua de re exstat Senecae ad stipulationem, sese psychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium) ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati 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 decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.

Lib. 3. pag. dag. c. 9.

li. xxvij. cap. 4. li. x. olle. cap. 7.

Sat. 2.

*Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur.*

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

*Dum tu quadrante lauatum  
Rex ibis & Iuuenalis.*

Sat. 5.

*Caedere Siluano porcum quadrante lauari.*

Queritur

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

*Quadrantes.* Quod forsā uel ob diu-  
turniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs  
contingere 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 lauabatur: sed praeceteris,  
phonaschos, cytharoados, praecones, tragoedos, comoe-  
dos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam,  
3. de comp. med. f. G. & asiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione  
curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in  
his de Menophilo ueribus significasse. **E**

Lib. 7. *Menophili penem tam grandis fibula uestit,  
Vt sit 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. **F**

In fine. 2. *Mnd è γυναικείω λούτροω χροα φαιδρύνεθαι.  
επε. & dic. ἀνέρα.* i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi &  
faeminarum lauaciones etiam antiquitas apud Graecos distinctas  
fuisse, & uiriseas ingredi ob salubritatem utitum apparet: quod  
praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac men-  
struis recrementis 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-  
stimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem  
saltem

**A** faltem loco etiam antiquitus lauiffe comprobatur, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem confirmare uidetur, cuius uerba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrumque sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstiterent, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsitan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurimum probatis simorum auctorum testimonijis comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit.

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

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

*Omnia femineis quare dilecta cateruis  
Balnea deuitat Blatara? &  
Cum te lucerna balneator exstincta  
Admittat inter bustuarias moechas.*

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

Gymnastica D non

lib. 10. c. 5.

lib. 5. c. 10.

Sat. 6.

Lib. 11.

lib. 5. in Ve  
rustiam.

lib. 3. ca. 5.

non paucò tempore cum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D  
 feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã  
 non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procaci-  
 tatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem  
 scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: si-  
 cut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua fustulif-  
 se, 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 pe-  
 stea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito re-  
 ceptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae mulie-  
 bres in feminarũ dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrip- E  
 pinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra,  
 & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandũ for-  
 san hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi  
 penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quoti-  
 die brachia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur.  
 Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus to-  
 to corpore lauari. Hora uero usque a tēporibus Homeri fere a plu-  
 ribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant  
 tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habi-  
 ta ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tem-  
 pore suo narrat, quem aetate antiquorum medicorum, cum rari  
 post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem  
 maior pars liberorum hominũ 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 innuisse Martialem eo uersu ui-  
 deri potest.

*Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?*

*Virgine uis sola lotus abire domum.*

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

Epist. 87.

Lib. de re-  
 sig. & spol.

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

lib. II. c. 3.

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

*Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora*

Lib. 5.

*T e sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi* Hoc certum

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

*Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,* &

Lib. 4.

*Octauam poteris seruare, lauabimur una.*

Lib. 11.

**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 Atticu- cum, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, post horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit, unctus est, ac- cubuit, *ἐμετικὴν* agebat, itaque & edit, & bibit *ἀδύωτος*, & 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 *ἀδύωτος*. i. sine timore, & iucunde ederat, biberatque, ut (quod

Lib. 13. Ep. ultima -

”

”

”

”

”

”

”

**C** erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (*ἐμετικὴν* agebat) intelligi iudicio meo debet: quod ficuti *διαιτητικὴ* a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & *κυνωτικὴ*, quae ad exina- nitiones pertinet; haud secius *ἐμετικὴ*, est illa *ἀγογὴ*, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasijs, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Pru- sienfis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam glo- riam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat, breui compa-

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

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



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

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



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

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

ἐς δ' ἄλλθον μῆνης ἦρες ἀγῆνορες, οἱ μὲν ἔπειτα  
ἐξείης ἐζόντο, καὶ κλισμῆς ἐτρόνευε:

1. Odyss.

id est,

*At Proci ingressi sunt, qui mox inde superbi  
Ordine sederunt scamnis, Et ordine thronis*

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

ἐς πρῶθρόνευε ἐζόντο παρ' Ἀτρείδην Μενέλαον:

id est,

*Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,*

si que tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim balneorum usu, una quoque huiuscemodi accubitus incrementum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando scilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Isidorus ex Varione testati sunt, accumbebant, nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus ἐπὶ τῶ ἀντὶ ἰματίῳ accubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum in Gymnastica

stitutionem tradens Iunioribus præcepit, ne tragœdias, aut iambos audirent, priusquam in commestrationibus cum alijs discumbere (κατακλισεις uoce utitur) ualere: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni, atque etiam Constantini Imperatoris tempora, cum in frequentissimo usu balnea essent, ne dum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

*Ergo ubi contigerint positi tibi mæra Bacchi,  
Atque eris in socij femina parte thori. &  
Cum premet ille torum, uultu comes ipsa modesto  
Ibis, ut accumbas.*

1. de arte  
amandi.

lib. 1. amo  
rum.  
Eleg. 4.  
lib. 1. ca. 2.

& sicuti Valerius idem de aetate sua scribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerso situ mulieres a uiris accumbentes cenasse rationi consentaneum est: non solum, quod honestatis, atque dignitatis utriusque ratio ita postulasse uidetur, sed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraesentantur, illae certe figura quadam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasique sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conspiciuntur. At quo pacto uiri accumbent, opera precium me facturum auguror, si postquam locus inuit, breuiter explicuero. Viros enim scribit Plutarchus, in principio cenae cubito sinistro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεις) mensam, ut plurimum tetigisse: quo sola dextera manu illam circumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertisse. *ὡς ἐπιπέδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν ἢ χάρας ἀπομένους.* id est, non secundum latitudinem, sed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus (ut magis suspicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias causas, ob quas ueteres in principio cenae artius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc ἐπὶ τῶν δώρων καὶ τὰ πλάτη τῶ σώματος disponebantur: fatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant, dum autem multa loqui uolebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuena-

5. Symp.  
Prob. 6.

Nam

A

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

Saty. 4.

faturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuiarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuus trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponendas curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis communicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumque pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsitan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsque grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absque marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitus uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paulo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum mensis differuit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret propofita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuiarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit.

i. de symp.  
probl. 3.

lib. 1.  
Sat. 4.

*Saepe tribus lectis uideus coenare quaternos  
E quibus unus auct, quatuor aspergere cunctos  
Praeter eum, qui praebet aquam.*

D

5. Symp. 5.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos consueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum leges exstitisse quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuium, nonem conuicium, attestatur. Quirrimo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim solemnibus conuiuiis primum accubuisse, ita ut prioribus faeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuias discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum copia conueniret, nequaquam accubentium numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnufiano lapide colligitur; quo uel epulum publicum, uel nuptialem coenam repraesentari non est dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero quam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsitan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarum testimonia conuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostendunt, quemq. cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & ab eo mordendo abstinuisse uerisimile sit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenatis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnufiani triclinij figura, secus quam pictores antiqua reru ignari faciant, sine labore conijcitur: quemadmodum nec arduum est percipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

lib. 5.

*Omnia cum retro pueris obsonia tradas*

*Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?*

lib. 2.  
Satyr. 8.

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. 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, atq. dapes simul conspurcarent, & conuiuias, solita in triclinijs suspensis, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

In-

**A** *Interea suspensa graues aulae ruinas  
In patinam fecere, trabentia pulueris atrii  
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.*

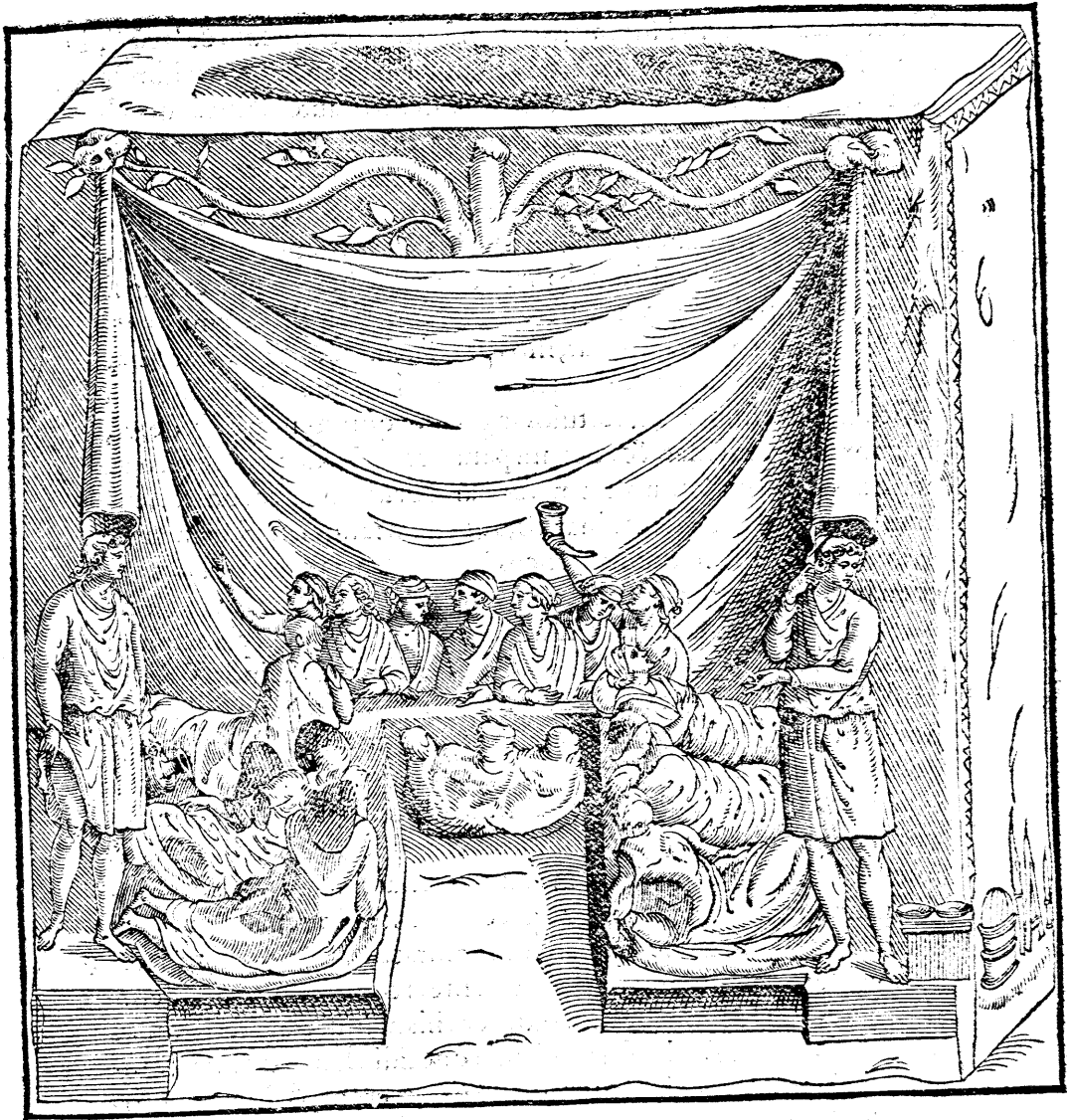
quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentoriis fericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, nimirum priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, lanceis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatu, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibus sur-

**B** sum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant.

Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeq. *κεράσαι*, id est temperare uinu aqua *ὄρνυ τῶν κεράτων* id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibi ipsi mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rharnusianum esse uetustissimum, in quo & aulae, & conuiuarum cinctae lanceis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum aliis instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae aliis, in antiquitate explieanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam **C** monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosus, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnoso-  
phittoa. II





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



Nunc itaq. ad id quod supra proposuerā rediens dico, cum & lauādi, **D**  
& accūbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, uerisimile  
fieri, alterum eorū ab altero ortum duxisse: non autē est dicēdum ab  
accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortum duxisse: igitur re-  
manet ut accubitus a balneis principium habuerit. Secūda ratio est,  
quod ueteres usq. ab Homeri temporib. statim post balnea coenita-  
bant, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur,  
mensas prope locum ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si  
cōmoditatis, uoluptatis, ac ualitudinis rationes consideremus, ual-  
de rationi consentaneum erat, illos praesertim, quibus priuata erāt  
domi balnea, iam lotos, & deterfos, ne noxā ullam incurrerent, sed  
lasiitudinem effugerent, lectulos ingredi, a quibus non discederēt,  
sed mox prope mensas, & coenam parari curarēt, sicq. comederent,  
perinde ac tempestate nostra maior pars eorum medicorum facien- **E**  
dum iubet, qui aut ualitudinarios, aut etiam sanos lauari mandant,  
nam *χλίσμοι* illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dū  
coenāt, haud multum lectulis accubitoris dissimiles erant, ut hinc  
quoque coniecere ualeamus, tunc accubendi morem principium  
quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis  
paullatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius  
hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quando nonnullos uino nimīū  
deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicam-  
que induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum ac-  
currerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem,  
commoditatemue ullam aliam, aut honestatem ita accumbere in-  
choarint, quando si sedentes, atq. accumbentes in cenādo inuicem  
comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, **F**  
ac honestate utuntur, quam accumbentes: coniiendum uidetur  
aliqua alia iusta ratione consuetudinem illam inuectam fuisse, quae  
opinionem meam, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotio-  
ne ne offenderentur, lasiitudinemue incurrerent, & humectatio-  
ne balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atque ibi uel la-  
terna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur,  
mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi  
consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae,  
& lecti simul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, si  
quis coenans non accubuisset, ut Martialis significauit, ubi Syri-  
scum damnat, quod in popinis sellularijs non accumbens coenaret.  
Quod si quis sententiae nostrae id refragari uelit, quod uerisimi-  
le nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-  
uatis,

Auatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauiffe, quando praefertim, ex Plauto, Terentio, & ex lapidibus Romanis scitur accubitoris foccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse; & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuersos existisse. Huic primum respondeo, minime mihi plene constare, quod omnes in discriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domibus balneas habebant, quando Horatio priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

*In seipsum sibi nuper a patrono  
Plenum Maxime centies Syrisco.  
In Sellularis uagus popinis  
Circa balnea quattuor peregit.  
O quanta est gula centies comesse.  
Quanto maior adhuc nec accubare?*

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiujs, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius se lauiffe, ne sordibus in die necessitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbaret, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos. Adde huic nequaquam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinem uitandam post modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, aliusue in id paratis uestibus induti cenarent, atque

quæ inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accumbendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habentes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in qua re non secus contigit, ac euenisse conspicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uoluptatem, aliosque usus tractatae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres in cõuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquisset, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerant; ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, unguenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusq. contexas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. restantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arri-derent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibus, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romæ aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiã multa, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibus implendi cõsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cū ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitusq. apparatus consideremus, magna temporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia ommittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere,

lib. II de re  
rust. c. I.

3. Symp.  
Prob. I.  
6. de simp.  
cap. de anc  
tho.  
2. Paeda.  
cap. 8.

li. 7. ca. 16.

6. de ra. ua.

**A**gere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se la-  
uandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempore suf-  
ficere ualeret, quando alij simili de causa, panem, uinum, oliuas,  
aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed  
etiam Horatius, ubi de se scribit.

*Pransus non auide, quantum inerpellet inani  
Ventre diem durare.*

Quod poro uespertinam horam cenae dedicarint, in causa fuisse  
praecipue uitae commoditatem existimo, siquidem difficile fuisset  
post exercitationes, balnea, & cibum, agendis rebus operam nauare,  
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 interdum, cibi conficiuntur, tuncq; perspicuum est plus  
edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, &  
cenae antiquorum origine mihi *ωαπερ ως* dicenda uolui.

*De Auctoribus Gymnasticar, & gymnastiarum  
ministris. Cap. XII.*



Vemadmodum ceterae artes proprios auctores habue-  
runt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis  
mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam ca-  
ruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint,  
& ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plu-  
rimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quan-  
do quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Ga-  
lenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus.  
Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Phi-  
lotimi, Erasistrati, Herophili, & Aesclepiadis de hac re scripta, a  
Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclearissi-  
ma commentaria nisi hodie desiderarentur, forsitan haec ars, quae iam  
dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splen-  
doris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi  
assumeremus: praeterea Theonis de hac eadem libros, Diotimi  
gymnastiae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto cele-  
brata commentaria: quibus dum nos carere considero, non ma-  
gnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta  
opera



**A** non solum ipse luctaretur, uerum etiam palaestrae curam haberet. Agonistarcham uero eum fuisse puto, qui certaminum publicorum praefectus esset, quia & in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uerusta inscriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO

SACRVM

M. AVRELIVS. M. AVG

LIB. APOLLONIVS

**B** AGONISTARCHA.COM

MODIANVS.

Post hos aderat Gymnastes, quem Galenus secundo de tu. ual. uo luit magistrum omnium exercitationum existisse, qui eorum uires, ac potentias ad sanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae 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 uendat, non esse redhibendum uult, quasi uterque languentes sanis digno scere scire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Pro-gymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referete Galeno, Cuocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicu medicum In lib. 22 Thrac. qui primus gymnasticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: *ἐπι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῆ ἕσθῃ.* Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae existenti inieruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. *Ἀλείπην* quoque ab Aristotele 2. Ethic. capit. 6. a lib. 3. c. 47 lib. 1. c. 1. Paulo Aegineta *ἰατροαλείπην*, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: si quidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alijs egerere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam Cicero in epistola quadam ad Lentulum, in qua haec scripta reperiuntur: Sed uellem non solum salutis meae, quemadmodum me- ,, dici,

dici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo-  
 luissent. Ex quo Clemens Alexandrinus vi. Strom. dixit, sanitatē  
 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, & Coelum Aurelianum saepius uide  
 re est. quo in casu Hippocratem ἐλαίῳτιν potius dicere uoluisse,  
 notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat  
 Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uide  
 retur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gym-  
 nastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assi-  
 milat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti mi-  
 les nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coqus  
 eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter me-  
 dici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitatio-  
 num omniū facultates ignorabat, gymnastaeque praecepta solum  
 faciebat, utpote qui & usum, & differentias, & modum exercita-  
 tionum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenu-  
 mero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epi-  
 leptico, ubi dixit, difficile fuisse prudentem paedotribam inueni-  
 re. Hanc gymnastae, & paedotribae differentiam Aristoteles quo-  
 que philosophus cognouisse uidetur, dum 8. Politicorum conclu-  
 dit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore:  
 quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera  
 operationes, & quarto Politic. loco antea citato dicit: *μηδ' ἐν ἡρώτων*  
*τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμνασμοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην*  
*ἑστίν τὴν δύναμιν.* Gymnastes itaque erat praefectus exercitationū,  
 paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori propor-  
 tione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidem,  
 minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, in-  
 telligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sa-  
 nitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud  
 Homerum non existere narrat Galenus: quod, ut antea declarauim-  
 us, femina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebāt,  
 neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex,  
 & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebāt,  
 institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, om-  
 nem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen,  
 quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant serui fri-  
 candis corporibus destinati, qui ad praescriptum gymnastae, aut  
 paedo-

In lib. ad  
Tharif.

Cap. 3.

2. de tu.  
ual.

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum lin-  
 teis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, ua-  
 rio, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos  
 erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora lib. 1. c. 45.  
 iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint,  
 a Paulo Aegineta *ιατρολειπτας* uocatos: sed decepti sunt, cum  
 alium fuisse ab his *ιατρολειπτην* ostenderimus. Mediaetini 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 Mediaetinorum fit mentio.

D I S. M A N I B V S. S.

B  
 T I T O. F L A V I O. O L E N O  
 S E R V O. E T. P R O C V R A T  
 B A L N E I. T. F L A V I A V G  
 V C T. M E D I A S T I N O  
 V I X. A N N. X C. M E N  
 V I I D. V I I I I.  
 T. F L A V I V S. T. L  
 P O L Y M N E S T V S  
 M E D I A S T I N V S  
 A V G. N. F A C. C V R

Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, mo-  
 do purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cu  
 linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus  
 corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare.  
 Aderant pilieropi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis bal-  
 neorum exstingueretur. quid quid alij dicant, qui pro pilicrepis lu-  
 fores pilae, utpote obstreptentes, intelligendos putant, male senten-  
 tias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpre-  
 rantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus cor-  
 poris partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, Epist. 57.  
 ut docti uiri censuerunt, pedierepos, & alipedos apud Senecam le-  
 gere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent,  
 & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita  
 ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorum tamen  
 sententiam non probo, quod Iuuenalis certo testatum faciat, suis  
 se



se in thermis, qui ab alis pilos auclerent, ubi seruos suos describens, **D**  
 Perfico ait:

Sat. 11.

*Nec pugillares deseri in balnea raucus*

Lib. 14. ca.  
20. lib. 29.  
cap. 1.

*Testiculos, nec uellendas iam praebuit alas.*

Atque hos modo uollellis ad id obeundum usos esse: nunc refina,  
 (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum ho-  
 norem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quan-  
 do narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedae-  
 monas censors, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne  
 in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur.  
 Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornaca-  
 tores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant, praeterea gym-  
 nasij uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uerfa-  
 bantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos **E**  
 adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rho-  
 diginus, liba uendentes, botularij, crustularij, &, quoniam inter  
 exercendum saepe uulnera, contusiones, contorfiones, luxationes,  
 multaque alia fieri solent, ob id gymnasia in medicos similiter ha-  
 buisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi,  
 atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in lu-  
 dis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Ro-  
 mae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones,  
 quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur  
 mentio.

DIS. MANIBVS

M. CALPVRNIO. M. F. MEN

VOSENNIO

VIX. ANN. XXX. M. IIX

M. CALPVRNIVS. M. F. MEN

HILARIVS. MEDICVS

LVDI. MAGNI

FRATRI. PISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI

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

CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS

LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. FORVM

Qui

**A** Qui autem essent Iudi Matutini, & Magni, ita proclitum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandiam, 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 perfectum 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. Idos, qui aduersus bestias certabant, bestiariorum gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo causam; quia maior pars spectatorum conuehebant ad uidentia hominum, quam bestiarum certamina uti iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidij delectationem sine affectu. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasarcham loci principem, xylsarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus uendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristicus, fucator, reuictor, & mediastinus, pillicepus, alipilus, lanitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis facta sunt.

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



VACVQVE artem, aut rem aliquam sibi exacte tractandam proponit, opera pretium est, ut non modicum illius naturam, atque singulas conditiones, explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similibus naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita diuisguant, 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 sunt gymnasticae circa eadem fere uersantes; necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime inter nosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus

Gymnastica

E gy-

gymnasticæ totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut D Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam : hæc omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulæ institutæ sunt, magnopere, sicut etiã supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinæ pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarû ope, & sanitatem acquirant tueanturq; & bonum habitum adipiscantur; *ὁμολογῶ* (dicebat Plato) *μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια* in lib. de Philos. *γυμνάσια τὴν ἐπιξίαν ἐμποιοῦν τοῖς ἀνθρώποις*, id est, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inferere. Hoc ita esse quoniam Galenus tû in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualitudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc speciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam, transibor, cuius unû studiû erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim hæc quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat præter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequendam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticæ partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi sæpe profectus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quæ athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones effectos laboribus adolēcentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quæ mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

**A** Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legimus cele-  
brat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bene habitum 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 militaris libris lu-  
culenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi  
ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Prae-  
ter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno  
nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Mi-  
lo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheo-  
rolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere solitum scri-  
psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri  
possent, operam nauabant, quam uel pluribus nominibus apud au-  
ctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱε-  
ραὶς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini  
alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos lu-  
dos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina  
in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina,  
uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumque exercitatores aliquando sa-  
crorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophon-  
tem in libro de dictis & factis Socratis: ὡσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγῶ-  
νων ἀθληταὶ βραδύως προωτιύσαντες ἀμελεῖσι τὸ ἀσθεῖος, id est,  
Quoadmodum gymnycorum 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 ex-  
ercitationis 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 ἄθλον, siue praemium erat, cui ope-  
ram nauabant, uel ἀπὸ τῆς ἀθλῆς id est a certamine, nisi potius (quod  
maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ 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 sere semper aliquid apponit, sicuti in. 3. de Repu.

Lib. ij.

In suas ad  
bo. ar

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit *κωϊώτερας δ' ἐτι-  
νος ἢν δ' ἐγὼ ἀσκησέως δέει τοῖς πολεμικοῖς ἄθληταις, ἐς γέ ὡς περ  
κύναις ἀγρόπινυς τὰ ἀνάγκη εἶναι*, id est, Elegantiore quadam exerci-  
tatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam ui-  
giles canes esse necessarium est. & rursū septimo de republi. τὸ δὲ  
δ' ἐννοῶ λέγων αἰμα, ἐκ ἀθλητῶν μόντοι πολέμους ἔσμεν τέρας ἀνα-  
κύνων ἐπαινεύεις ὄντας; id est, hoc autem interdicendum mihi in-  
mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus?  
Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato  
athletas appellat gymnasticæ bellicæ exercitatores, semper appo-  
nit, *παλειμικούς*, uel *πολέμους*, uel aliud, ut in fine septimi de legi-  
bus, *τοῖς παρ' ἡμῶν ἀθληταῖς*, non ob aliā rationē, nisi ut eos ab ath-  
letis ueris distinguat. Quare concludens dico, primæ, & secundæ  
gymnasticæ professores numquam proprie athletas uocari, sed E  
tantum professores tertiæ, quō nomine uere proprie palæstritas,  
pugiles pancratiastas ceteros, gratia præmij certantes, minus prop-  
rie uocatos fuisse confitear Galenus primo de alimentorum fa-  
cultatibus libro. qui palæstritæ, & reliqui, cum id solum propofit-  
um haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū  
totum diem, aut luctari, aut *παγεστιάζεν* cogebantur, iccirco  
cibo indigebant corrupti & euaporati difficili, cuiusmodi est ci-  
bus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletæ uescebantur, atque  
tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob  
præmium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod  
solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono ha-  
bitui corporis acquirendo, & sanitati tuendæ; uel militari fortit-  
tudini, & peritiæ acquirendæ intenderent, quos simpliciter gym F  
nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex  
quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter  
gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersan-  
tes communi nomine gymnasticæ uocatas, quarum medica om-  
nibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud me-  
dicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus;  
tertia omnium minime, nimirum, quæ, a prædictis degenerans,  
uitiosa appellata sit: quæ uero 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.

De uitioſa Gymnaſtica, ſive Athletica. Cap. XII.



OSTROYAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica ſimplici, quãtum ad praefens negotium ſpectabat, fatiſ diſeruimus, iam opportunum erit de athletica ſermonem habere. quẽ quoniam temporibus Galeni, atq. etiam ſuperioribus maximam auctõritatem ſibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longiſſima oratione, atque impuriſſimis contumelioſiſſimiſq. uerbis inſectaretur. quod quam ſapiẽter ſimul ac iuſte fecerit, ex hiſ quae de illius profeſſorum moribus aliſq. conditionibus dicturus ſum, facillime clarum futurum ſpero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor eſt gymnasticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuiſſe: ut tota haec ars

In ſuas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

duos parentes habuerit, qui tamenſi inſignes fuerint, atque artem illuſtre & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo poſtea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata eſt, ut uerius *κακοεργίας*, quam artis nomẽ ei conueniſſe dixerit Galenus, ſi quidem illius exercitatores dum ſpe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori in craſſando, roboriq. comparando nimium incumbebant, mentem etiam craſſam, ſenſuſq. omnes hebetes, torpidos, ac ſegnes reddebant. unde non immerito Plato athletas ſomnolentos, ſegnes, ignauos, defides, uertiginofos, tandemq. morboſos nuncupauit: Hippocratem medicum ſecutus, qui habitus athletarũ ueluti periculoſos, maximſq. aegritudinibus obnoxios ubiq. deteſtatus eſt, ſicut & Plutarchus eos ſaxis atq.

In lib. ad Thrac

Tertio de repub. 1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Gymnaſtorum columnis ſimiles effecit, alias item confeſſus quod Graecis nihil aliud molliem, atq. ſeruitutem inuexerit, niſi haec gymnastica uitioſa, cuius opera torpentes atque relanguelcentes ab armis delapſi ſunt, contenti pro ſtrenuis, atq. fortibus militibus ſeipſos bonos palaeftritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita eſſe nemo ſane dubitabit, ſi totam eius naturam breuiſſima oratione ab Ariſtotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ libro de Agoniſtica (ſic etiã athleticam appellatã ſuperius diximus) haec ſcripta reliquit: *ἀγωνιστικὴ δὲ σώματις ἀρετὴ σύγκριται ἐκ μεγέθους ἢ ἰσχύος ἢ ταχύος, ἢ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρὸς ἐς τὸ γὰρ δὲ ἄνα μὲνος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτεν πῶς, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πρόβω, δρομικὸς. ὁ δὲ βλεπει, καὶ κατέχευ, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ᾤσαι τῆ πλῆγῆ, πυγμακὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τέτοις, παγματιατικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τέτοις πένταθλος.* id eſt, Agoniſtica autem corporis uirtus ex magnitudi-

Cap. 5.

33

33

33

33

ne, & robore, & celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui enim quodammodo crura proicere, & uelociter, ac longe mouere potest, cursor; qui uero comprimere, & cōtinere luctator; qui percussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiaestes, qui uero omnibus his, quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarū omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse, ut corporis magnitudinem, robur, atque celeritatem compararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq. potiri ualere. id quod licet pluribus certaminum generibus contenderent, quinque tamen praecipua erant, in quibus uel semper, uel plerumq. tā in sacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris, & publicis spectaculis, sed praesertim in stadio, quod fere solis athletis proprie destinatum erat, certabant, lucta, pugilatus, cursus, saltus, & discus. unde luctatores, pugiles, cursores, saltatores, discoboli nuncupabatur, qui separatim in singulis pollerent, sicuti Pancratiaesta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in cunctis quinque, pēthalus, & uocabulo Romano quinquertio uocabatur. et si Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas significare scribat Festus, apud quem etiam perihodon uicisse dicitur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine a circuitu eorum spectaculorum accepto. Erant postmodum Halteres, iacula, atque nonnulla alia, quorum quoque certamina athletae obibant, at in publicis ludorum, & sacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebatur, una excepta monomachia, quā Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consueuisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse scia, quod M. Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist. i. his uerbis, Nā quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempseris? De ijs in Digestorum libro 9. t. l. Aquilia ab Ulpiano scriptum reperio: Si in colluctatione uel in pancratio, uel pugiles dum inter se exercetur alium occiderit, cessat Aquilia, quia gloriae causa & uirtutis, non iniuria, uidetur damnum datum. unde patere arbitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione habitam. cuius ea erat ratio, quod homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficere solēt, a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis ceterisq. spectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit: quando athletis ludos ingrediētibus ut refert Plinius omnes assurgebant, etiam senatus, ijq. fenatui

3. de art. 23

lib. 16. c. 4.

A tui proxime sedebant, necnō cum patribus, auis paternis a quibus-  
uis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inue-  
hebantur. Ne dicam, quod Eusebius in v. de Praeparatione euan-  
gelica multo sermone damnat ueteres, scilicet, eo superstitionis,  
atque insaniae interdum deuenisse, ut pugiles, atque athletas in  
Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus satis cla-  
rum esse potest, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuisse,  
& propterea non temere illam Galenum infectatum esse, dum ani-  
mano generi accederet, si quidem non modo cuncta animi, uerum  
etiam corporis bonā ita corrupiebantur, ut nihil inueniri posset,  
quod maius hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam  
undiq. ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripi

B des quoque elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

Gal. in sua.  
ad. bo., ar.

Κακίῳ γὰρ ὄντων μυσίων καὶ ἑλλὰδα,  
Οὐδὲν κακίον ἐστὶν ἀθλητῶν γένος,  
Οἱ πρώτον οἰκείν' εἰς μανθάνεσθαι εἶναι,  
Οὐτ' ἀδύναντο, πῶς γὰρ ὄσ' εἰς αἰὲρ  
Γνάθω τε δέλος, γηδύος θ' ἠτήμενος,  
Κτήσασθαι ἀδελφῶν εἰς ὑπεκτροφὴν πατέρας,  
Οὐδ' αὖ σέβασθαι, κέζυπτεσθαι τύχαις.  
Ἔθνη γὰρ ἀνδρες ἐκ ἐθιδόντες καλῶς,  
Σκλυρώς μεταλλάσσειν εἰς ἀμείνονα.

id est, *Cum mala innumera per Graeciam serpant,*

*Nullum deterius Athletarum genere est,*

*Qui primum bene incolere haud discunt,*

*Neque possunt etiam, quo etenim modo*

*Quis quis est gula deditus, uentriq. indulget,*

*Diuitias parabit, ut alat familiam?*

*Neque item egeni esse, & fortunis inferuire*

*Sciunt: nam in malis diu uersati*

*Moribus, non facile mutantur in melius.*

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticæ statum pro-  
dat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem commē-  
tarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon  
Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius pra-  
uitate ad gymnasticam tandem desciiuit. Ne taceam Platonem, quē  
Seruius & Laetius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad  
philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia cer-  
tare, atq. uitam mille necis generibus exponere consueuisse non se

7. Aen. in vi  
ta Plat.



mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non eadem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerū, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donum, secundo plaufus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi aliud quid 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 existit.

*De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.*

**Q**UONIAM 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 illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in uno quoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs **F** bis athletas usos diuersis temporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uelci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendam exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurrameni Samio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carum genere semper illi uicitarunt, quoniam interdum caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quem

**A** quem Clitomachus Carthaginensis nouae academiae sectator praecclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athleticis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & 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 cum caseo sine fermento confectio, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Bianthes pugil *αδύβοπος* immodice uteretur, eos morbos incur-  
**B**rebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, <sup>4. d. re me. cap. 27.</sup> Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsitan quod crederent ab eo nutrimentum solidum 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 secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athleticis 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; atque hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles 4. de gen-  
<sup>cap. 3.</sup> animalium dixerit, saepenumero athleticis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aequae in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athleticè, modo *βίον τροφικόν*, modo *ἀναρχοφάγιστον* uocauit, quasi plus, quam ferre possent, edere cogentur: qua etiam uoce uicitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus non aequae mane, ac uespere cibos <sup>7. meth.</sup> ualidissimos accipere consueuisse, sed dumtaxat in cena, non mo-  
do

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quam somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum eisdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatem profusus effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium *τέλειον*, siue *κράσιον* apud Galenū tertio de tuen. ualitud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cōtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret causam quaerens, qua medicriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarerentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo euenisse, quia Athletae profus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti me-  
 diocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad summum *ἰσος ἐπέεις* perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestum est e xyftis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas pla-

H. II. c. 55.

Prob. 4.

38 partic.  
prob. 5.In libro de  
morborū  
temporib.

Agas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptu sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuiffe athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commo-  
 dius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam le-  
 ui ex causa certatores omnes exandescant, quantopere uicti tri-  
 stentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, ex-  
 cruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sex-  
 tum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his erra-  
 rent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias san-  
 nitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in  
 illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenere m-  
 deratam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam  
 eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re  
 medica, uel mediocriter eruditus iudicantur. unde magnopere in  
 hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seiplos coitu in-  
 terdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis  
 copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus ath-  
 letae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum  
 Crifsonem, Iccum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit.  
 Galenus quoq. testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus,  
 qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex ueneris  
 uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes  
 pigrum, atque debile reddi, temperatae legem promulgasse, quae  
 adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decer-  
 tantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permetteret. Id  
 etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermo-  
 nem habens ita scriptum reliquit.

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

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenere frigida lau-  
 bant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regioni-  
 bus 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 immortalem accipiamus. Quam sententiam  
 fufius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle-  
 ta

Homilia  
 54.  
 Geograp-  
 lib. 5.

8. de legi-

6. de loc.  
 affect. in fi.

lib. 11.

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

tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando **D** uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commentario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletae uere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uenerisq. uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectum athleticum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, haec sufficienter, si unum addidero, quod Clemens Alexandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos obregendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur, introductam esse memoriae mandatum est.

In lib ad  
marryres.

li. 28. c. 6.

In suaf. ad  
bo. ar.  
In libr. ad  
Thraf.

In li 2. ad  
uersus Io-  
uinianum

3. li. paedagogi. c. 9.

*Explicit Liber Primus.*

# ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

*Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore  
& motu. Cap. 1.*



OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis explicauimus, consequens est, ut, ceteris non profus ommissis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem habere polliciti sumus.

Quoniam uero, dum gymnasticae definitionem in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumque uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uideatur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atque illarum unaquaeque singulatim explanetur. hoc etenim factum, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, uidebimus quae sit in obiectis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeque, uel ad parandum bonum habitum, uel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaque definiuit Galenus, secundo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi *γυμνάσιον, κίνησις, & πόνος*, siue exercitacionem, motum, atque laborem inter se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neque exerceri dicantur, exercitatio uero non fit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tamen si etiam aliquando communi quadam appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uocatum esse censet, quando is dixit, Labores cibum praecedant, & ubi fames, laborandum non est. ibi enim uocem hanc *πόνος*, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitacionem significare solet, pro exercitacione dumtaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sententia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, *γυμνάσιον* a Graecis appellata

6. Ethic.

li. 3. ca. 2.

6. de morb. uulg. cō. 4. r. 37.  
2. Aph. 16. In Oaoma itico. 2. d. r. 1. a. 1. lib. 3. cap. 2.

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

4. colle. c. 2.

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat *γυμνάσιον* appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis 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 doctissimus cū animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequēs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nō enim apposuit (uehemens) quod, ubi magnus, & frequēs 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 non complectitur, de quibus ad medicū tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quattuor causarum genera haudquaquam cōplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. causa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magni opere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum esse membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiētes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehēns, uoluntarius, cū anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparādi gratia factus. ita namq. definitio omnes causas comprehendit, atque soli definito cōuenit: uerum enim uero posset aliquis merito a me sciscitari, nūquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo q̄ 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 suscipiunt, quibus uero ali qua

**A**qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atq. hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & 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 exercitationem 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. locorũ ageretur, nihilo secius exercitationem uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocaret exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese habẽte, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμνασιν ἠδὲ παιδίας a pueris tẽpore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

*De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. 11.*



**R**ACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri, ex qua diuisione sese clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum, atq.



a. de leg.  
2. d. tu. ua.

atque praecipuum principium a natura acceptū sit, animantia bru-  
 ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem  
 illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agi-  
 tare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui ta-  
 meti in hoc brutis imbecilliores ad fruendū hac uita exeant, nihi-  
 lominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque  
 ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post mo-  
 dum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiūt  
 nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut  
 omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem se-  
 cundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato  
 duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam  
 ab ipso gymnasticae diuisionem in mediū proponemus, non quod  
 sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E  
 quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere con-  
 tingerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluri-  
 bus 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 us-  
 quam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi  
 non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, ex-  
 ercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uide-  
 tur. Plato igitur libro de legibus. vii. ubi demonstrasset sinistras ma-  
 nus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum appa-  
 rentem debilitatem potius consuetudini, exercitatiōique, quam  
 naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui  
 pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam ex-  
 ercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, du-  
 ctu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alte-  
 ram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit,  
 unam τὴν πάλαν, alteram τὴν ὀρχήσιν appellat: atque ὀρχήσιν al-  
 teram 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 gym-  
 nastica 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 pa-  
 rare, ualētudinēq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium  
 finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda  
 apuores

Aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiolorum, 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 a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque, id quod forsitan Galenus inuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptum reliquit: *ὁρχησιμότης καὶ*

B *πάλαισιμότης* solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam existere, neque ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. At tamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauiissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a se ipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, 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 ostendam. Nec quidquam sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui *ιατρικῆς* inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchestricam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae 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 specularatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaeatricam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, 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 ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, H quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recipientis pererrant; hanc, κυβιστημα uocauit Lucianus. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίριστε γὰρ ἔπειτα ζῶν δῶτο κρήδεμνα βαλῆσαι  
τῆσι δὲ Νausicaα λευκώλενος ἤρχετο Μολῶνῃς.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*

*Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas*

*Principium ludo dabat.*

testatur quoque Athenaeus 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 uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tempora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usā 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 exsultationibus in altum, modo depressionibus, modo in elevationibus horulūm incursum in

uasio-

**A**uafiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edoceret, arbitratus hac una non parum adiuuenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit ali quando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanionem togatae saltationis primum inuentorem utrifque saecularibus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae prodidit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem a nobis mediam, ab ipso ἀμφισθενεσμένην nuncupatam in sacrificijs, atque expiationibus fieri solitam, quam a Mantinensibus, & Arcadibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte in sinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos, & sacrificiorum celebritates esse iam decreuimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinae gymnasticā saltationes a se respuisse tamquam sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secundo ἀξιόγυίων multos imbecilles ualitudini restitutos a se luctis, pācratijs, 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, atque senibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero haec ea sit saltatio, quam Plato εἰσπυκίων, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptatibus teperati existere scripsit, haud tuto affirmare audeo. sat sit nobis haecenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Platone diuisam esse iam diximus.

lib. 7. c. 48

li. 6. de Cyri Exped

cap. ult

Orib. 6. collec.

De Sphaeristica. Cap. IV.

**S**ALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & orchestricam, siue communi nomine uocata saltationem diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis suis declaranda foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tamen Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum *σφαί- D*  
*ρησπίων*. quam praefectum *σφαιρης μόν* uocatum habere meruerit.  
 Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,  
 15. 7. c. 56 scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam  
 hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nauicaam  
 ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum  
 facit: Hippafus Laacedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum  
 istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea-  
 mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-  
 do commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarieta-  
 tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera  
 certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq.  
 scriptores non parum confusi fuerint, atque interdú a ueritate lon-  
 ge recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario **E**  
 rem, minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebi-  
 mus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dítaxat apud graecos exsti-  
 tisse reperio, *μεγάλην σφαίραν, μικράν σφαίραν, κενήν σφαίραν, καὶ*  
*κώρυκον*, siue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanē, & corycú.  
 repono corycú inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,  
 & Paulus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi-  
 mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundú Antyllú  
 tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui  
 exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma-  
 nus manibus proxime admouebát. secúda erat pila maiuscula, qua  
 cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haere-  
 bat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-  
 rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- **F**  
 huc maior secúda, in qua homines inter se distantes ludebant, &  
 in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam e-  
 mittebant cú uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-  
 merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum *ἀρρα*  
*σὴν* & *φενίνδα* uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pi-  
 lae ludo. simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tú quia Cle-  
 mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum  
 paruae pilae, & praesertim *φενίνδα*, exercitationem esse uiris ualde  
 accommodatá, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarú  
 facit: *εἰδὲ αὐτὴν καὶ σφαίρην τῆ μικρᾶ παιζόντων τὴν φενίνδα παλαιῶν ἐν*  
*ἡλίω μάλιστ' α.* quod & a Polluce cõfirmatum inuenitur, ubi etiam  
 harpasiuum uocatum inn uít. huius etenim inuétorem exstitisse Pha-  
 naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descri-  
 ptionem

**A**ptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαίραν λαβών, τῷ  
 μὲν διδύς ἐξ αὐρῆ τὸν δ' ἐφ' ἑγ' ἄμα. τὸν δ' ἐξ ἑκρεσε, τὸν δ' ἀνέσπεν  
 πάλιν κλαυγυαῖσι φωνάς. Vocauit autem Antiphanes ludum istū  
 Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφίσεως τῶν σφαιρίζωντων, quasi sic ludētes sibi ip-  
 sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo in-  
 uentore, aut ἀπὸ τῆς φενάλιξιν, id est, 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 lufores dum pilam capiabant, at-  
**B** que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alte-  
 rum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile fit spe-  
 ctatores, atque etiam seipfos magna delectatione affecisse, eo ma-  
 gis, quod interdum motuum concinnitati operā dabant. unde De-  
 moxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundē  
 explicaturus haec prodidit: Νεανίας τις ἐσφαιρίζων ὢν ἐτῶν ἴσως ἐπ-  
 τακάιδεκα. Κῶος (θεὸς γὰρ φαίνεθ' ἢ γῆσος φέρεθ) ἔς ἐπ' ἐπὶ ποτ' ἐμβλέ-  
 ψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαίραν, ἢ διδύς, ἄμα πᾶν-  
 τες ἐβόωμεν, ἢ δ' ἐὺρυθμία τὸ τ' ἦθος. ἢ τε τὰς εἰς: ὅση ἐν τῷ τὶ λέξην  
 ἢ σφάττειν ἐφαίνετο. πᾶρα ἐτι κάλλος. ἀνδρες, ἐτ' ἀκήκοα ἐμ πορ-  
 δεν εὖθ' ἑώρακα ποιᾶν τὴν γάρην. Κακὸν ἀνίμεζον ἐλαβεῖν, εἰ πλείω  
 χρόνον ἔμενα, καὶ νῦν δ' ἐγὼ ἐμοὶ ὑγιαίνεν δοκῶ. id est, Iuuenis quidā  
 annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Couis (nam  
**C**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 lufores 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 ludendi gratia exsue-  
 bantur, 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-

Paed. lib.  
cap. 10.

athenaeus  
1. Diapao-  
sophist.



**A**duentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime re-  
 situendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retro-  
 cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dū propinquat,  
 quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re-  
 uolutis. Haec tamen Antyllus, qui tamen si figurā Coryci ut pote om-  
 nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen affe-  
 qui possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia co-  
 riacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occurfu & manus, &  
 pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius,  
 sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum con-  
 tendisse, folle & corycum paullo minus, quam caelū, & terram dis-  
 taffe. De hoc intelligēdum est adagium illud, *πρὸς κόρυκον γυμνά-  
 ζεσθαι*. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatū est. De  
**B** hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi  
*κορυκομαχίαν*, falso a Cornario follem interpretatam, ad attenuan-  
 dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intēlexit Are-  
 taeus, ubi pro elephantiorum exercitationibus *κορυκοβολίας* pro-  
 bauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut facu-  
 li iacūs, in epte fatis transtulit. Eandem quoque intellexisse Coe-  
 lium Aurelianum existimo, cum ad polykarciam diminuendā cory-  
 comachiam (sic enim legendum est) commendauit ijsdem prope  
 remedijs usus, quae ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde  
 argumentatus sum, Auctorem sicuti cetera, ita & corymachiam ab  
 Hippocrate mutuatum esse. quamuis textus iudicio meo depraua-  
 tus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella-  
 ri, censuerunt aliqui: quorum sententiam postquā in superioribus  
**C** resutauimus, nil aliud dicendum est. Atq. haec de quattuor pilae lu-  
 di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-  
 ni, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex  
 descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Ga-  
 leni uerbis in secundo de tuenda ualitudine scriptis: ubi inter cete-  
 ras gymnasiolorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam  
 magnam, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imita-  
 tus, quod profecto non fecissent nisi quaedam inter se diuersa existi-  
 tissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitatio-  
 nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur,  
 parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque  
 bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex-  
 citationes usurpasse, neq. ad ualitudinem, ac agilitatem compa-  
 randam, augendam ue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari



autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasque exercitationes ludos uocamus, ut nuper de pila dictum est a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorum tam Graecorum, quam Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes *παιδίας*, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui *παιδία* Graece dicuntur, ut plurimum fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiat. ludi uero, quos athleticas esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam solatiij, & uoluptatis solius gratia in otis festiuis agebantur.

*De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.*

**P**OSTquam pila ludendi Graecis usitata genera satis explorauimus, superest & ea, quae a Latinis & in usu habita, & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibusdam conuenientibus, & in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiam apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicam, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex alura 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.

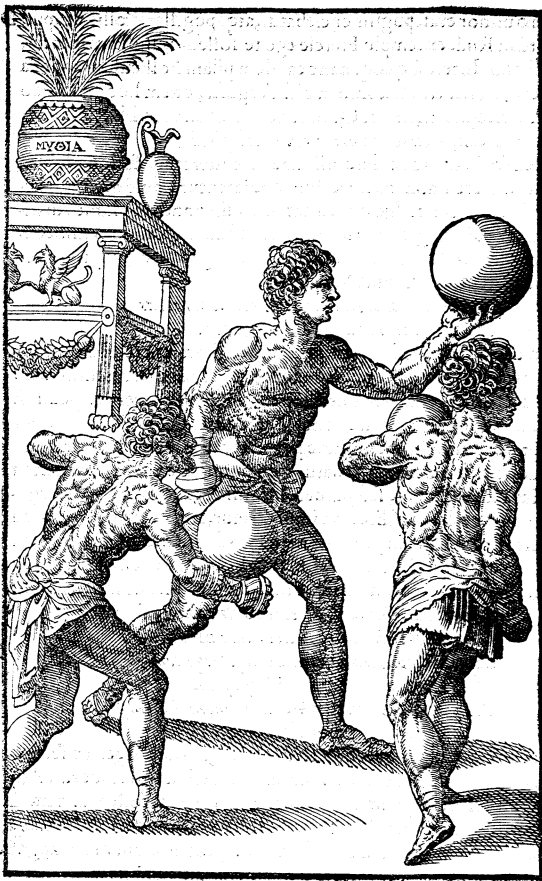
*Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,*  
interdum quoque pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2.

*Sen pila uelox*

*Molliter austerum studio fallente laborem,*

*Seu te discus agit.*

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



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

*Plumea seu laxi partiris pondera follis,*

cum ex corio uento repleto pila haec confueretur, & 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.

*Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*

*Folle decet pueros ludere, folle senes.*

**E** Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualere, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus lusui locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, & si forte lapsi essent, ex casu damnum nō paterentur; & propterea, cum solum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri potest ut pauimento luderent, sed puluere humili & exiguo illud adspargeretur, ita ut pilam resilire non impediretur, atq. ludentiū pedes magis firmarentur. Nā in puluerulento solo fieri hanc exercitationem consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire nescientem in hunc modū carpit:

*Effugere e Thermis, & circa balnea non est,*

*Menogenen, omni tu licet arte uelis,*

*Captabit tepidum dextra laeuag. trigonem,*

*Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,*

*Colliget, & referet lapsum de puluere follem,*

*Et si iam lotus, iam sole at us erit:*

**F** Numquid autem ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sententiae fuerūt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorū idem fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ua let. corycum follem traduxisset, in sexto post modum libro magnā pilam iterum follem transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenum, qui expresse & pilam paruam, & magnā, & corycum distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuisse: atque hanc opinionem maior pars recentiorum

1. tu ual.

scri

A scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasium caput Coryci, de folle pugillatorio inscribendum iudicarunt. sed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, quod ludentes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, quod Oribasius ludum pilae magnae non modo aegrotis, sed etiam conualescentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuisse follem, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnasiolorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo grano, aut farina; aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderunt. quibus ego libenter assentirem, nisi Martialis dixisset, follem mitiori aetati conuenire, & Antylus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam esse censuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cum follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, 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 uoluerunt nonnulli, ubi ea exercebatur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilam simplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro septimo.

*Non pila, non follis, non te paganica Therms*

*Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes:*

*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 complectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quando dixit, ab alio citata uexatis pilam, & reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiusmodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero peragetur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demonstrat, ludores ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim

lib. i. c. 6.

ciffim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo **D** summam ludentium laudem fuisse uerifimile fit, ficut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem finiftrae manus in iacienda excipiendaeq. pila.

*Sic palmam tibi de Trigone nudo*

*Vnttae det fauor arbiter coronae,*

*Nec laudet Polybi magis finiftras.*

& libro. 12.

*Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem.*

& libro. 14.

*Si me nobilibus fcis expulfare finiftris*

*Sum tua, fi nescis, ruffice redde pilam.*

Ex his mehercle patet. confueuiffe trigone ludentes a fe inuicẽ modo mittere, modo excipere pilam, modo finiftris, modo dexteris, eo prope modo, quo noftrates pila parua fupra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae ufum defcripfit. Cur uero **E** Mart. tepidum trigona dixerit tum loco fupra citato, tum lib. 4.

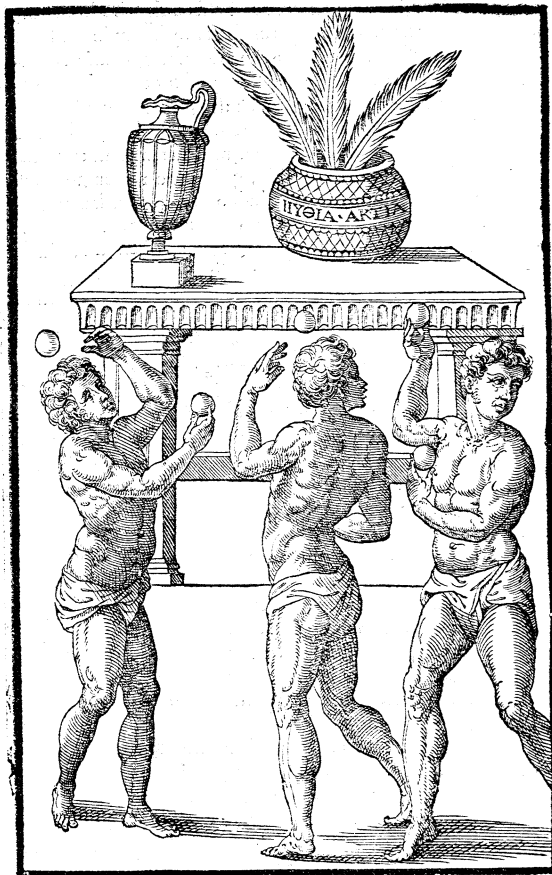
*Sen lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:*

haud fatis mihi conftat. attamen, fi quid diuinare conceditur, dicere propterea trigona tepidum dixiffe, uel quod homines ludendo ob uehementem utriufq. manus laborem, & affiduo motus pilae tenore magis incaleferent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnafijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerifimile uideri potest: cum fupra tum ex Galeni, tum ex Martialis fententia demonftrauerimus, poft pilae ludum ftatim confueuiffe balnea calida ingredi. Nifi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixiffe, quia ex continuo motu pilae in manibus ipfa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerẽtis **E** dixit Tepidum limẽ, quod ex cõtinuo fupra ipfum ftatu tepelceret.

*Nulla ne finis erit noftro conceffa dolori,*

*Turpis, & in tepido limine fomnus erit?*

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis **M.** Aurelij Antonini apud Byzantios excuffis hunc in modum apparet. **Q**uem item ludum in facrificijs Apollinis Pythij Aetiaci adhiberi folitum, memoriae proditum eft.



Succedit paganica pila sic appellata, quod esset vulgaris admodum, **D** c in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu haberetur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Româ in quatuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. fat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiore, non ita tamen ut est follis, laxam, sed duriolem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilior, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobatur, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed unde quae durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14.

*Hæc quæ difficilis turget paganica pluma,*

*Folle minus laxa est, & minus aræta pila.*

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquando trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu existisse, ut idem Martialis lib. 7. testatur reliquit.

*Non pila, non follis, non te paganica thermis*

*Præparat, aut nudis stipitis ictus hebes.*

Nam cum facpius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea præparatorios paganicam quoque adnumeratam esse. Vltimum & quartum Latinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitudinem idem profus uidetur quod ἀρπαστόν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpastum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον δὲ τῆς σφαίρας ἀρπαστόν, φέρεται ἐκκεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: id est, Lusum autem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ceteras pilas constasse, quae omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud paruum

A paruiam pilam & non mediam inter paruiam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpastro, in hoc tamē ab harpastro antiquorum differre uidetur, quod il lud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

*Sive Harpasta manu puluerulenta rapis.* & libro. 7.

*Non Harpasta uas puluerulenta rapis* & libro. 4.

*Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,*

*Grandia qui uano colla labore facit,*

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, folisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter

Quidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

*Hos ignana iocos iribuit natura puellis,*

*Materia ludunt uberiore uiri.*

*Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochig.,*

*Armaq., & in gyros ire coactus equus:*

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam triba de exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi re mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit,

*Harpasto quoq. subligata ludit.*

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae lignae mentionē facit, de qua posterius uerba faciā, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis.

*De Orchestica, sive tertia saltatoriae parte. Cap. VI.*



**M**RS saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicā, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertiam modo, quā scrupulosissimā uocauit Columella, subnectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poeices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diuidit

3. de arte  
amandi.

Lib. 1. fen-  
3 trac. 2.  
cap. 2.

In prooc.  
lib. de reru  
sic.



dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel **D**  
 rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel  
 similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel in-  
 troducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut  
 non mutati; de saltatione haec concludit: *αὐτῶ δὲ τῶ ῥυθμῶ μιμνῶ-  
 ται χωρὶς ἀρμονίας, οἱ τ' ὄρχησθ' ἄν, καὶ γὰρ ἄλλοι δὲ τ' σχηματίζο-  
 μένων ῥυθμῶν, μιμνῶνται, καὶ πᾶσι, καὶ ἴδιαι, καὶ πράξεις.* id est, Nu-  
 mero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim nu-  
 mero sa gestulationis uarietate, mores, passionēs & actiones imi-  
 tātur. Ex qua oratione apparet, *ὄρχησθ' ἄν*, siue saltationē, nihil aliud  
 fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis,  
 artificium quoddam, numero, & ratione factis, imitandi hominū mo-  
 res, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuiliū dixerat, nihil esse  
 in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam **E**  
 numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis  
 actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus effi-  
 ceretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem ex pres-  
 fit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium 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 saltatores  
 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 nō proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae,  
 caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam decla-  
 rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias  
 nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, prop-  
 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 actabant, nisi quod  
 sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut 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 Simoni-  
 des

Cap. 4.

Prob. 15.

7. de leg.

Ades poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Putarchus, tempestate sua ueram saltationem a musica, cui affociabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quis autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse scicilissare; post quem Chleophantus Thebanus, & Alcchylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas *βαλλίσματα* Sicala uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec saltatio tantae exstimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὁρχηστὴν Ἀγλαίας ἀνάστων ἑυρυφάρμακτον Ἀπόλλων: idest:  
Saltator rex splendoris, pharetrateg. Apollo.

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

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

Sat. II.

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

Gymnastica

G



PYRRHICHA SALTATIO

**A** (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morefcas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orfctis, & Epichiedios penes Cretenfes, Carpaea apud Aemanefes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos fiue maétrifmos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypieae uocabantur, & quae ftabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut daétyli, iambici, moloffica, emmelia, cordax, ficinnis, perfica, phrygia, nicatiffimus, thracius, calabriffimus. Telefias a quodam uiro Telefio, qui primus eam armatus saltauit, fic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem fustulerunt, aliae tornatiles fiue uerforiae quod fe in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod fcribit Galenus, archiatro contemporaneus

**B** exftitit, has saltationes *δύες* uocatas fcribit, aliae infanae, ut caudifer, mongas, Thermauftris, nec non anthea, quam saltantes obibat, ita dicentes, ubi mihi rofae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, maétrifmus, apochinos, & folas, morphafmus, Glaux, & leo: aliae fcenicae, quales tragica, comica, & fatyrica: aliae lyrica, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaemati- ca. quae omnes quomodo fierent, nó eft praefentis tractationis declarare: fatis fit intelligere hanc tertiã saltationẽ tot atq. plures ad huc diuerfas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiffe, ficut etiam diuerfis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex fententia Aristotelis ex impul- 7. Phyl- fu, atq. tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc fufum, uel deorfum, uel prorfum, uel reuor- sum, uel dextrorfum, uel finiftrorfum: a quibus poftea motibus componebatur fimplex ambulatio, flexus, procurfus, saltus, diuariatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

*De fine saltationis, & de loco.*

*Cap. VII.*



**G** M antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere femper ftudent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerifimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta fit, deinceps *χειρωναμία*, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta fit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, confertionem, compectationem, diftentio-

G ij nem

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

*Si uer est, canta, si mollia brachia, salta.* &  
*Brachia saltantis, uocem mirare canentis.*

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tamen si supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata non ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosque gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagonum Mimastataticulam a Myso pyrrhichiam saltare iussam conspicati, admirantes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae non parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticatione, F quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosque in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit, dum dixit: ὀρχησῶν αἱ σύντομοι κινήσεις ἐν αἰετῶ ἀλλογονται μέγιστα; καὶ ἀπὸ δὲ πῶς τὰ σφρόμομοι τὰ χιῶνα, καὶ ἀλλάσσαντες ἐξ ἀνίστανται, καὶ προσύρυσσι, καὶ διαχίρυσσιν ὅτι πλείστον τὰ σκέλη, id est, saltatorum uehementes motus, in quibus maxima saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

loc citatis.  
1. & 2. d. ar.  
te aman.

a. de dicta.  
libro 1. de  
cur. chr.  
cap. 1.

20 ἐν αἰετῶ ἀλλογονται μέγιστα; καὶ ἀπὸ δὲ πῶς τὰ σφρόμομοι τὰ χιῶνα, καὶ  
21 ἀλλάσσαντες ἐξ ἀνίστανται, καὶ προσύρυσσι, καὶ διαχίρυσσιν ὅτι πλεί  
22 στον τὰ σκέλη, id est, saltatorum uehementes motus, in quibus maxi  
23 me saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non

hunt

**A**hunc, diu arcantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualitudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profiteretur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, atque etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, *ἀπὸ τῆς κινῆν τοῦ σώμα.* Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi quoque interdum saltabāt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicius poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extrā propria poemata uoientes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualitudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans emanauit. a theatri ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono symposiaco, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnastiarum ministros orchesticae non paruam 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. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, si cuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaesticam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

In Mil. g'io. a. 2. j.

Lit. 4. dip.

**D**ECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operae pretium est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine *πάλη*, quandoque *κκταβλητική* siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasijs peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xythus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deicere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudq. praeter 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 haec agere intermississent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, 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, bini, quonia **E**tsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiore exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (*πάλαι*) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem indicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, *πάλη* primo nominatum constat, quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen *ἀπὸ τῆς πάλης* quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec

In Pseu.  
actu. 5.

cap. 8.

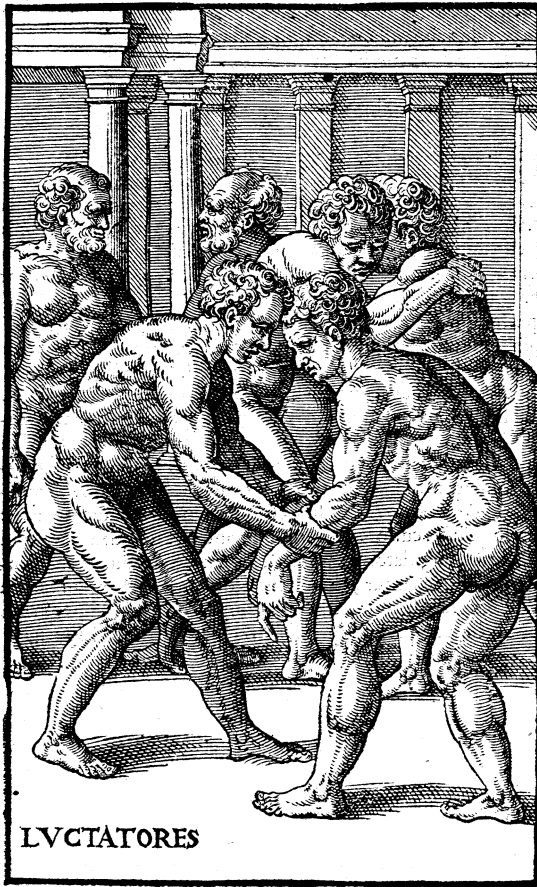
2. de diff.  
pulsuum.

2. Symp.  
prob. 4.

exer

A exercitatio *πηλῆς* id est luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut *λῦτα*, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo confidunt: unde *Σοφίης* *πάλην* *ὑπὸ τῆς παλευθείης*, quod est dolo & infidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. *Philinus* autem *ὑπὸ τῆς παλαιῆς*, id est a coniunctis, simulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur *Iulius Pollux*, ubi nomen illud solum quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde melius sensisse uidentur illi, qui *ὑπὸ τῆς παληναι* natam & dictam *πάλην*, credunt, siue *ὑπὸ τῆς πάλλειν* *καὶ* *πάλλεσθαι*, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoq. ac Hippocrate usurpatum testatur *Erotianus*; alterum apud *Platonem* in *Cratylo* a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam *ὑπὸ τῆς πλησιάζειν*, *καὶ* *ἰνέσθαι πέλας*, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, necumquam appropinquabantur; pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in *Syracusanorum* nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios representari, indicauit nobis *Ligorius*.

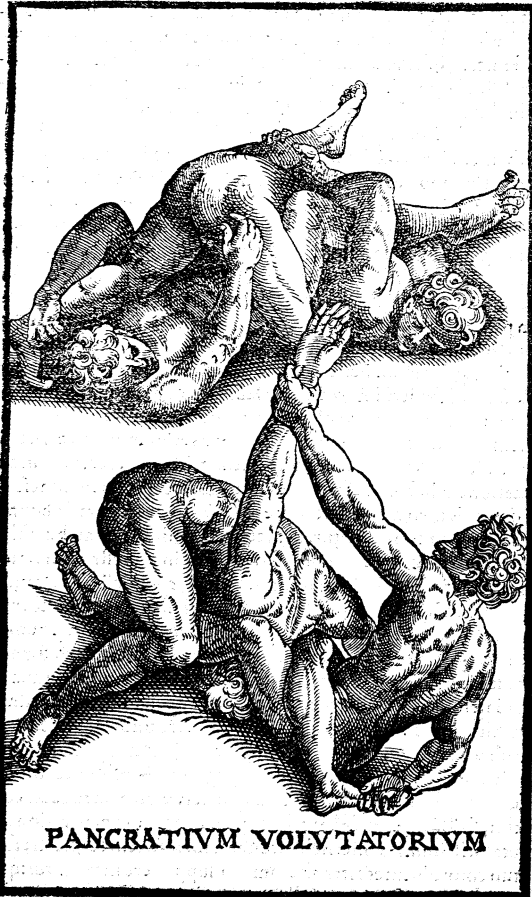




LVCTATORES

**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, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeūtes, uictoriā adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheū, & Cercionē scribit Plato: Secundū ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum a Theseo Atheniensiu principe; alij a Phorbante Theser paedotriba referunt. tertiū 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 dūco, 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 immincat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorē, & magis uiro dignā facit, quae *μὴ ἐὺγενήμωνος* & gratia bonae, ac uilis ualitudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solūmodo luctam & pancratium uolutorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cōsideranda sunt. Alterū, q. 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 uolutorij exercebantur, quorum certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiā innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterū q. duplex erat pancratiū, primum de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cōpositū. Secundum uolutoriu nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autē uolutorio humi prosternebantur, atq. ibi inuicem cōplicati; seq. mōdo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quē admodum clarissime monstrat depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriā edidit. lib. de machinameta.



PANCRAATIVM VOLVTATORIVM

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

Lib. de cōi  
animaliū  
gressu.

*Non amo qui uincit, sed qui succumbere nonit*

*Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπαλίαν.*

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπαλίαν, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratiū uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera

6. colle. 9.  
cap. 27.

**B** uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδῆσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutatio nem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conuersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit.

6. de dicta.

2. d. u. u.

*De Pugilatu, & Pancratiō, & Cestibus. Cap. IX.*



**P**UGILATORIAM πυγμαχίαν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in.

Prob. 5.

2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & ceteri sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originē accepit, sicuti quoque. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

*Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt.*

Lib. 4.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatū idem penitus existisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare conuenisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαίρομαχίαν, uel loris laminae circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabar qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius feriebat. Tyrrenos ad tibiam πύ-

τεύειν

*riuen* solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. **D**  
 Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori  
 inferuiffisse, testatum reliquit, ego uero ita sentio, pugilatum inter  
 1. Symp. Prob. 5. exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, sed pro fa-  
 nitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in  
 usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum  
 rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis, uel ter  
 solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem di-  
 ligentissime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione  
 habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo,  
 qui in uertiginosis pugilatum commendare uidetur: nisi (quod ego  
 suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus me-  
 dicæ gymnasticæ exercitationis genus exstitisset, æquum certe  
 erāt, non adeo ab omnibus silentio præteriri. Altera ratio est, **E**  
 quod, si naturam pugilaris exacte spectemus, cum percussiones, &  
 euitationes bellum gerentibus necessarias æmulerur, ut dicebat  
 Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere ad-  
 iuuet, infitari non possumus; at cum solum brachia, atq. pugnos  
 exerceat, interdumq. potius plagis ac grauib. percussionibus cor-  
 pus offendant, quomodo ualeitudinis conseruationi, boniq. habitus  
 acquisitioni conferre possit, non uideo: ut tuto dicendum sit, pugi-  
 latum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, in militari  
 uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores  
 fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec  
 non in qua adeo Glacus Carystius excelluit, ut quinta & uigesima  
 Olympiade coronatus pyctæ id est pugilatoris nomine per excel-  
 lentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparan- **F**  
 dae operam dedisse, legitur apud Terentium, quod agebant, ut gra-  
 uius percutere ualeret, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est  
 enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus excarni-  
 bus iniurias sentire. Cur autem Tesprio ille Plautinus, ab Epidico  
 interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respondeat, pugili-  
 ce atq. athletice, non est admodum difficile coniectura consequi.  
 1. de alim. fac. c. 2. quod etiam Galenus scriptum reliquit, Luctatores potissimum  
 athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eo-  
 dem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re  
 fieri potest ut Plauti ætate pugiles ab athleticis diuersi essent, utriq.  
 tamen robori, & corporis crassitie studerent, & iccirco seruus ille  
 merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum  
 robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex iuncta & pugilatu  
 tertium

In Eun.  
act. 2. sc. 3.

1. de alim.  
fac. c. 2.

Plau. in E-  
pidico.

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & comprimere, & continere, & deicere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur, luctatores complicabantur & comprimebant, ut deicerent, sed pugnis minime percutiebant; pancratiastae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differabant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo inflexis certabant, atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: *ἰδὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων κμψῆ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα.* <sup>lib. 5. elia.</sup>

**B** τοὶς ἐν πανκρατίῳ ποροτακτοῖσιν αὐτῶν ὁμοίον, hoc est, sin autem unusquisq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis euadet, qui ipsam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehenfandis aduersarijs, cui maxime studebāt pancratiastae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accommodata erat; his de caussis exercitatio haec *παιμάχιον* uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum *πάμμαχον* dixit, necnon ambobus difficihus certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitacionem commendat Hippocrates, sub tali exercitacione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pancratio 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 *προσάπειδα, καὶ σωματομαχίαν*, (erant enim quaedam exercitacionum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarent, sed nudi, ac sine complexu. Hanc exercitacionem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitaciones decantans dixit:

*Et patitur duro uulnera pancratio.*

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

2 d tu. ua.  
cap. ulii.

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pan-  
cratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs,  
qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc ma-  
gna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferen-  
dum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquē prae-  
cipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athle-  
tica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, &  
certaminibus usque adeo Pancratiastrarum spectaculum oblectabat  
atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarēt,  
qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus,  
quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reſte  
sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item  
fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis  
dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius E  
eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus perageba-  
tur. iam autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus au-  
tem alligabantur, erant lora quaedam punctis interſincta, quae  
manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo ponde-  
re aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes se-  
ipſos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuerſos fuisse a pugi-  
libus proprie uocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniun-  
ctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnum-  
quam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum  
quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri so-  
litos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartano-  
rum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc mo-  
dum scribit. F

*Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.*

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis  
studiosi exerceant, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile  
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, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut  
ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possu-  
mus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatio-  
ne afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate  
in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim cla-  
rum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-  
luce

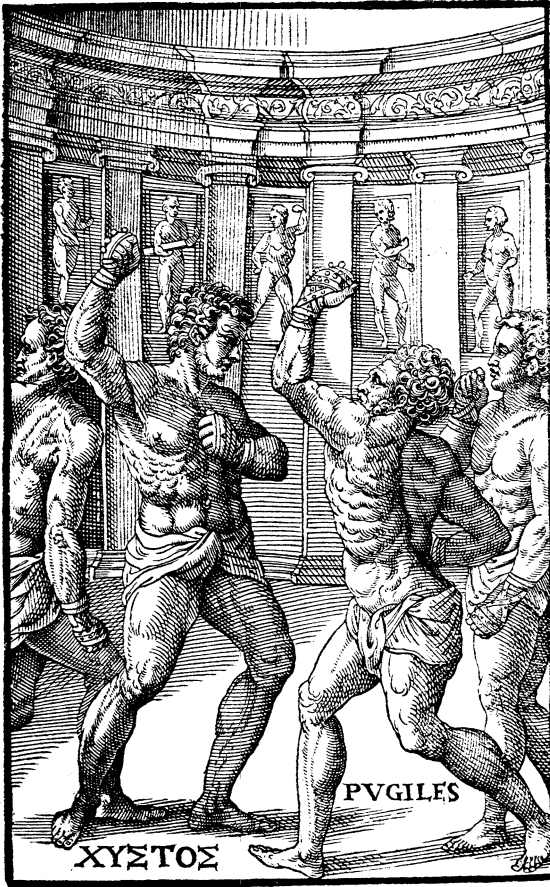
S E C V N D V S 111

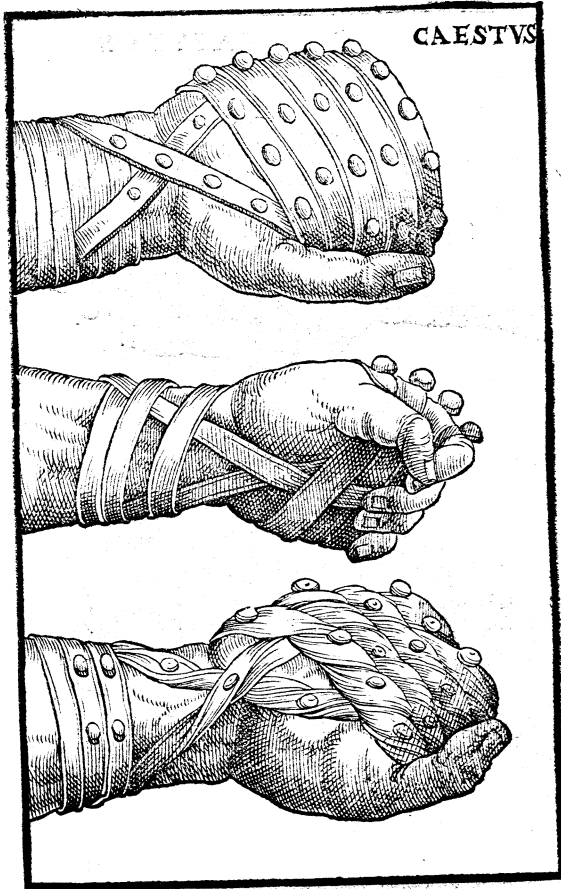
A luce occifum, fcripfit Valérius Flaccus 4. Argon.

*Sparta rer apnea pugilem cum Gymnade pinguem  
Stratum Bebrycjs Amycum fufpexit arenis.*

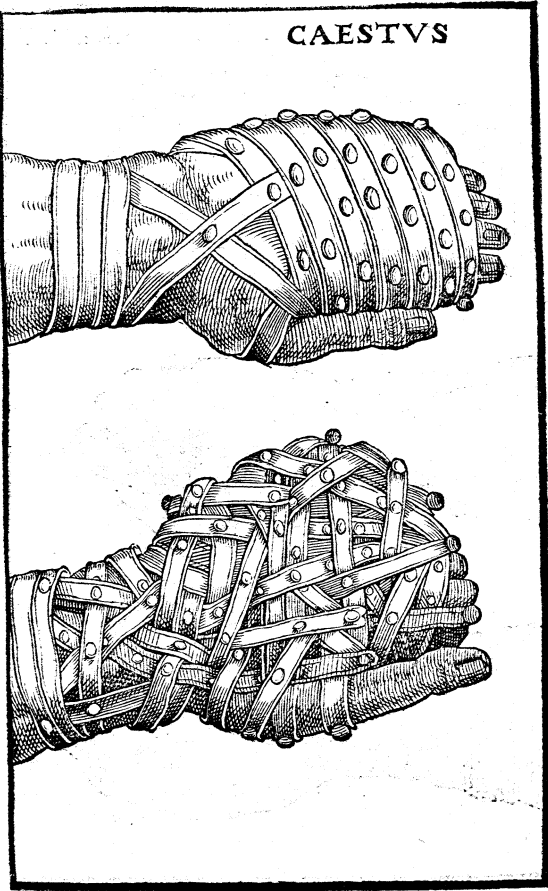
fimiliter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, §. Aneid.  
ac Ammonem ceftibus ualuilfe fcripferunt. itaque inter pugila- §. metam.  
tum, Pancratium, & ceftus, unum Pancratium in medicina gym-  
naftica frequentius, ceteros duos rarius ufurpatos efle iam liquet.  
Pugilum autem, qui ceftibus certabant, nec non ceftuum ipfo-  
rum uarias picturas hic damus, ut ipfas uel ex fepulcrorum, uel ex  
gemmarum antiquarum fculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Li-  
gorius, in ueterum monumentis renouandis peritiffimus.







CAESTVS



*De Curſu. Cap. X.*



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

**B**a natura in eam figuram fabricata Ariſtoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, ſub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam 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 ſanitatē conſequentiam uti non aegre tulit. Quis neſcit, maiores noſtros inter alias exercitationes ad ſpectacula, ad militares exercitationes, ad ſanos habitus acquirendos inſtitutas curſum quoque habuiſſe? cui locum peculiarem in gymnafijs aſſignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipſorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri poſſet, atque etiam quandoq.

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

lib. de eſſi  
aſal. greſ.  
li. 15. d. uſa  
partium.

In dialoſo  
de gymnafijs.

li. 11. c. 37.

ſ. & 6. Eli  
coruna.

quam curforem nisi seruū uoluisse, quod diceret, ingentium nō nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita cursum commendat, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis sententiam secutus Vegetius in commentario de militari exercitatione scriptum 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 idem facere uolentibus praecoccupent, ut ad explorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga comprehendant. Refert Sallustius de Magni Pompeij exercitatione eum cum agilibus, saltu, cū uelocibus, cursu; cum ualidis, uel certe certasse, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuisse, nisi, & suos milites huiusmodi frequentibus exercitijs ad bella praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momenti fuisse, & quem admodum athleticū quattuor praecipuas habuisse species, stadium de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam certare, dolichum, diaulum, & armatum, in quorum postremo bis Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde *σταδίου δρόμοι, δολιχόδρομοι, διαυλοδρομοι, επ' αριστοδρομοι* dicti sunt, horum exercitatores. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. libro non oscitanter uidit, intelligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati ac bono corporum habitui conferentes non exiguam partem habuisse: quando etiam Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam censuit, primum locum cursui dedit. Huius tres tantum species effecisse Antyllum reperio, alteram in anteriora currendi, alteram in posteriora, alterā in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum reperirisciā, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum diu cursum significare, quem tamen maior pars auctorum duplicis stadij spatium existisse censet, alterum uero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaque stadium erat cursus unius tantum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu, ut fieri posse credam perystij interioris antrum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiusmodi cursui inferuisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur,

A tur, quod apud Suidam legitur, stadiodromios longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημι πολυσιχινύσπηράμματος ἐμῆ μύσας  
 Εἶνα, μὴ ζήτει ἐν σαδίῳ δόλιχον.  
 Πόλλ' ἀνακμλείται δόλιχε δρόμος ἐν σαδίῳ δὲ  
 Ὁ ζῶς ἐλαυνόμενος πνεύματος ὄσι τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν σαδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori nō esse quaerendā maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabāt, prout necessitas, cōmoditasue postulabāt, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per praeta, aut per montes cursum agebant. Nēque hic mirari debet quis-

B quam, quod ualitudini studentes extra gymnasia quoq. currerent, propterea quod loca similia cum haud quaquā omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdū homines, prout ualitudinis ratio exigebat, extra gymnasia p̄dire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exstat Aristotelis sententia, quod currētes nudi uestitū coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aspiratiores incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

a part.  
 prob. 30. &  
 part. 38. 3.

De Saltu. Cap. XI.

**C** VRSVI saltus, ἄλμα a Graecis gymnasticis uocatus, nō parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit inter cursus, hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἄλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicā exercitationem effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum existisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā profus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contempnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenēs, qui militiae operā nauant, ad saltū praecipue exercendos esse, quo uel fossae transfiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cū eiusmodi difficultates euenierint, possint sine labore transire. In athleica uero facultate saltū locū habuisse, praeter Pin-

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

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum D  
primum hoc uersiculo fecerunt.

*ἄλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος κ' ἅλμα,*  
id est,

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

testat abunde Aristoteles, q̄ in Libro de cōmuni aīaliū gressu scriptū  
reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehen  
sis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam non comprehen  
sis quod item post ipsum Theophrastus in libro *ὑπὸ πόντων* plane  
confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruif  
se, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarū  
exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Orbasium dili  
gētus omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, &  
quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, E  
& saltare inter se differunt, quoniam *πρὸ ἀν*, siue exsilire est motus  
quidam cursui similis, quādo scilicet eodem in loco corpus manet  
pophites inflectendo, & circumuchendo, saltus siue *ἄλμα* est mo  
tus ferme continuus in sublime, uel tamquam medium, uel tam  
quam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus,  
ob quod a saltatione differre apparet, nemp̄e quam legibus, nume  
ris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Senecam in  
tellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commēda  
bat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui  
saliaris, aut fulonijs dicebatur. Exsilitione olim utebātur Lacenae  
mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant,  
ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim infle  
xis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres F  
postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium,  
ob nimiam diligentiam Cacirotecum nūcupatum, auctor est Plini  
nius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in  
gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltā  
tes uacuis manibus seip̄os in sublime agebant. de quo uerba faciēs  
Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continentem age  
re motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae  
gratia fessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese  
mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero, quando  
manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehementius salta  
rent, quae ponduscula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto *ἀλτῆ  
ρας* nuncupari sciam, tamen *ἀλτῆρας* aliud exercitationis genus ex  
stitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare  
placet,

Lib. 2.  
Epist. 15

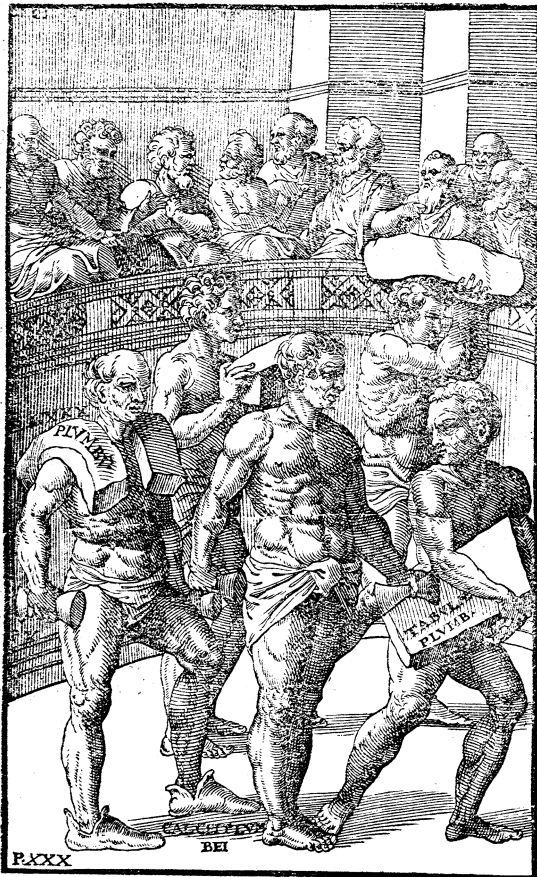
Lib. 34.  
cap. 8.

Lib. de cōi  
aiā gressu

in libro  
*ὑπὸ πόντων*.

**A** placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halterum diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidē, uel halteres manu gestent, quam si brachio inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non *αλκτήρες*, & *αλκτήρια*, sed *αλτήρες*, & *αλτήρια*: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem *αλκτήρες* 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, *βατήρα* appellatum, & mensuram *κανόνα* dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, *τα ἐσοκαμμένα* uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam *τῆρα* siliunt, *πῆδ' ἀν' ὑπὲρ τὰ ἐσοκαμμένα*, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat 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 gestabant: quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.





An ea pōdera dūtaxat ad maiorē exercitacionē faciendā inferuissent, ita existimo, ijs, q̄ grā ualeitudinis exercebant, hūc finē habuisse. At alijs ad gloriā quādā inzōnē potius tēdebāt, qd̄ .i. q̄ maioribus pōderibus oneratiōgius, & altius saltarēt, i) maioribus p̄m ijs, atq; honoribus decorarēt.

A tur. Erāt quoque q̄ supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarēt; inter quos uictores ij cēlebant̄, q̄ ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq̄ hi p̄ uictoriae p̄mio utrē cū uino ferebāt: q̄ uero terrā natibus pcutiebāt, nō sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebāt. Id autē antiq̄tus obseruatū in ludis Baccho dicitis, quos ἀσκώλια uocabāt, p̄dix̄, in q̄bus utres caprinis pellibus cōflati saltibus calcabant in caprarū cōtēptū, q̄ adeo uitibus infestae credūtur. De hoc Aristophanes in Plato: ἀσκώλια ζυνταύθα παρὸς τὴν ἀβελαν. i. hic sub d̄io supra utrē salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretē: ἢ παρὸς γέτατο ἀσύν εἰς μέσον καταθέντες εἰσὶν ἰδέσθαι, καὶ κατὰ ζετα ὄπισθός καταρρέουσιν. i. Quare utrē in mediō collocātes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.*

s. partit. Prob. Li. de laff.

B *Mollibus in praeis unctos saliere per utres*  
Sed illud nō ignorādū, qđ scriptū est apud Iul. Poll. ἀσκολιά ζεν, tā de his, q̄ de uno subleuato pede, altero solo saltatib⁹, dictū eē apđ ueteres.

*De Disco & halteribus. Cap. XII.*



Isci iactū inter exercitationes gymnasiōrū haudquāq̄ infimū locū habuisse, nō modo Gale. clarissimis uerbis affirmat, Propert. p̄dixit, uerū ēt Vitruuius elegantissima quadā historia apte insinuare uisus est, apud quē legit̄, qđ cū Apaturius Alabādeus Trallibus scenā excellentissime finixisset, adipectusq̄ eius

1. d̄ tu. 22. Libro 3. lib. 7. c. 5.!

pp̄ter asperitatē eblādiret̄ oīum uisus, & iā id opus pbare fuissent parati, tū Licinius Mathematicus p̄dixit, & ait Alabādeos satis acutos ad oēs res ciuiles haberi, sed pp̄ter nō magnū uitiiū indecentiae insipientes eos esse iudicatos, qđ in gymnasio eorū, q̄ sunt statuae oēs, sunt caussas agētes, in foro autē discos tenētes, aut currētes, seu pila ludētes: notauit, n. mathematicus quod, sicuti statuae caussas agētes fori sunt, pp̄riae, ita discū tenētes gymnasiū, & ob id indecētē inter locorū pp̄rietates statū signorū publicae ciuitati uitiiū existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiq̄ illis discus gymnasiū exercitatio, quā an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exerceēt, nō admodū mihi cōstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magno p̄e futuris optimis militibus cōmendat, disci quoq̄. iaculationē subintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq̄. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achille Agamēnoni iratū Myrmidonas suos a pugnādo remouisse, atq̄. illos ipsos ne torq̄scerēt in maris littore sese discis, atq̄. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuisse: quasi si nō laedēdis hostibus, saltē uariae agilitati ipsorū cōparādae h̄mōi exercitatio accōmodata eēt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nō ī publicis certaminib⁹ cōtēdisse, manifestū facere pōt̄ cōisauktorū sn̄ia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore aduunerant, & praeter hos pictura, quam hic damus.



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

Ascum fuisse instrumentum quoddam rotundum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoīe eleuari posset: ueluti a D. Hieronymo de se ipso 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 in uenio, 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 *δίσκοφόροι* appellati sunt, qui quadris ferendis destinantur. Sic legimus caput N. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatam esse. Postremo discum instrumenti, de quo nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita peditum inuenio. Interpres Homeri Eustachius exponens uerba illa ij. Iliados.

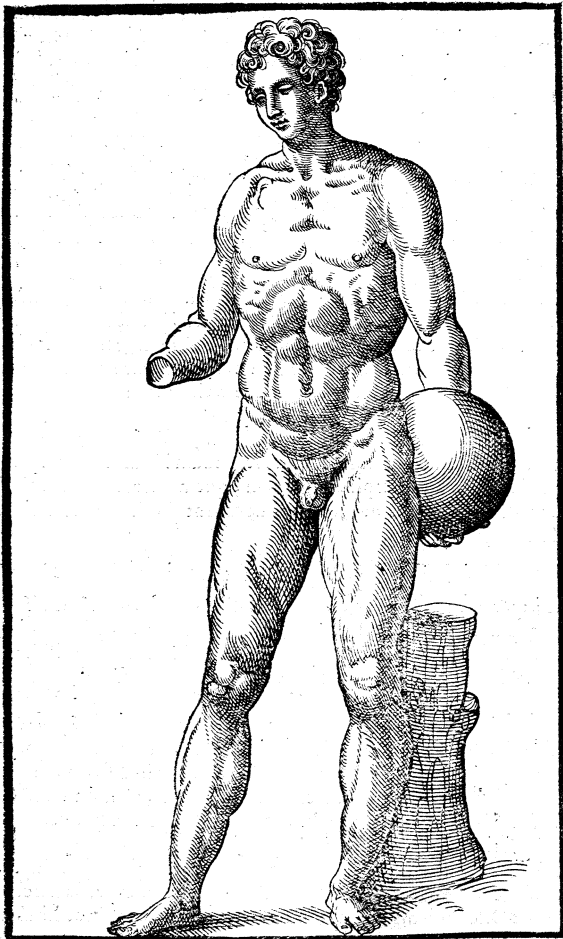
*δίσκοισιν τέρποντο*, id est, *ludabant discis*,  
inquit: *δίσκος ἔστι βαρὺς λίθος, ὃν ἐπέτιπτον οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδήρου, σόλον προσαγορεύουσι*. Vnde secundum huius sententiā patere potest, discum fuisse lapidem grauem, quem exercentes se projiciebant, & cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Marcialis his uersibus.

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

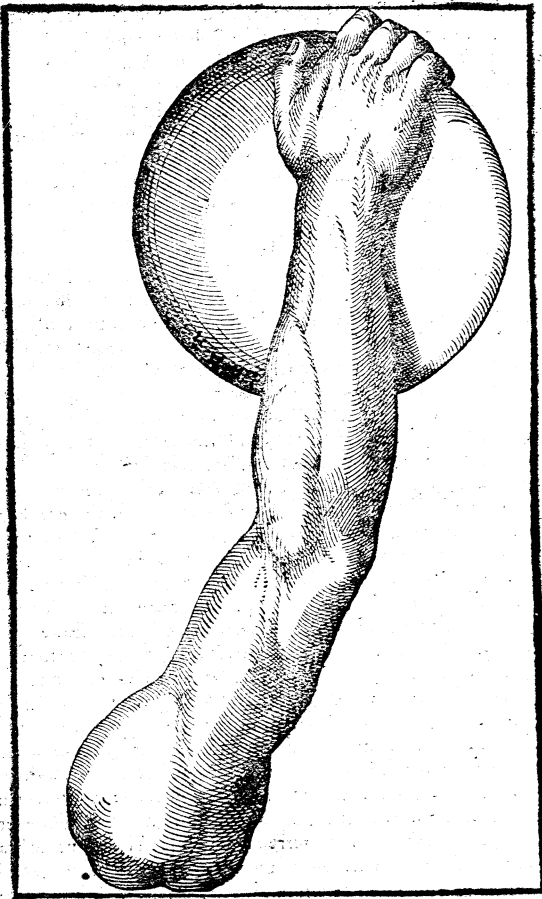
Alij, quibus ego assentior, crediderūt discum fuisse laminā quādā triū uel quatuor digitorū crassitudine, longiorē paulo plus pede, alias lapideā, alias ferreā, (aeneā quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius, cuiusmodi maiorē partē, ne, dū ex alto rueret, frāgerentur, fuisse puto, planā quasi lētis specie referentē, quā in aerē pyciebat, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis brachia pālebāt, mox prorsum impellebāt contra in disco manu ad pedus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illū in aerē eiaculabātur, ut pbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

*Misile nunc disci pondus in orbe rotat.*

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similem habuerit, praeter Dioscoridem lenticulam *δίσκον* nuncupantiem, expressa haec comprobatur Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus soānis Baptistae Victorij feruatur, in cuius manu discum figura a nobis expressa positum uidere licet.

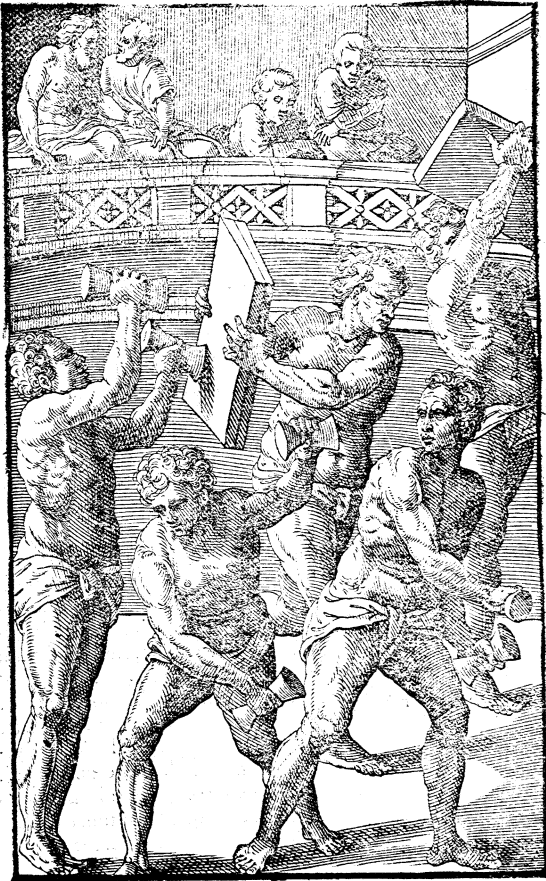


qđ itē ostēdit alterius discoboli brachiū Lapideum hodie in magni Tu-  
fciae ducis aedibus Pittis uocatis seruātū, ex quibus similiter discū eia-  
culādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctissimus Pe-  
trus Viētorius aetatis nostrae ornamentū, q brachij figurā ad nos misit.



Harum statuarum similes alias duas discobolorum fuisse uerisimile est,  
quarum unam ex aere Myronem praeclarissimum statuarium finxisse,  
& Quintiliano celebratam; aliam Tauriscum pictorem illustrem excel-  
lentes

lenter pinxiffe, refert Plinius. Hanc formā difci una cū praedictis testu  
 monijs ſi uidiffet, ac mature examinaffet Gulielmus ille Choulus, nū-  
 quā certe affirmare aufus effer, difcum pilā rotundā in medio perfora-  
 tam fuiſſe; niſi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatā  
 praeter Latinae linguae uſum intellexerit. Atq. hoc dico, qm̄ in Mar-  
 ci Aurelij Imp. nummis quibuſdam Apolloniae Illyrij excuſſis, quo-  
 rum exemplar ſupra poſitū eſt, huiuſmodi Diſcobolorū luſus reprae-  
 ſentatur, in quo difcum quadram quandā orbiculatā, & in medio per-  
 foratam fuiſſe apparet. Vt hinc conijciam, non unā difcorum formam  
 exiſtiſſe, qua ſiue in ſacrificijs, ſiue in gymnajijs uterētur. illud attamē  
 praetereundū non eſt, in difco iaculando artem quādā, ut Pindari in-  
 terpres oſtendit, neceſſariam exiſtiſſe; alioqui iaculatores laude fru-  
 ſtrati deridebantur, & ſaepe damna inſignia ſpectatoribus afferebant,  
 quod a Phoebō actum fuit, quem difco Hyacinthum interfeciſſe fabu  
 lantur. Diſco ſimile erat alterum exercitationis genus, ἀλτήρες a Grae-  
 cis appellatū, qd̄ in palaeſtra aētitari ſolitū ſcribit Galenus. hoc ab hal-  
 teribus ſupra nominatis, quos ſaltatores, ut uehementius ſaltarent, ma-  
 nibus cōprehēdere cōſueuiſſe, demonſtrauimus, diuerſum fuiſſe aper-  
 te declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribafiū ita ſcripta reperiūtur  
 in capite περὶ ἀλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστὶν αὐτῶν τῶν ἀλτήρων, ἢ γὰρ  
 ἐάλλονται ὡς μέρους τῶν χειρῶν ἐκτενομένων, ἢ συγκαμπόμενων,  
 ἢ κρατύνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἢ συχαζέσων ὡς τὰ πολλὰ  
 βραχέϊα κίνησιν κινεμένων αὐτῶν τῶν γυμναζόμενων ἐμβαδόντων,  
 ἢ ἀνασείοντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ καὶ σπένεισιν τῆς ῥάχης τὰς χερ-  
 σὶ ὡς καμπόντων τῶν γυμναζόμενων. id eſt, in capite de Halteris iacu-  
 latione. Differentia autē eſt halterum ipſorum. aut enim projiciuntur  
 manibus extenſis & uiciſſim inflexis, aut in manuū protenſione, quae  
 quieſcunt, & ut plurimū breui motu mouētur, ſolū continentur; ipſi  
 uero, qui exercebantur, non ſecus ac pugiles, introibant & concutie-  
 bant, uel qui ſe exercebant, ſecū dum dorſi aſſenſum manibus uiciſſim  
 fe flecebat. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halte-  
 res huiuſcemodi ex eadem materia, atque ea. ſe forma, qua ſaltatorum  
 pōdera eſſe poſſent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo ma-  
 nibus, ut ſaltatores, tenerentur, uerum etiā uarijs modis emitterentur,  
 perinde ac temporibus noſtris apud multos in uſu habēt, qui ſeſe exer-  
 cent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plūbeū manibus, ac bra-  
 chijs extenſis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit  
 Arataeus, auctor nō minus pbatus, quā antiquus; ubi in dolore capitis  
 τῶν ἀλτήρων βάλαν commendauit. Et ut poſſit certior formae huiuſce ex-  
 ercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halterifarū imagi-  
 nes, quas ex gemmis antiq̄ ſculptis acceptas ad nos miſit Pharrus Lig.





Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquā do capiat, illud animaduerti uolumus, ab *ἀλτήρος ἀλτηήρα* non parum differre: quandoquidem *ἀλτήρ* exercitationis genus iam a nobis descriptum, nec non pondera saltatoribus manibus apprehendi solita significat, *ἀλτηήρα* uero genus fuisse orchesticae, siue saltationis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus. quo nomine Ithacenses quoque unam exercebant, quam non sine Ulyssis fortuna atque aerumnis constitisse arbitror; si quidem *ἀλτηήρ* ex Homeri ueribus ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum atque erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in. v. Eliaeorum scripsit in hunc modū: *Ο. δὲ ἀλτηήρες ἔτοιπα βέστροντο σχῆμα τοῖόνδε κύκλου ὡδὸν μνηστέρε, καὶ ἐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον σφαιρεῖς εἰσὶν ἡμισυ, πεποικίται δὲ ὡς καὶ τὰς δακτύλους τῶν χειρῶν διέειναι, καὶ βάλανος δι' ὀφθαλμῶν 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 antidam dare, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellat, tum mouēdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuso, tum pro modo profectus grauiore. 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 circumfusus, deinde interproiciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hūc temporibus multi, qui sicut rotulas ferreas, aut caseos; aut quid aliud simile proiciendo certant. An uero *ἀλτηήρες* a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes prominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, *καὶ λίθους ἐκ χειρὸς τε, καὶ σφενδόναις ἀμλλημέναν,* nil aliud animo concepit, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam & *ἀλτηήρες* aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauius; unde sub nomine lapidis a manibus emissi *ἀλτηήρα* Platonem intellexisse non est profus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro.  
es p. 2.

**A**lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum anfula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumactio ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proieciabant funditores. quam projectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet; altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliathem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & 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 quas funda sibiipsis comparassent. Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearum hoc uersu appellauit.

*Stuppea torquentur balearis uerbera fundae.* 1. Georg.  
 & Statius libro primo.  
*Roboraq. & grauidas fundae balearis habent;*  
 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.



**Q**UAMVIS τῆς πάλαις βίβλους siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius projectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species effecisse S. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praefides existitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio, tum solis ammentis, de quibus Silius lib. 14.

*hasta inuatur amento:*  
 tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exfilesq. infinger.  
 Gymnastica I tes,

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur: atque hi communi appellatione *τοξωται* uel *τοξόται* uocabantur; unde uenenum quoddam *τοξικόν* nominari scribit Paullus Aegineta medicus, quod Barbari sagittas ad ferendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistae efficebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumq. graues palos requirebat, quinimmo sagittarij solis brachijs se mouebant, *ἀνεπίκοιτες* autem siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum nec non femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum temporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspiciamus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythijs prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neq. telumi contorquere potuisse memoriae mandauit. Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propósitos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere,  
aquis, & locis.

Lib. 1. car.  
ode. 8.

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

Gal. in sua  
ad. bo. ar.

Loco citato.

*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 eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti- quos eicere consueisse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod n. medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eisdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atque Aesculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud praesatos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scythiarum antea facere solitas sciebat, quas Hippocrates, & pedibus, & ex equis arcibus uti, & sagittas eiaculari consueuissse, scriptum reliquit; ut siueam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

iacu-

**A** iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittadi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeri pidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & **M**arci principis filius, nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persem Perseus filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exiles, quae arcibus, & balistis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuisse existimo: quam plurimorum, & praesertim **P**acuij in Paulo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & faxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀρόρια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

*Explicit Liber Secundus.*

# ARTIS GYMNASTICAE

## LIBER. TERTIVS

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

**M**ULTAS exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quam illae; quarum maior pars ta meti haudquaquam in gymnasijs praecipue perage retur, neq. item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaeatricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticam distribuere, cū- E cta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari raerentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uerferetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter institutum nostrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atque adhuc in sequentibus idem facturi sumus: propterea F quod primum atque praecipuum consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de causis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitae tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae confuse de singulis simul, uel indistincte saltem ab auctoribus tā Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eadem exercitationes ab athleticis, a militiae studiosis, & denique a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur, quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonem habuissimus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam existisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

**A**risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquam 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, cognosceret profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquam iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tamen 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 dirigendum 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 athletorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

*De ambulatione.*

*Cap. II.*

**Q**UANTVM commodi humanae huic uitae deambulatione praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodam artificio, singulari, & prope diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualermus. quod cum Praedo ille circa Coracisum Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteque obire ualere, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quam <sup>3. de uita partium.</sup> ueluti necessariam, atque in primis commodam siue naturam, siue Deum nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualitudinem conferuare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeque apud omnes homines, omnesque nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non

Gymnastica I iij modo

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, **D**  
 uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cete-  
 ra priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca,  
 nullius maiorem curam gesisse, nulliq. magis studuisse uideantur,  
 quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exae-  
 dificent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omitam) Vi-  
 truius quaretopere in deambulacris fabricandis inuigilandum ce-  
 fuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe  
 ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationi-  
 bus loca magnifice exstructa scio. quae omnia apud me tribus ge-  
 neribus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales lo-  
 ci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque  
 templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. antebal- **E**  
 nea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus;  
 quandoq. solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Ro-  
 mae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectato-  
 ribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Quid.

*Tu modo Pompeia lentus spatiares sub umbra.*

& Propertius libro. 2.

*Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,*

*Porticus aulaeis nobilis Atrialis*

& lib. 4.

*Tu neq. Pompeia spatiares cultus in umbra,*

*Nec cum laetium sterneat arena forum.* & Martial. li. ii.

*Cur nec Pompeia lentus spatiares in umbra.*

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticu-  
 cum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & **F**  
 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 exstruerent, atque illos modo arboribus conferrent, modo nu-  
 dos relinquere, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra  
 gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumē-  
 to quoq. sunt xystra illa a nobis superius declarata, & praecipue de-  
 ambulatorium illud Atheniense in Academia, quod pulcherri-  
 mis platanis constitum 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 uocant, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus,  
 quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

cum

iii. 5. 9

5. detu. ua.  
62 p. ii.

I. 12. c. 2.

**A**cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aesti-  
 ui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus  
 undiq. parietibus tectas. iccirco in eam formam fabricatas, ne am-  
 bulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis ho-  
 die Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos ueri-  
 simile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tuscu-  
 lano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Li-  
 gorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tu-  
 scorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro a-  
 pud 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  
 B temporum mutationes uarios locos habere. quibus citra ualetudi-  
 nis offensionem ambulationes perficerent. Sofstratum Gnidium ar-  
 chitectam celebratissimum ambulationem etiam pensilem primū  
 omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. xxxvi. cap. xlii. Nam  
 athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debe-  
 mus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris  
 certaminibus, quibus omnibus inseruebant, unquam eos ambu-  
 lando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum  
 exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus quem Xenopho-  
 non, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non  
 ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed  
 alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi  
 dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu-  
 C classe, atque illam ambulationem apud medicos *ἀποθεραπευτική* uo-  
 catam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apothera-  
 pia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studen-  
 tes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec  
 Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad  
 iumentum effatu dignum praestare uideretur, nisi Vegetius edocuis-  
 set ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambula-  
 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. ascendere cogerentur, quo  
 nulla res uel casus pugnantis accidere posset, quam non ante bo-  
 ni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci-

li. Epist. 2.  
& 5.

in Occo.

lib. r. de re  
milit. cap. 9.  
& penult.



3. de usu  
partium.

In Oecon.

Coeli. Au.  
ii. Chron.  
2. cap. 3.  
fib. de cau-  
sis procat.

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

ratio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de-  
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-  
rit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per-  
consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel  
tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter  
ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, &  
in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &  
Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xe-  
nophonem, qui dum in agrum pedibus feruum suum equum du-  
centem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in  
xyfsto 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 fanitatis, ac boni habitus ad-  
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam  
enim grauiore exercitatione confecerant, ne statim ad quietem  
quam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes pau-  
cas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomi-  
tiones, atque uniuersum hoc exercitationis genus *ἄποβραχυρο-  
ζόν* appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus,  
potissimumque in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijissent, a-  
pothetapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudan-  
dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-  
betur, aliquos ad exercitandam sitim ambulatione usos esse. nam  
in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti ca-  
pacior ad cenam ueniret guttur.

*An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.*



VI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, ni-  
hil ambulationi ipsi, motuique dissimilius esse, quam pe-  
dibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profun-  
dius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pe-  
dibus itantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moueri, propte-  
reaque 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-  
mus imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo  
modo

**A**modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, videlicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitacionem motum existere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibilibiter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac sine sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, **B** in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto causam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atque naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem 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 mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erecti: stantibus, **C** quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum 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 ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuius persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob cōtinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intentionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclearissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque lib. de tra. & sig. Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motum contra-  
rium

rium collocavit, uera profus locutus est, cum Aristotelés. 5. Physi D  
 corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui  
 contrariari demonstraerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem a-  
 liud 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  
 interdū non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nō ob id  
 status ab exercitationū ordine remouēdus sit, quod exercitatio de-  
 finiatur esse motus, & ipse minime motus appellationē mereatur,  
 quin immo sicuti quāplures motus, qui sanitati, & bono habitui cō-  
 ferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cōmu-  
 niter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & sta-  
 re erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vn-  
 de sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E  
 alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi in-  
 nuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando deti-  
 netur, musculos magnopere 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 exercitum uocatur. Num  
 uero antiqui gymnastiae inter alias corporū exercitationes huius-  
 cemodi statū receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim  
 cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis  
 imitatores erecti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi  
 roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium ute-  
 bantur: ideo haudquaquam seipos in hoc genere exercuisse mihi  
 uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum esse  
 E  
 cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret,  
 aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inferiret,  
 ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes felitos di-  
 camus: stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob  
 aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitu-  
 dinem capere ualerent, quando quidem antiquitus subsellia quisq.  
 sibi ferebat, quibus ad commodē, & citra molestiam spectandum,  
 necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur,  
 isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Sci-  
 pione Nafica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propius mille  
 passuum subsellia posuisset, sedentiu ludos spectare licitum es-  
 set. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse,  
 ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo-  
 dum

Adum Valerius Martialis de quodam scribit,

*Multis dum precibus Iouem saluat,  
Stans summos resupinus usque in unguis,  
Aethon,*

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore causa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepe numero contingere consuevit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseverarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiusmodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus reputatur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis prohi scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautum insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapium salutat? cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demonstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaque esse debere significaretur. 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 consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiunare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tamen Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpora anima obnitens laborat, utriusque ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibique in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conspicio, hoc unum exercitacionis

5. ratic.  
Prob. 34.

Epil. 11.  
3. & 6.

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 uigilaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cetera ambulandum sit, comprobare uideretur. Illud uero hoc in leco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole stet; *ἐλθὲ πρὸς αὐτὸν* uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incallescere, quam illi qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos operamotus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiusmodi sub sole statu generari creditur, ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamque nostram, qua post cibos ueteres stare consueisse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non existerit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualitudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diurniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quae inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

*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, uel ut ad bellicas pugnas incundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atque alijs publicis

cis

**A** cis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerentur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, 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 *σκιαμαχίαν* Graeci, umbratilem pugnam uocarunt nostri. telorū pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde *μορομαχίας* nomen antiquitus utraq. sortita fuit, & a Coelio Aureliano *hoplomachia* hoc est armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam *πολυσαρκίαν* laudata fuit. At *sciamachiam* fuisse, quando homo ad

s. chro. pa. cap. ulū.

**B** uerfus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonē, qui & in Apologia, & alibi *σκιαμαχέειν* de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita certantes consueffe non solum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduersus columnam, & aduersus palmum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam fallentes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potissimum ueteres facere consueuiffe opinor, quando *antimachus* siue aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimum quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis quibusuis aduersum alterum contendere solent. Primum enim illud innuiffe uidetur Plato, ubi dixit: *καί ἐτι πάντων,*

Sat. 6.

7. deleg.

**Κ** πάντε ἐμψύχων, καὶ τ' ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημία συγγυμνασῶν, ἀράγει ἐκ ἐτολήσασμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτὸς ὄντως σκιαμαχέειν: hoc est, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nūquid nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopiam, aduersus nosmetipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: *ἀλλ' ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴουσι τε ὄντας ἢ δὴ σκιαμαχέειν πρὸς τὰ εἰδωλα:* id est, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridiculum sit) affirmarim; quoniam etiam hisce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exercentur, aduersus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquens dixit: *ἔτω πικρῶ, ὡς ἐκ ἀέρα δέρον,* id est, Ita pugnis certo, quasi

Prob. 10.

aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & bra-  
 chijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est  
 consentaneum. Hae itaque fuerunt duae pugnae species, quas ma-  
 iores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut  
 nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non  
 receperit. quod enim athletica uetustissimis usque temporibus pu-  
 gnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimū.  
 a. Prob. testem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. scriptum reliquit,  
 antiquitus monomachiam scilicet, aut singulare certamen in Pisa  
 Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiū,  
 circa quam quinto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpre-  
 testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo,  
 aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabantur,  
 usq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procedere  
 consueuissē. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo  
 priscum morē retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas  
 E exercerent, quas ne quis credat soli Graecorū nationi proprias exsti-  
 tisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston au-  
 thoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Roma-  
 nos monomachorum spectacula non modo in festis, atque amphi-  
 theatris, uerum etiam in conuiujs a Tyrrhenis contuetudinem  
 mutuatos adhibuisse; quamuis Romani non monomachos, sed gla-  
 diatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aeta-  
 re in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnantes Smaragdo Nero-  
 nem spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis absur-  
 dis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus  
 lib. 15. ca. 18. & li. 37 cap. 5. integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponā. Nam il-  
 lud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam  
 F grauius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scrip-  
 sit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messallinae aetate me-  
 dicinam Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur,  
 sed etiam non raro usq. ad alterius, uel etiam amborum pu-  
 gnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum,  
 praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque testatur,  
 qui se gladiatores grauius uulneratos curasse, & ob id a suae ciuita-  
 tis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin au-  
 thor est Gellius, gladiatori composito ad pugnandum pugnae hāc  
 propositam sortem fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occum-  
 bere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius.  
 2. Tusculanarum quaestionum memoriae mandauit, athletas etiā  
 uulne-

3 de comp.  
 me. p. 82.

lib. 7. c. 3.

**A** uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaerent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere, nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemifcerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua mo nomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praecclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinem crudehum luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibus fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robusta pinguescit, ut faginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, uisus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid 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 ultro neum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater incauea, & foror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater interfit: hoc, pro dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamque diuisis esse se non putant oculis parricidas. Haecenus uirille Christianus, cuius orationem hic excubere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem 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, & faeuitia plena libenter, atque 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 in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod uenales

lib. 17. c. 7.

Primo de  
alim. fac.

lib. 28. c. 1.

&amp; i. 36. c.

alii.

li. 2. epist.

lib. 3. c. 7.



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 cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cum Athenaeus scribar illustres uiros, atque Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta 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, id est Fortu-  
 nae uis quaedam expleret, uel ut infuiscerent milites uulnera, atque caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qualeis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo illi uolucres usque ad extremam uirium defectionem rostris certantes; intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflamarentur, 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 atque gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse, quos f-  
 sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi 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: *ὅπερ ὁ σοφὸς ἐκ ἐπινοήσας μιμῆται τὰς ἰσχυρῶν ἀπειροναίως, οἱ πολλὰ κίς ἀδινεῖς δ' εἶναι τὰς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, καὶ τὸ δοκῆν ἑαυτοῖς καὶ παρὸς ἀπόντας, αὐτὰς ἀπὸ ρείως σκίαμαχῶν τὰς, οἰοῦνται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κερρατηκέναι*: id est, Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbrantili pugna certan-

3. defrac.  
lib. hist. 1.

Spartian<sup>o</sup>  
i Pupieno,  
& Albino.

In Anach.

5. Eliacor.

cap.

ἀδελ δυνάμειως.

»

certan-

**A** certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica 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. Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari omnes docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse. quod enim huiusmodi concertationes maximam ad belli peritiam utilitem praestarent, nemo qui huius temporibus eorum profectores 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 scrimiam 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 uideretur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum infictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Possidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatum scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminent: contra illum palum ueluti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, infil-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenzus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, **D** omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscat ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualitudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratioris milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq; telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastiae munerata etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condecens recenscat. Nam gymnasticos tam armorum, quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura scio- **E** machiam commendauit, hoplomachiam uero a Dama inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam prae exercentem, siue potius aduersarium grauius & praefertim in oculis ferientem, hisce uersibus carpit.

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

Lib. 8.

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

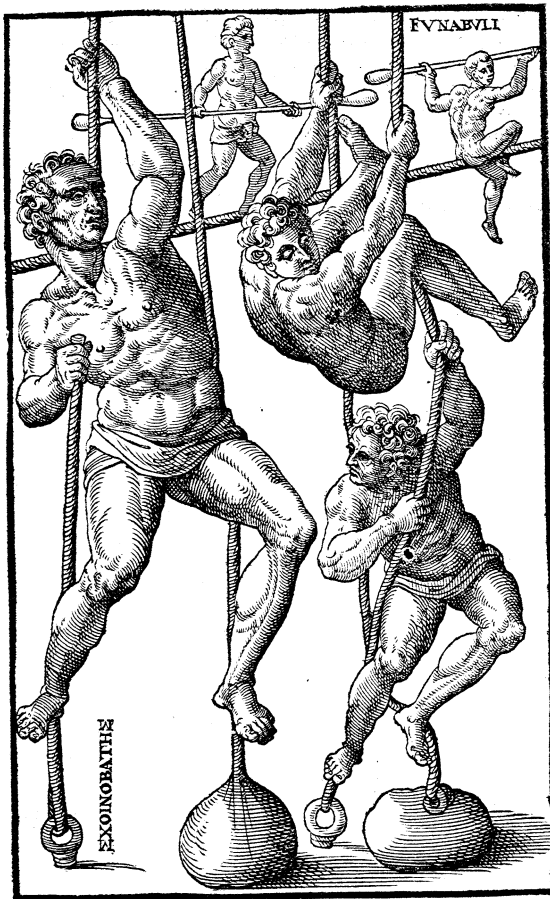
Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuius esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant, enarrandae, **F** antiquorum exercitationes, transeamus.

*De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.*



**P**RAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstiterunt, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuissent, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ δὲ χροῖε ἀναρτήσαι τὸ ἀπροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπληθρίζεσθαι, τὸ πυτιλίζεσθαι id est, per funem ascendere, manibus colluctari, ac plethrisflare, & pytilisflare.

**A**lyffare. Quomodo feſe per funes adſcendendo exerceret, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpeditatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiffimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat.



**A** *ἀκροχίρσιζέσθαι* non defuerunt, qui luctae partem quandam suif-  
 se putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis  
 insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus  
 Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab  
 acrochirismo disungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quae  
 dam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis  
 pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdu-  
 rans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant,  
 aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Paulam  
 legimus, Sofratum cognomine Pancratiastem in huiuscemo-  
 di certamine maximam laudem consecutum, & ob id *ἀκροχίρσι-*  
*σθῆν* quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum sum-  
 mas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitte-  
 ret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque  
 pariter militari gloriae inuigilabant, interdum *ἀκροχίρσιζέσθαι* so-  
 lebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agilia simili ratione  
 effici sibi ipsis persuaerent. De Celtis refert Posidonius, quod in  
 armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetadinis  
 studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paul-  
 lus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum se-  
 cuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectio-  
 nibus commendauit. Quid autem fuerit *τὸ ἐκπλήθειζεν*, tam Gale-  
 nus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit,  
 dum uterque uerbis plane iisdem scripsit, eplethrisiare, fuisse,  
 cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retror-  
 sumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursi-  
 tans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad  
 denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna,  
 donec in fine illius in medio stetit. Ceterum *πυθίλλισεν*  
 idem fuisse, quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, o-  
 pinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo  
 aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur,  
 a quibus pythillare definitur fuisse, si quando summis pedibus  
 quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime  
 manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua ex  
 ercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si inter-  
 dum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc ser-  
 monem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim  
 proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sub-  
 latis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando confusceret de-

6. Flac.

2. de tu. ua.  
 cap. 8.  
 lib. 2.  
 lib. 1. sec. 3.  
 doc. 2. c. 2.

In Misc.

In uita Ly-  
 curgi.

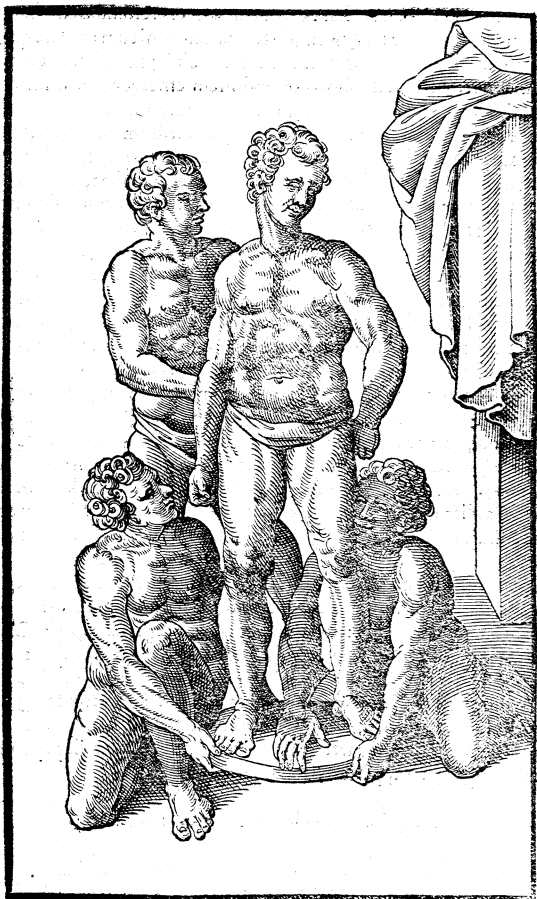
fatigari: de hoc item locutum esse Iuvenalem arbitratus Scaliger legebat.

Sat. II.

*Qui Lacedaemonium pitulifmate lubricat orbem.*

2. d. tu. na.

Sed nos aliter superius legendum demonstrauius. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti si cuiquam alter inuississet, ut se uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuelleret se, moueretque e disco inuncto, super quem erectus manebat, ut ex praesente pictura apparet.





uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnatum 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, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectebatur absolueret se iubebat, aut ipse se a complectente soluebat. 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 pendentibus deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna 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: *καὶ μικρὸν γὰρ προΐόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπωκότες, καὶ ἂν μὴ πη ἀμνημονοῖ διαφύγαμεν, δίκην δ' ὄσομεν ὡσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις δέξι γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἔλκωνται εἰς τὰ ἐναντία.* id est, 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 Διέλλκος ἰν δα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολλὸν ἐν ταῖς παλαίστραις· οὐ μὲρ ἄλλα καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἔλκυσσαι τὸς ἐτέρους οἱ ἐτέρω, ἐς τ' ἂν καὶ ἕνα μετασῆσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατύντες.* hoc est. Dielcyfunda autem, plerumque in palaestris luditur, uerum tamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siquid ad illam partem transmigrauerint, peres illam uictoria est.

*De Spiritus cohibitione.*

*Cap. VI.*



**S**PIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praefertim apotheraeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos non infi-

**A** infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, cogunturque, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua 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 intercepti 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, 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 assequerentur. Propositum autem habebant huiusmodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum 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 commendauit, 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,

Prob. sec.  
33.  
de Symp.  
cau.

dein-

deinceps uehementius & diutius spirationem inflatis buccis conti-  
 neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum  
 praeceptum illud Hippocraticum omnia *ἐν ποσειδωνίς* agenda,  
 antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc  
 exercitationis genere forsitan non uterentur, nimirum quod nulli-  
 bi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis  
 deferuisset, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes  
 spiritus quoq. retentione duabus de causis usos credo, tum ut a las-  
 situdine recrearentur, perspirabilemq. 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, quotidie declarant one-  
 ra gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maxi-  
 mos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cerni-  
 mus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere  
 faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti di-  
 cebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores  
 exire, diffariue non patitur: unde postea retentis illis neque laborā-  
 tes sudoribus diffiunt, delassanturue, neque uis, quam in humo-  
 ribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes faten-  
 tur, ulla ex parte flaccescere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in  
 libro de praeceptis sanitatis, consueuisse alyptas, dum athletas frica-  
 bant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicq. fricationibus con-  
 tra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas di-  
 stenderent. quo in loco apud graecos cum legatur *τηρεντας, τεινον-  
 τας* legendum esse, omnis ratio persuadet: ceteri bonus Erasmus dili-  
 gens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarū effi-  
 citur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retentione  
 adiumenti capere consueuisse, quemadmodū medicinae gymnasti-  
 cos eandē quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum  
 est. Immo uero etiam athletas ostentationis, & spectatorum uolupta-  
 tis gratia in spiritus retentione se quandoque exercuisse, inde con-  
 iungere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiā  
 costis & pectore robustis uittis ligato tam diu spiritum retinuisse le-  
 gimus, quousq. prae impetu intumescerent uenae ligamina illa dis-  
 cinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligo-  
 nis in castris aenca illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum  
 pat. oni signa se inuenisse, atq. ab eis haec

3. artu. ua.  
cap. 1.

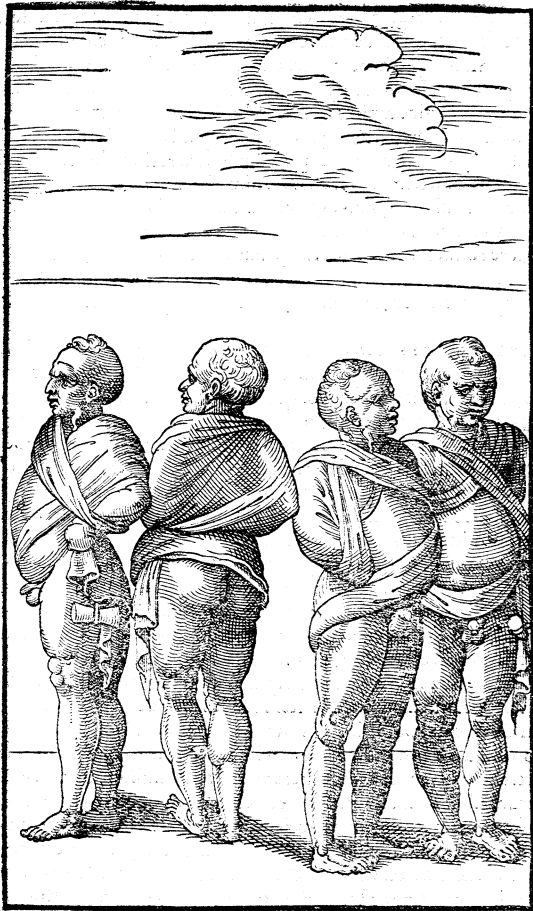
2. partic.  
prob. 1.

E.

F.

TERTIVS

155



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere D licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres 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. ualent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

*De Uociferatione, & risu. Cap. VII.*

**N**TER 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 suppeditari, 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, quasi que eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Orbasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerum etiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobauerunt. 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. 1. ser. 3.  
cap. 5.  
lib. 1. fen. 3.  
doc. 2. c. 2.

3. de bello  
ciuili

**A**bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: 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 similitu 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 monstrauius, 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, citharædos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaessissent, 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 dramatis, rhapsodijs, alijsue

ii. & 19.  
partic.

lib. 5. chro.  
cap. ult.

In Ione

19. partic.  
prob  
lib. 7. c. 25.

**C**imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisque magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolecentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uerbis, in quibus de duobus histrionibus uerba facit,

*Menophili penem tam grandis fibula uestit,*

*Vt sit Comoedijs omnibus una satis.*

& alibi:

*Dum*

Lib. 7.

*Dum ludit media populo spectante palaestra,  
Heu cecidit misero fibula, uerpus erat.*

& quemadmodum Iuuenalis in sinuat ubi scribit.

*Soluitur his magno Comoedi fibula.*

Sat. 6

*Si gaudet cantu nullius fibula durat  
Vocem uendentis praetoribus*

Satis itaque constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum temporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrisq. phona-fcos, sicuti artem phona-fciam a Theophrasto fuisse appellatam. 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 secundum Pausaniã imagine theatri constructum habuisse, in quem deferebantur poemata, priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, *ὠδὸν* a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistas, atque psallicitharistas certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorum exedris, in quibus philosophos, & rectores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus. Porro finis, cuius gratia huiusmodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis *τῆς ἀγῆς πόφης* 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 animaduertim, Corneliũ Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem commendasse, similiter & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praepceptore administrandum consuluisse, ad credendũ adducor,

lib. 1. Atti.

In prot.  
In lib. de  
tuen. fan.  
In xix. par  
tic. prob.

Lib. 1. c. 8.  
lib. 1. chro.  
ca. 1. & lib.  
1. cap. 6.

**A** adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tamen postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum suscepit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualitudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exercent, 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 existimatione habitum <sup>In lib. de u. ual.</sup>

**B** & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiusmodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum alius deiecerat, primo leniter fricabatur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminere, quae uel clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uerfus sciebant, iambicos dicebant, & tertius

**C** locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestantius iudicabatur memoria recitare, quā legere, & ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quā nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabatur, uocē quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eā redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paulatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initium erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriū, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorū, de quibus Plutarchus in libro, quē de conseruanda ualitudine inscripsit, copiose differuit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quā sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiusmodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates Ad hoc pertinet



pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, **D**  
 Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica excla-  
 mantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam dixi-  
 mus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo-  
 dulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione il-  
 lud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuersam  
 & paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera ani-  
 mum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musi-  
 cam prout ex rhythmis, melodijs, harmonijsque composita est, om-  
 nino a gymnastica separari, quia sic animorum solatio atque iucun-  
 ditati solummodo studet, moresque 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 non sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnasti-  
 ca locum obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest,  
 quod musica tota ordinatis uocis motibus plena existit, qui secun-  
 dum Aristotelis sententiam naturam uiresque nostras & augent, &  
 seruant. ut hac de causa nemo infitiri debeat, quin musica, perin-  
 de ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam  
 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum  
 fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscef-  
 sione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum,  
 modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordi-  
 ne seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici prae-  
 cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym-  
 nasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul-  
 tra clamores, atque 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 pro-  
 hibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν  
 παιδῶν, καὶ κλαυθμῶς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐκ  
 τοῖς νόμοις, συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὐξήσιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ  
 γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἢ γὰρ τοῦ πνεύματος καθέξις, ποιεῖ τὴν  
 ἰσχυρὰ τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διαπεινομένοις. id  
 est: Puerorum uero distensiones atque ploratus, qui in legibus pro-  
 hibent, haud recte faciunt, conferunt enim ad incrementum, cum sint  
 quodammodo exercitationes corporum, spiritus namque cohibito  
 laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-  
 stentis

29. partic.  
 Prob. 38.

lib. chron.  
 cap. 5. & li.  
 2. c. 6. & 13

7. Polit.  
 cap. ult.

20  
 21  
 22  
 23

**A**stenfis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & Cicero 2. Tull. q. 2. athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mandauit, quasi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Risum pariter si quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (siue is tiullatio praecordiorum existat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, ut est apud Meletium, motio quae in facie existentes musculos distendat, siue muscularis dilamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis uisceribus impellitur, siue quid aliud sensum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiscera commoueri, ignescere faciem, caput & pectus 2. de part. animalium. & 35. part. prob. 6. In lib. de nat. hom.

**B**concuti? innumerisq. fere affectionibus eorum statum affici, quae sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non perum iuuerunt: ut falsum In Paed. Cyril. dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme confitet, qui risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credit.

*De Cricilassa, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. 11X.*



**S**I ea omnia, quae antiquis temporibus usitata, ac, ut sic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manu tradita, 2. de anat. a. imini. in princ. sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata non interisissent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac anti-quatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra ullam iacturam effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate, asperitateq. obsoleuerunt, alia difficili obscuritate deprauata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam saeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, ut indies cogantur homines obsoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem prouinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam, & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli scriptores supersunt.

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

cap. 16.

**E**λλάσσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τῆ μήκους, τῆ ἀνθρώ-  
 πε, ὡς τὸ ὕψος αὐτῆ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνίδαι, ἐλαύνεσθαι δὲ  
 μὴ καὶ μήκος, ἀλλὰ καὶ πεπλανημένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατήρ σιδῆρος ἑξυ-  
 λων ἔχων τὴν λαβὴν, τῆς μέντοι λεπτοῦ κρίκος τῆς ἀεικλιμένης τῆ  
 τροχῆ ὡς ἠθήσαν τινες εἶναι ἀεικλιτῆς, τὸ δὲ ὄγκῳ ἔστω ἕξει ἀλλ' ὁ ἄ-  
 φος ὀρίνομενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἠδ' οὐκ ἐν τῇ ψυχῇ,  
 id est, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine mino-  
 rem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque se-  
 cundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem  
 impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anu-  
 los rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc mini-  
 me ita se habet, quin immo sonus ab ipsis genitus relaxatione, atque  
 uoluptate animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exer-  
 citatione homines circulum quendam magnum, cuius circumfe-  
 rentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente  
 in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate  
 in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam  
 & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim tro-  
 chus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum.

*Sen Graeco iubeas trocho,*

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & il-  
 le aequae sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis for-  
 tasse in animum induxerit suam; 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, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius,  
 cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exilueret Petauro, tum etiam

Inue-

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



**A** Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quod ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lufores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absolum est raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsum met 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.

*Inducenda rota est, das nobis utile minus,*  
*Isse trochus pueris, at mihi cantus erit.* &  
*Garrulus in laxo cur annulus orbe uagatur.*  
*Cedat at argutis obuia turbat trochis.* &

lib. 14.  
 ibidem.  
 lib. 11.

**B** *Lydia tam laxa est, equitis quam culus abeni,*  
*Quam celer arguto qui sonat aere trochus.*

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. 3.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiã uiuorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quandam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamẽ 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, quem uae Graeci *βεμβυξια* nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

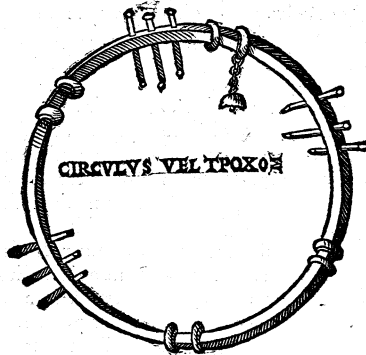
*Οι δ' ἄρ' ἐπὶ στυβάλας τοῖς βεμβυξιας ἔχοντες*  
*Ἐστρεφον ὑπερὲν πᾶσι ἐς ἐνὶ τριβόφῳ. - idest:*  
*At pueri scytalis ludentes turbine acuto*  
*Verrebant lato quisq. suum in triuio.*

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus  
*Ceu quondam torto uoluitans sub uerberere turbo,*  
*Quem pueri magno in gyro uacua atria circum*  
*Intenti ludo exercent, ille actus habena*  
*Curuatis fertur spatys, stupet inscia turba,*  
*Impubisq. manus mirata uolubile buxum*

7. Aeneid.

*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 incurfū trochi cauerent. Postremo ex aere confabatur, 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) apprimere praesentata 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 consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

*Indoctusq. pilae, disciue, trochine quiescit,*

*Ne spissae risum tollant impune coronae:*

Cumq. Propertius inter gymnasiolorum exercitationes recenscat:

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: deum 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 sefficiebatur. quas condiciones apprime nostro pilamalleo conuenire unumquifque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

loc. citatis.

## De Equitatione. Cap. IX.

**A**CTENVS 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, quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis 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 *ἰπποπόδα* uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, nec non 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 Bellorophontē Thesali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paulatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

3. de tu. ua.

lib. 7. c. 36.

lib. de aere aquis &amp; locis.



cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad **D**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 corripi, 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**Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercorea equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. 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 huiuscemodi factionibus aut studiis **F**diuissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

*Saepe ad palmam Prasinus post fata Neronis  
Peruenit, & uictor praemia plura refert,  
In nunc liuor edax, dic tu cessasse Neroni,  
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,  
De Prasino conuiuia meus, Venetiq. loquetur.  
Nec facient quemquam pocula nostra reum.*

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

*Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem  
Per-*

**A** Percussit, euentum uiridis quo colligo panni.  
 Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres  
 Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis  
 Consulibus.

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

*Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis,  
 Et placet hic pueris, militibusq. color.*

lib. 14.

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

1. de arte  
 amandi.

*Cuius equi uentient, facito studiose requiras,  
 Nec mora, qui quisq. erit, cui fanet illa, faue.*

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā  
 uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus  
 luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam  
 edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam  
 gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis  
 disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testa-  
 tus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exer-  
 ceteri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit,  
 easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui-  
 denter collocauit, sicuti Xenophon pariter tentire uidetur, apud  
 quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loqui-

8. de leg.

**C** tur: *μὴ δὲ ταῦτα ὡς τα πολλὰ ἀναβάς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἵππασάμην  
 ἵππασίαν, ὡς ἀπὲρ ἐν δύνωμαι ὁμοίᾳ τῆν ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγ-  
 καίαις ἵππασίαις, ἐπεὶ ὁ λογιεῖ, ἐπεὶ κερτάντες, ἐπεὶ τὰ φρε, ἐπεὶ ὀχε-  
 τῆ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν ταῦτα ποιεῖντα, ἐπιμέλομαι μὴ  
 ἀποχωλεύσαι τὸν ἵππον.* idest. Post haec autem equum ascendens  
 ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs e-  
 quitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo mo-  
 do per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo  
 supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne  
 claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs  
 eius uiuēdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tan-  
 dem Socrates ita responsum dedit: *νῆ τὴν ἕραν ὁ ἰσχόμαχε ἀρεσκῶν  
 τῶς*

In Occen.

τως γὰρ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνσκευασμέ-  
 νως χρῆθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγίειαν καὶ πρὸς τὴν βίωσιν ἀποσκευασ-  
 μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τε πλεῖστες ἐπιμε-  
 λείαις, ταῦτα πάντα ἀγὰρ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem  
 o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempo-  
 re collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec  
 non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae  
 omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Is-  
 chomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elici-  
 tur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus  
 usos. Quod uero medicorum gymnastiae equitationes ad sanitatem  
 recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus ha-  
 bitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam  
 orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter  
 reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam  
 obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: ni  
 si quoq. Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio acce-  
 deret, qui tam equis, quam camelis uctari inter opportunas exer-  
 citationes reposuit, nam & Germanicum Tiberij Imperatoris ne-  
 potem, cum crurum tenuitate denurparetur, equitatione a medi-  
 cis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc ex  
 emplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissi-  
 mam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis &  
 apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, &  
 illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurren-  
 tibus: quorum omnium diuersas operationes suo loco explanabimus.

2. d. tu. ua.  
cap. II.

Loc. citat.

De Curruli uectatione. Cap. X.



IXIMVS duo esse exercitationum genera, alterum in  
 quo homines a se ipsis solum mouentur alterum ab a-  
 lijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suap-  
 te natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes  
 mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gesta-  
 tio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo,  
 Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis ἀνώρα  
 uocatur, in sequentibus uerba facere polliciti sumus. atque iam de  
 equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem ex-  
 plicamus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus  
 uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitatur. si quidem,

1. d. tu. ua.  
cap. II.

ut

Aut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelium imagines re-  
 latum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, &  
 modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus  
 faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem,  
 fraxinum, atq. 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 rota effeda atq. uehicula au-  
 ro, ac argento insignita conspiciantur. 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, ijsq.  
 ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta  
 olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tan-  
 tumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatus consulto  
 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 confu-  
 lens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos  
 haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra  
 certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus  
 ea usitata apparebit. Quis quae so 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 ex cultum, 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 & lo-  
cis.

li. 34. c. 17.

Lampridi-  
us in uita He-  
liogab.

lib. 17. c. 7.

In paed.  
Cysi.

Oribasius  
li. 6. c. 25.

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

In probl.  
Rom.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D  
fanitatem 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, quod, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tem  
pora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bel  
lis e curribus quoque dimicarent, quemadmodum in equitatione ex  
ercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in cru  
ribus se exercere 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- E  
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. atque utraque 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. Numquid autem sani simul, & ualetudinarij in  
ijsdem uehicularum exercebantur, 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; hosa stadijs triginta, aut  
quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto  
maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis,  
& apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse  
principes tectis potius, quam detectis uectos credere possu  
mus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum  
prospera ualetudine uteretur, caputque tremulum, & manus, ac lin  
guam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo  
undique obrecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorum  
infirmiuitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro se  
ptimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarissime, &  
infirmiuitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehicu  
lo undique oclusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omni  
bus cuique cognoscere licet, talem exercitationem non minus cete  
ris

**A**ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si possideret, insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritū, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Corrucam, Carpentum, Thenfam, Cifum, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset.

**B** & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi.

2. d. tu. na.  
cap. II.

*De gestatione in Lectica & sella.*

Cap. XI.



**L**ECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non defunt qui opinentur: nec forsitan sine ratione, quandoquidem nulla apparet probabilior causa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeunt, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperatores, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegias inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medicum gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis conceditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualitudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuius liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, proyt libebat, qui gestarentur, posset. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis, credo non admodum dissimilem existuisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

Lib. 6.

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

*Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,  
 Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,  
 Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,  
 Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?  
 Rideris, multoq. magis traduceris Afer,  
 Quam nudus medio si 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 tua sit Zoile sandapila.*

Lib. 6.  
libro. 1. ad  
uxorē suā.

Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper  
 a sex feruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis,  
 Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis  
 lecticariorū numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum,  
 quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quen-  
 dam insanum uocat, quod ab octo feruis lectica eius ob quandam  
 diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

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

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro fede  
 commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur in-  
 feruiebat, 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 castris  
 fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per ur-  
 bem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui  
 Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem ue-  
 hendi spectaculoq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sel-  
 lam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpret  
 alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sine-  
 batur,

**A** battur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant, primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuiffe, atque inde curulis fellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & fellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uideretur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, fellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a feruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualitudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum stuidij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis se ipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in fellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die obseruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, fellam, atque lecticam idem existisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

lib. 1. chro.  
cap. 1.

lib. 3. c. 6.

6 d tu. ua.  
cap 4.

lib. epist. 3.

Orib. loco  
citato.

lib. 10.

*Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recusō*

*Per medium paginas, sed prior ire, lutum,*

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio confirmatur, Ipsas quoque iam lecticas, & fellas, quis in publico quoque domestice, ac secretae habebantur, eierauere. Iam uero fellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Helioabalō certo sciri potest.



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



**Q**UOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub *κλίνης* uocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsán aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inferuiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari definet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. 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 praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mentis 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 interpres nomen *κλίνης* pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum usum habere censeant. Quibus similis quoque est exercitatio illa pueroꝝ, dū in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum ualitudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balnearum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusense frequenter usurpata apud Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inferuiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti in uentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarent. quamquam pauci, uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore existisse. 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. 16. c. 3.

**Q**uod operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut a terra sublatis 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 laquearibus 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 quoscumque exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinem uel ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauiissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namque 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 uideatur. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam esse, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiusmodi 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 uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod *σκιμποδίου* 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 quandoque uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo gestabantur,

stabantur, secundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, scimpodio undiq. obrecto ferebatur. Ceterum qualis huius instrumenti figura existerit, haud satis constat: putandum est tamen fellam fuisse ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctū, ut pendere uideretur, in quo si non penitus, saltem ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexisse meo iudicio uidetur Luuenalis, 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 allatā retulit.

D. M

L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM  
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI  
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECA-  
VIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET  
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO  
E T. S I B I

16. Meth.

neque aliud significauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecicis praescribens haec scriptis mandauit: ἀρρωσθέντα βέλους και κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τῷ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. idest, aegrotantem uolo portari in scimpodio ad balneum, neque aliud Libanius rhetor in libro de sua ipsius uita intellexit, dum dixit: cum do-

lib. 19. c. 10.

misum, in lecto iaceo; ubi uero in schola, in scimpodio, sicut etiam idem intellexit Gellius, ubi scribit, se Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in scimpodio Graeciensi cubantem inuenisse. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates amaioribus nostris lectulos, ac balneas pensiles, nec non scimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnasticis ad exercenda ualerudinariorum corpora usurpata fuisse. Quale porro fuerit instrumentum illud machinamentum raptorium, & macron sparton a Coelio Aureliano uocatum, qualisq. apud eundem recussabiiis fera Italica nominata, quibus duobus gestabatur, nondum mihi plene compertum est, cum a nullo alio auctore ipsorum mentionem hucusque factam inuenierim, nisi fuerit, ut supra diximus, petaurum, uel potius sit Coelij contextus deprauatus.

lib. 3. c. 6 &  
lib. 5. c. ul.

De

*De Navigatione, & Piscacione. Cap. XXI.*

**N**TER gestationis species, quae plures exercendis corporibus existerunt, navigationem quoq; reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utriusque non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua navigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna navigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uideretur. Hac navigationis 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 navigatione, 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 siccis exsiccare natum est, quare dicebat Auicenna navigationem leprae, hydropis, apoplexiae, stomachi frigiditibus, nec non inflammationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phthisicis, & sanguinem excreantibus adiuuentum asserit Annaei Gallio nis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huiusmodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo semisisse, & confirmatum a ualitudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. sentent phthisicis 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 pulmonem ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpato uiuuisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in navigatione ualitudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum definebant. Porro navigationis 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.

In lib. de  
caulis na.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in parvis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus naueam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficifcentes 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 aperiunt, & falsae proprietatis causa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnaesticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos Eamplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufesto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uicino plenius interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoque apud me, huic summo opere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur, atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginensibus mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt, 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 copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atque huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumachiarum ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso 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 demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine descripsit.

lib. 26. c. 3

lib. 1.

*Si quis ades longis serus spectator ab Oris,  
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,  
Ne se decipiat ratibus naualis Eryx,*

Et

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

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. 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 exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, 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 uideatur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur,

*Ex urbe ad mare hic prodimus pabulatum,*

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. 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 uideretur, 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 huiusmodi non admodum probarent, sed communem potius quamdam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus du-  
In sophist. & 7. d leg.

**C** 2. d. tu. san. cap. 8.  
ros atq. 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. Neq. 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: Vix uiuendi eidem hic fuit, primum ut si facultas esset, id est si cum uxore non cubuisset matutinis horis in hario suo, in quo  
6. d. comp. med. fm 1. 38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in D  
 queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum di-  
 cit Christum, Abraham & Orpheum, & huiusmodi deos habe-  
 bat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci  
 qualitate uel uestabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel ue-  
 nabatur. Haec I. ampridius. 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.



**M**AGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper na-  
 tationis existimatio; tantumque per plura saecula illius  
 usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam pri-  
 ma litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum  
 nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec  
 litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud  
 in prouerbiu contra bardos, & prorsus inertes continuo recep-  
 rint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natan-  
 di peritia si non eosdem honores obtinet, quibus antea actis saeculis  
 afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio  
 enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tati fecerunt,  
 haec una iudicio meo existit, quod primis illis temporibus apud  
 respub. quascumq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, ho-  
 norabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propaga-  
 tio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam  
 aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabilis  
 incumbat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc  
 frequentius committebantur; in transeundis uadis, ac fluminibus  
 homines nandi arti consili pericula magis euadere possent, mi-  
 nusue formidarent, (quando saepe numero 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  
 etiam 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 fi-  
 mul

Sect. 27.  
 Prob. 5. &  
 2. Rhe. c. 4

De Cyri mi-  
 noris expe-  
 di.

lib. I. de re  
 mili. c. 10.

Amul natate perdidicerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicari, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualeitudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatū reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, & si uelint, etiam narent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet; nempe quia in huiusmodi motione insigniter uniuersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis *γυμνάσιον πρὸς τὴν αὐτῶν* facere consueuisse scripsit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecallescisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruauit, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varonem, & alios Latinae linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uidentur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circūdatas fuisse tradit Seneca, narent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. 7. & lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocautum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet: Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplū, si natate latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum

7. collec.

23. partic.  
Prob. 3.  
4. De locis  
affect.  
Oribasius  
lib. 6. c. 27.

Epist. 7. &  
3. lib.



est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij **D**  
 baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullia-  
 nus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum  
 in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edo-  
 cēs magis laudat lotionem in balneo factam *ἐν ταῖς κολυμβήθραις*.  
 id est, in piscinis natando institutis, quam *ἐν τοῖς μικροῖς ἀνέλοις*.  
 quamquam etiam piscinam interdum in arēa gymnasiolorum aedifi-  
 catam 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 publi-  
 cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum; &  
 23  
 24  
 25  
 26  
 27  
 28  
 29  
 30  
 31  
 32  
 33  
 34  
 35  
 36  
 37  
 38  
 39  
 40  
 41  
 42  
 43  
 44  
 45  
 46  
 47  
 48  
 49  
 50  
 51  
 52  
 53  
 54  
 55  
 56  
 57  
 58  
 59  
 60  
 61  
 62  
 63  
 64  
 65  
 66  
 67  
 68  
 69  
 70  
 71  
 72  
 73  
 74  
 75  
 76  
 77  
 78  
 79  
 80  
 81  
 82  
 83  
 84  
 85  
 86  
 87  
 88  
 89  
 90  
 91  
 92  
 93  
 94  
 95  
 96  
 97  
 98  
 99  
 100  
 101  
 102  
 103  
 104  
 105  
 106  
 107  
 108  
 109  
 110  
 111  
 112  
 113  
 114  
 115  
 116  
 117  
 118  
 119  
 120  
 121  
 122  
 123  
 124  
 125  
 126  
 127  
 128  
 129  
 130  
 131  
 132  
 133  
 134  
 135  
 136  
 137  
 138  
 139  
 140  
 141  
 142  
 143  
 144  
 145  
 146  
 147  
 148  
 149  
 150  
 151  
 152  
 153  
 154  
 155  
 156  
 157  
 158  
 159  
 160  
 161  
 162  
 163  
 164  
 165  
 166  
 167  
 168  
 169  
 170  
 171  
 172  
 173  
 174  
 175  
 176  
 177  
 178  
 179  
 180  
 181  
 182  
 183  
 184  
 185  
 186  
 187  
 188  
 189  
 190  
 191  
 192  
 193  
 194  
 195  
 196  
 197  
 198  
 199  
 200  
 201  
 202  
 203  
 204  
 205  
 206  
 207  
 208  
 209  
 210  
 211  
 212  
 213  
 214  
 215  
 216  
 217  
 218  
 219  
 220  
 221  
 222  
 223  
 224  
 225  
 226  
 227  
 228  
 229  
 230  
 231  
 232  
 233  
 234  
 235  
 236  
 237  
 238  
 239  
 240  
 241  
 242  
 243  
 244  
 245  
 246  
 247  
 248  
 249  
 250  
 251  
 252  
 253  
 254  
 255  
 256  
 257  
 258  
 259  
 260  
 261  
 262  
 263  
 264  
 265  
 266  
 267  
 268  
 269  
 270  
 271  
 272  
 273  
 274  
 275  
 276  
 277  
 278  
 279  
 280  
 281  
 282  
 283  
 284  
 285  
 286  
 287  
 288  
 289  
 290  
 291  
 292  
 293  
 294  
 295  
 296  
 297  
 298  
 299  
 300  
 301  
 302  
 303  
 304  
 305  
 306  
 307  
 308  
 309  
 310  
 311  
 312  
 313  
 314  
 315  
 316  
 317  
 318  
 319  
 320  
 321  
 322  
 323  
 324  
 325  
 326  
 327  
 328  
 329  
 330  
 331  
 332  
 333  
 334  
 335  
 336  
 337  
 338  
 339  
 340  
 341  
 342  
 343  
 344  
 345  
 346  
 347  
 348  
 349  
 350  
 351  
 352  
 353  
 354  
 355  
 356  
 357  
 358  
 359  
 360  
 361  
 362  
 363  
 364  
 365  
 366  
 367  
 368  
 369  
 370  
 371  
 372  
 373  
 374  
 375  
 376  
 377  
 378  
 379  
 380  
 381  
 382  
 383  
 384  
 385  
 386  
 387  
 388  
 389  
 390  
 391  
 392  
 393  
 394  
 395  
 396  
 397  
 398  
 399  
 400  
 401  
 402  
 403  
 404  
 405  
 406  
 407  
 408  
 409  
 410  
 411  
 412  
 413  
 414  
 415  
 416  
 417  
 418  
 419  
 420  
 421  
 422  
 423  
 424  
 425  
 426  
 427  
 428  
 429  
 430  
 431  
 432  
 433  
 434  
 435  
 436  
 437  
 438  
 439  
 440  
 441  
 442  
 443  
 444  
 445  
 446  
 447  
 448  
 449  
 450  
 451  
 452  
 453  
 454  
 455  
 456  
 457  
 458  
 459  
 460  
 461  
 462  
 463  
 464  
 465  
 466  
 467  
 468  
 469  
 470  
 471  
 472  
 473  
 474  
 475  
 476  
 477  
 478  
 479  
 480  
 481  
 482  
 483  
 484  
 485  
 486  
 487  
 488  
 489  
 490  
 491  
 492  
 493  
 494  
 495  
 496  
 497  
 498  
 499  
 500  
 501  
 502  
 503  
 504  
 505  
 506  
 507  
 508  
 509  
 510  
 511  
 512  
 513  
 514  
 515  
 516  
 517  
 518  
 519  
 520  
 521  
 522  
 523  
 524  
 525  
 526  
 527  
 528  
 529  
 530  
 531  
 532  
 533  
 534  
 535  
 536  
 537  
 538  
 539  
 540  
 541  
 542  
 543  
 544  
 545  
 546  
 547  
 548  
 549  
 550  
 551  
 552  
 553  
 554  
 555  
 556  
 557  
 558  
 559  
 560  
 561  
 562  
 563  
 564  
 565  
 566  
 567  
 568  
 569  
 570  
 571  
 572  
 573  
 574  
 575  
 576  
 577  
 578  
 579  
 580  
 581  
 582  
 583  
 584  
 585  
 586  
 587  
 588  
 589  
 590  
 591  
 592  
 593  
 594  
 595  
 596  
 597  
 598  
 599  
 600  
 601  
 602  
 603  
 604  
 605  
 606  
 607  
 608  
 609  
 610  
 611  
 612  
 613  
 614  
 615  
 616  
 617  
 618  
 619  
 620  
 621  
 622  
 623  
 624  
 625  
 626  
 627  
 628  
 629  
 630  
 631  
 632  
 633  
 634  
 635  
 636  
 637  
 638  
 639  
 640  
 641  
 642  
 643  
 644  
 645  
 646  
 647  
 648  
 649  
 650  
 651  
 652  
 653  
 654  
 655  
 656  
 657  
 658  
 659  
 660  
 661  
 662  
 663  
 664  
 665  
 666  
 667  
 668  
 669  
 670  
 671  
 672  
 673  
 674  
 675  
 676  
 677  
 678  
 679  
 680  
 681  
 682  
 683  
 684  
 685  
 686  
 687  
 688  
 689  
 690  
 691  
 692  
 693  
 694  
 695  
 696  
 697  
 698  
 699  
 700  
 701  
 702  
 703  
 704  
 705  
 706  
 707  
 708  
 709  
 710  
 711  
 712  
 713  
 714  
 715  
 716  
 717  
 718  
 719  
 720  
 721  
 722  
 723  
 724  
 725  
 726  
 727  
 728  
 729  
 730  
 731  
 732  
 733  
 734  
 735  
 736  
 737  
 738  
 739  
 740  
 741  
 742  
 743  
 744  
 745  
 746  
 747  
 748  
 749  
 750  
 751  
 752  
 753  
 754  
 755  
 756  
 757  
 758  
 759  
 760  
 761  
 762  
 763  
 764  
 765  
 766  
 767  
 768  
 769  
 770  
 771  
 772  
 773  
 774  
 775  
 776  
 777  
 778  
 779  
 780  
 781  
 782  
 783  
 784  
 785  
 786  
 787  
 788  
 789  
 790  
 791  
 792  
 793  
 794  
 795  
 796  
 797  
 798  
 799  
 800  
 801  
 802  
 803  
 804  
 805  
 806  
 807  
 808  
 809  
 810  
 811  
 812  
 813  
 814  
 815  
 816  
 817  
 818  
 819  
 820  
 821  
 822  
 823  
 824  
 825  
 826  
 827  
 828  
 829  
 830  
 831  
 832  
 833  
 834  
 835  
 836  
 837  
 838  
 839  
 840  
 841  
 842  
 843  
 844  
 845  
 846  
 847  
 848  
 849  
 850  
 851  
 852  
 853  
 854  
 855  
 856  
 857  
 858  
 859  
 860  
 861  
 862  
 863  
 864  
 865  
 866  
 867  
 868  
 869  
 870  
 871  
 872  
 873  
 874  
 875  
 876  
 877  
 878  
 879  
 880  
 881  
 882  
 883  
 884  
 885  
 886  
 887  
 888  
 889  
 890  
 891  
 892  
 893  
 894  
 895  
 896  
 897  
 898  
 899  
 900  
 901  
 902  
 903  
 904  
 905  
 906  
 907  
 908  
 909  
 910  
 911  
 912  
 913  
 914  
 915  
 916  
 917  
 918  
 919  
 920  
 921  
 922  
 923  
 924  
 925  
 926  
 927  
 928  
 929  
 930  
 931  
 932  
 933  
 934  
 935  
 936  
 937  
 938  
 939  
 940  
 941  
 942  
 943  
 944  
 945  
 946  
 947  
 948  
 949  
 950  
 951  
 952  
 953  
 954  
 955  
 956  
 957  
 958  
 959  
 960  
 961  
 962  
 963  
 964  
 965  
 966  
 967  
 968  
 969  
 970  
 971  
 972  
 973  
 974  
 975  
 976  
 977  
 978  
 979  
 980  
 981  
 982  
 983  
 984  
 985  
 986  
 987  
 988  
 989  
 990  
 991  
 992  
 993  
 994  
 995  
 996  
 997  
 998  
 999  
 1000

**A** sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitatem suam citius & leuius illabatur. Extra balnea quoque, apud aliquas nationes loci peculiare nando construebantur, & ideo *κολυμβήθραι* uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, *ἴπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τῆς σιλῶαμ, ἐν ἧς* Cap. 9. ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaque natatione arcendis morbis, sanisque corporibus exercendis & conseruandis usitatum fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumque ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natate conseruasse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit.

B

*De Uenatione.**Cap. XV.*

**R**AE CLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedom corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis causa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumque nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo non uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iisque ualidis, & sanis conseruandis uenationem tantopere aestimarunt, cuius nimirum 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 excellabant, sibi impendendum quotidie putarent. Neque uero solum medicinae gymnasticam huiusmodi exercitationem, sed bellicam quoque & athleticam recepisse, probasseque credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinem, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, cumu-

In lib. de ludo paruor. piaz.

i. Polit.

In libro de uen.

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D  
 in eo praesertim, q̄ non in aibus 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 testimoniis hanc sententiã audacter nimis pro-  
 ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi, exercita-  
 tionem 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, aquatiliũ scilicet, uolatiliũ, & terrestriũ animalium di-  
 stinxisset, improbat aliis duabus pro iuuenũ educatione, de terre-  
 striũ uenatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. *πικρὸν δὲ μὲν οὖν θή-  
 ρειςί τε, καὶ ἀγρὰ λοιπὴ τοῖς παρῆμιν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῷ εὐδόντι E  
 αὐτῷ, καὶ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν οὐκ ἀξία ἐπαινεῖ, ἐδ-  
 ῆ τῷ δὲ παύματα πόνων ἔχουσα ἀρυσίτε, καὶ ἀγῶαις, ἀλλ' εὐφροσύ-  
 νησι καὶ νύκτερι χερσεμένων τὴν ἀγρὸν τῷ θηριῶν βόμῃ, μόνῃ δὲ ἡ πᾶσι-  
 λοιπῇ καὶ ἀρίστη ἢ τῷ τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κύνεσι, καὶ τοῖς ἐωυτῶν  
 θήρα σωμασιν, ὧν ἅπαν τῷ κερταῖσι δρόμοις, καὶ πηληγῶσι καὶ βολαῖς  
 αὐτῶν χερσεῖς θηρέωντες ὅσαι ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελῆς. idest, Solũ  
 itaque terrestrium uenatio, capturae, athletis nostis reliqua est,  
 atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-  
 cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur  
 laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,  
 & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co-  
 natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines  
 quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenatur, quos F  
 omnes superant illi, qui fortitudinis diuinæ possessionem curantes  
 propriis 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: ἡ πολεμικὴ δὲ ἐν-  
 ῆ ἀσκήσιος ἐπὶ θήρα ἐξήγεν, ὥσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ὅ ἐτο χρη-  
 ναι, ταύτην ἠγόμενος καὶ ὄλωις ἀεὶ τὴν ἀσκήσιν πολεμικὴν εἶναι, καὶ  
 ἵπτικὴ δὲ ἀληθὲς ἀτὴν. idest, Exercitationis autem bellicae gra-  
 tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi-  
 stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-  
 mam,*

**A**nam, & 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 capefendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum quod corporibus bonam ualeitudinem comparatum, tum quod eos ad bellum maxime instituit, strenuosque milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quin immo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio super sit, quin inter ceteras militari gymnasticas inseruientes exercitationes uenatio quoque locum obtinuisse debeat. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepe numero representatae & apud Latinos scriptores mirum in modum celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeferebant, nempe cum bestiarum, atque alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usque ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualeitudinis, & bono corporis habitui comparandis, tuendisque probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori sanitati inseruientes eam reposuit, ludoque paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorum Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum F. azis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualeitudinem assiduus exercitationibus partam incolumes euaserint, ne silentio praeterea Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis apposis delectari negauit, cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaque mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usque adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neque urbis, neque ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuius iam esse potest, quantum in exercendis pro uale-

lib. 1. poli. cap. 5.

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

lib. 5. epist.

in 30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius **D**  
 cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, ui-  
 sco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus,  
 sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-  
 ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere ca-  
 ro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terre-  
 stris belluas peragebatur: illas uenationes aptiores existimatas arbi-  
 tror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam  
 equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum  
 corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem  
 animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem,  
 quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus  
 exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo;  
 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 distribuebantur, 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 qualeas, perdices, & fasianos exercetur.  
 Sed de his satis. **F**

lib. 25. c. 5.


9. d. his. a. fa  
ium. c. 36.*Explicit Liber Tertius.*

A R T I S

# ARTIS GYMNASTICAE

## LIBER. QVARTVS

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

 **V**M gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiam uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali refideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuiisset profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes usque adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastiam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, iisque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmantur, tum earum similitudines 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 natura initium capiemus: quam cum definiuerimus motum quandam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem conse-

consequentes declarabimus: secundo; quae sunt corpora exercita- **D**  
 tionibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse  
 debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui  
 uel confirmandae, uel conseruandae ualeitudini student: quarto,  
 quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur, si  
 cuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem per  
 ferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuiu-  
 que aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi  
 mensura exercitationis praescriberetur, ideo quinto subiungam,  
 quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercita-  
 tio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum quali-  
 tates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in  
 hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Po-  
 lybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu neces- **E**  
 sariū positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc  
 in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uo-  
 lumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio  
 momenti existere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes  
 detrimenta potius, quam commoditates ulla inferant: innume-  
 rae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-  
 leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae  
 in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione com-  
 missos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio con-  
 tigisse fertur, quem mala stomachi ualeitudine affectum opportu-  
 nis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roboraf-  
 se scribit Plutarchus, ut ad multa magnaue certamina se ualidum  
 reddiderit. Contra, si ea eadem temere nullaq. opportunitatis ratio- **F**  
 ne fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tribu-  
 tas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerum etiam plu-  
 rima, ac facuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit,  
 ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sa-  
 nam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, iidem ob  
 exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, af-  
 fiduisue medicamentis opus habeant.

1. de dieta.

2. d. tuua.  
 cap. 7. &  
 lib. de cibus  
 bo. & mar.  
 sic.

In eius ui-  
 ta.

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

**S** igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates existunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorum alii quascumq. exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes astrictos solum exercendos iudicarunt, in assuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re-  
**B** censere, & refutare operaepretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si refutata dimittantur, aliquibus arrideant, & taquam sanitati conducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagorae, & Chryssippi in medicina successior, nec non Asclepiades Pruiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamento- rum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualeitudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum afferendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur 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, atque sic sanitati potius obest, quam proficit. 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 humido

s. d. m. u. a. cap. 11.



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

6. epid. cō. 4

1. de dieta.

**A**ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitacionē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitaciones opportunaē succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitacionem medici antiqui esse definiuerunt, 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 multum exercitacioni deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus euantiant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur.

**Q**uod porro in secunda ratione asseriebant exercitacionem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitacionem, 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 exercitacioni associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus liberet, omnisq. 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 inedia[m] trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamentis sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobauerunt; at iidem sanos non modo a medicamentis nō iuuari, sed sanitatem apprimē 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

Gymnastica                      N                      medium

In proble.  
sect. 5.  
In. 2. de ab  
sti abasali  
bus.  
Libr. 1. in  
prooe.  
lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitatio- **D**  
 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, confideretur;  
 quae tamen si 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 conferuet, & simul  
 cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra  
 solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes **E**  
 utentium exercitatione τυροίς ἀκριβῶς ἢ δὴ πεπηγῶσι, siue caseis  
 iam exacte coagulatis, & non utentium τυροίς ἑπιτηγνυμένοις, 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 definiebamus, uera dicunt, &  
 nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta  
 loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos  
 uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse ufos; alioqui ab omni mo-  
 tu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani ui-  
 uant, quando quotidie ea ratione quam plures 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 **F**  
 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 obstant. 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: *Ἐγένετο δὲ ταῦτα μερᾶχιοισι, νεοισιν, ἀκμάσει,  
 καὶ τετέων τοῖσι ὠρεὶ παλαιοῖσιν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι.* id est,  
 fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus,  
 atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exer-  
 ceban-

com. 5. de  
artic. aph.  
1.

6. coll.  
cap. 2.

1. Epid. 60.  
1. aph. 11.

**A**cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi 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) exercitacionem 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 exercitacionibus opportune administratis memo-  
riae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Per-  
sae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flatu  
**B**bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur Lib. 1. Cyt  
neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis  
consumere. paed.

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

**R**EVVATA eorum falsa opinione, qui exercitacionem  
corporis ad sanitatem nihil conducere afferebant, iam  
eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu  
habito iniungendas exercitaciones esse censuerunt: quos  
praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni au-  
ctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem  
**C**hanc indefinitam propositionem enunciaisse, (Labores cibum praee-  
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 exercitacionibus 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 elargiri in pluribus mani-  
festatur, sicuti in maiori hominum parte exercitacionum 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 coti-  
nuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natuum colore

s. ad m. va.  
cap. II.

conspirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progigneret. **D** atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, diffaturae; consentaneum rationi plane uidetur, 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 iuuari, & iccirco 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 E milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus profint, quos immodicus coitus, siue *ἀσγνεία* secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuat, quos uel minimus laedat, & sic de singulis; pariter rationabile fit, 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 bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducatur, 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: si quidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nunquam moueatur; at quod iisdem incontinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dicitur, 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, sal-

2. de temper.

6. Epid. cō.  
5. aph. 21.  
1. partit.  
Prob. 51.5. de tu. ua.  
cap. 11.

**A**sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratione, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminetibus morbis exercitationis abstinentia, soliusque balnei usu se liberasse, sanosque conseruasse testatur. quod uero potestremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerum esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus non parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmos, si exercentur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos sed in exercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore generatos 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 & ficci 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, atque illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaelibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aequae perniciosum, & letale inuenitur, atque cuiuslibet motus cessatio, consummatum otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natius hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirum 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 ualitudinis offensionem perducunt.

s. de tu. ua.

In li. de dictis, & factis Socr.

s. de tu. ua.

lib. de cib. bo. & ma. succi lib. de cau. mort. ori. li. 1. de sta.

*Redarguntur, qui assuetos solum exerceri solebant.*

Cap.

1111.

**R**ESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, in assuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandam praeferebat, ceterisque duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasque supra naturae condiciones illam statuere uideatur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaque cum legisent apud medicorum principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeque ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, in assuetis minus incommodare, assueueranter pronuntiarunt, neminem in assuetum 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 quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescunt, magna ex parte naturae suae convenientem consuetudinem delingunt; 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 peruertunt, & 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 iidem aegritudines diuersas incurrant: si quidem 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, at-  
 tamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omni-  
 bus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa. 2. Aph. 56.  
 descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum  
 est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciofa existunt, qua-  
 lis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis ci-  
 tata auctoritas in ea sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmo-  
 dum & 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 responde-  
 mus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam si-  
 cuti multi consuetudinem naturae eorum cōuenientem induunt,  
 B ita quamplures uel dulcedine allesti, uel negligentia, aut alijs de-  
 tenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in-  
 malis consuetudinibus & naturae ipsorum inimicis persistunt;  
 quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quie-  
 tis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt;  
 non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint,  
 nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probaui-  
 mus. 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 imperies emendare, in meliusq.  
 permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonū  
 corpori ingenere, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho-  
 C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praeser-  
 tim quod facilius exsuntur, quae cōsuetudine fuerunt contracta,  
 quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod  
 otia diuina consuetudo perniciofa est, quia (ut dicebat Celsus) potest  
 incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus Lib. 1.  
Cap. 3.  
 eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucundi-  
 tatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates,  
 dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus tur-  
 bare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod  
 multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxe-  
 rint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uicti-  
 tant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem quali-  
 bet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter  
 quoque in pessimis consuetudinibus perseverantes saepenumero



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 *ἐν ἀποσπαγωγῆς* studeant, illud procomperto 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, ipsiusque tractationis ordo exposulat, exercitationum breuiter percurremus.

*De exercitationum differentijs. Cap. V.*



**V**ICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam *ὁδὸς σκευῆς τῶν γυμνασίων* siue praecuiam exercitationem, alteram *ἀποθεραπευτικὴν*, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praecuiam 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 similibusque alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem 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 ualentiosem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsque huiusmodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatas a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiore exercitationes, post uigilias, post maerore inferuebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

3 de tu. ua.  
ca. 2. II. 12.

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

exerc-

**A** exercitacionis pars nominatus reperitur; quoniam fere semper post magnas exercitaciones, ne ad contrariam quietem illico transgredierentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitacionem 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 testeo, uel in mixta umbra, quam *ὑποστυμνή* Graeci uocant, exercitatio peragebatur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo atemperatus. Differentiae ab utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel inaequalis; si 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 ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitaciones 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; si parua, parua; si mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas inuenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitacione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, Infus paruae pilae, & coryci, *ἐμπληθρίζειν, πιτυλίξειν*, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutiones; aut multum temporis in breui spatio infumebatur, tarda q. & 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* id est uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

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

2. d. tu. ua. cap. 8.

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

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

cō. 1. aph. 6

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

**A**quamquam ex se uehemens motus semper existat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruum, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter haec 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 eandem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & philosophus naturalis uocabitur; si 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 exercere, 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 Mytilenaeorum Rex mola tundere solebat *ἐνεργῶ* (inquit Clemens Alexandrinus) *υἱοῦ αὐτοῦ χρωμένους*. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corporis gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

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

Vnde patet, multa alioſine 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.*

**R**OSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdendas exercitationes esse, demonstrauius: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tamen multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus; ea scilicet quae praesenti ualitudine fruuntur, atque operationes illaefas habent, licet alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualitudinaria 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 positum, secundum in mala formatione, tertium in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calescit, aut frigit, aut humectatur, aut exsiccat, uel simul frigit, & exsiccat, uel frigit, atque humectatur, uel calescit & humectatur, uel calescit atque exsiccat. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocantur medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur; sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timore uel aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumque corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corpus

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

*An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. V 11.*

**B.**



**D** VBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualudinaria tum ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualere, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarunt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & 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, quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: *ὅτι τὸ ἀσκεῖν ἡπλώς τις νοσούντας*: idest, quod aegrotos suauius exerceret, quando prius ἡπλώς uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum cor

6. Epid.

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturbationes, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. 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 Primigene summa caliditate laborante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, imo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepiades Prusienfis, 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 a Iptarum 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, exercitatiq. nesque; 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 infirmiter 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 immodice 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 diffunduntur. Corpora item calida, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera morbo subijciuntur, maioriq. cura opus habeant; frigida porro simulq. sicca

s. d. tu. ua.  
cap. ii.

Li. 2. c. 14.

In prooc.  
lib. chro.  
ni pal.

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 dumtaxat, qui uniuersum corpus intemperatum habent, quoniam si quis in sola corporis parte membrum, aut in pluribus intemperiem patiatur, 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 particulae singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morborum 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 & obstructa 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 ieiunio adhibita: quas carnes, & succos detrahare dixit Hippo. & post ipsum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachus Smyrnaeum, qui adeo crassitie creuerat, ut neque pedicem manibus tangere, neque corpus mouere posset, ab Aesculapio curatum esse, mihi uerisimile uidetur: 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. Apho rti. 2. Galen. de dijs morborū. c. 9.



In 6. epid.  
com. 3.

Secundo de  
tempe 3. &  
6. d. tu. aa.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua-  
 tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuita-  
 te crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpo-  
 ra subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue  
 mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praefer-  
 tim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis re-  
 num, qui ex uehementi motu concussionemque 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 propriam sedem, uerumetiam post-  
 quam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda,  
 quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si  
 mouerentur, maiori nocimento afficerentur. quo fit, ut hac infir-  
 mitate 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 neruis ac huiusce generis  
 similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus asso-  
 ciata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febris associatam habet,  
 nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitanti-  
 bus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs  
 morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solu-  
 tio adfit, 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-  
 ctuae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent,  
 quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum  
 morbus magis inrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur  
 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 moderatis,  
 immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosis,  
 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 ipsi euacuatibus a  
 morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animad-  
 uersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-  
 bus

A bus morboris 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.



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

5. d. tu. ua. cap. 11. & in arte medic. cap. ult. 5. d. gener. aial. ca. 4.

6. collec. cap. 6.

In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum vires sunt imbecilliores, atque earum-  
 dem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendam  
 huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque pro-  
 bum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec mode-  
 rati motus, quales uehicular, ambulationes lenes; non uehementes  
 motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciore reddunt, ita calo-  
 rem diminuunt, & vires imbecillas consumunt. Ceterum senes,  
 quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum co-  
 piam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad ex-  
 purganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandum  
 atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendum ue ca-  
 lorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen  
 in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti de-  
 bent, vires, corporis affectus, consuetudo, & uirtia particularia, E  
 quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium,  
 quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, ue-  
 hementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant,  
 maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gesta-  
 tio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi-  
 nis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia,  
 quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescen-  
 te aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia  
 ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura  
 haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato  
 ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam pepe-  
 risse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octo-  
 ginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadorum  
 trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambula-  
 re solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo ute-  
 batur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuen-  
 do maxime prouidum, quiq. aurium, & oculorum uigore inre-  
 gro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum an-  
 num attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectu-  
 lo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia pas-  
 suum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum ue-  
 hiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum  
 ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redde-  
 ret, 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** & paullisper 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 uera senes aut crassis 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 mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindictam partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel **B** 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 lassant. 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 exercitatorum ipsi nequaquam conuenientium genus demonstrabunt: quae enim ex leui causa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare neesse 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. Sic itaq. de ualitudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit:

*De corporibus sanis exercendis.*

*Cap. IX.*



**V**ICVMQVE 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 ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiuumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ce-  
 teris 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 corpo-  
 re nullibi existente sermonem non sum habiturus, sed de illis tan-  
 tum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ul-  
 la molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omni-  
 bus exercentur. cum enim medicus artifex sensuum rerum exsi-  
 stat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione com-  
 prehendantur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam  
 quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa exercimen-  
 ta generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes edu-  
 cantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter  
 scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & be-  
 ne concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum  
 enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offe-  
 runt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum.  
 Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec  
 uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro *de iurpās*  
*σφάλας* adnotauit Galen. & propterea exercitationes sollorum, &  
 maessorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualitudi-  
 ne fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commenda-  
 tur, qualis lucta, discus, pila, & huiusmodi, eo magis si consueti  
 fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte  
 corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consue-  
 tudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, ui-  
 uendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus. Et  
 etiam in omnibus obseruari debere, si quidem 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, pro-  
 tinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione  
 contingere, scripsit Galenus dum exercitationes consuetae dimi-  
 tuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, proue-  
 ctos, & 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 mo-  
 dum corporibus priuatorum, & non athletarum convenientem  
 minime exercitationes transcendant. Iuuenes enim (dicebat Hip-  
 pocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-  
 rent,

lib. de anat  
 his mot. c.  
 2. 1. d drijis  
 feb. c. 2.

**A**rent; contuſionibus fortibus, & rupturis varijs carniū, uenarūq; ſtatum, & magis, quam ſenes tentantur; quod corpus robuſtum, & ſiccum habent, carnem denſam, ualidam, oſibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus ſenibus inſunt, & propterea illi rarius huiſcemodi malis capiuntur. De uniuerſali autem corporis habitu ſic determinandum eſt; quod pingues, & obeſi, quanto magis exercentur, tanto proſperiore ſanitate utuntur, quando dicebat Ariſtoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod ſi etiam exercitationes ſunt 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 poſtulant; quia ſicuti corpulenti, & craſſi cōtrarias habitudines ex cōtrarijs 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 ſapentiſſimus Hippocrates ſumma ratione ruiſit, ut graciles iter facturi lentis paſſibus incedant, quos item Māgonēs & Medici craſſefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caroeleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel *εὐσπρότεροι*, 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, tenuēs minus, niſi earum tenuitas ex nutrimenti diſtributione impedita, uel defectu proficiſcatur: quo in caſu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, *Dropax* uocatum, de quo Martialis lib. 3.

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

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & craſſas exercendae ſunt. In ratione uiuendi hoc inſuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exercentur, iuxta Hippocratis legem, ubi ſamēs laborandum non eſt; qui item uigilant, ab-

3. de parti-  
 bus aialii  
 cap. 9.

14. Meth.  
 cap. 15.

lib. de ſal.  
 diaeta.  
 10. aph.  
 1. de tu. ua.

de ſal. diae  
 ta.  
 aph. 10.

2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, 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 concoquantur, 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 exterie-  
 res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aequae effluere  
 ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti  
 omnes decolorati euadunt; unde hos satis exercitari necesse est, **H**  
 quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan-  
 da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem  
 sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ficci uel nihil  
 omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam  
 exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in ficcis 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-  
 ren, cur alij sedendo pinguescant, alij macrescant, ideo euenire di-  
 cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;  
 & qui calidi sunt, pinguescant 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 huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,  
 quando dixit: *Εν θερμῷ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλήθειν*, uideli-  
 cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-  
 niunt, similiter & cum scribit: *ὁκόσως δὲ δὲ ψαί λαμβάνουσιν, τρεῖς  
 σι τῶν τε σιτίων, καὶ τὴν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέσειν*, ijs scilicet minu-  
 endum 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 iuua-  
 men percipiant, nō immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles  
 scri-

1. d tu ua.

3 de histo.  
a aliū. c. 194. Aph. 13.  
6. epid. 66.  
4. aph. 15.  
6. partie.  
Prob. 1.6. Epid.  
sect. 4.5. partie.  
prob. 9.

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

<sup>4. de gen.</sup>  
<sup>ai. li. c. 6.</sup>

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



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

O. iiii scuntur,



scuntur, uel aluntur, diuersis atq. mirificis condicionibus affician-  
 tūr. 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 etiam aliorū  
 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 obiectis: unde loca ad septentrionem, & **E**  
 orientem, a quibus salubriores aerae perflant, posita occidentali-  
 bus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim ne-  
 que immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore situs  
 contrahunt, nec perniciosas uaporationibus, a flatibus adductis, in-  
 ficiuntur; haec uero praeter aestum & frigus intensum, quae modo  
 uno tempore, modo altero inducuntur, in saluberrimas perspira-  
 tiones uentorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca habe-  
 re non poterunt, quae uentorum tranquillitate fruuntur, quaeq. pro-  
 fusus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suā 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 incurfus 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 extraxerint: nam hiemales in transiberi-  
 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 Iuniorum, scribit Iulius Capitolinus, quae in-  
 ter Coelium montem, & Esquilias positae opacitatem quandam  
 blandam, & gratissimas umbras exercentibus se praebant. Secun-  
 dum in electione loci considerandum est, ut sit apertus, non con-  
 clusus, non opacus, quoniam, ubi liberior existit aer, minusq. con-  
 clusus, corpora in ipso exercitata agilia, & uiuidiora reddun-  
 tur, quam si in crasso, denso, & concluso exercerentur. Atque hinc  
 est,

**A** est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus desti-  
nata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarūt,  
quam porticus & hypogaenum, sicut & Phaedrus apud Platonem in  
dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cu-  
ius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem ex-  
tra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce  
uerbis: τῶ δὲ ἐμῶ κη' αὐ' πεθόμινος Ἀκμινῶ κη' τὰς ὁδὸς ποίεσαι  
τὰς ἀεὶ πᾶτες φύσι γὰρ ἀποστῶτερες τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, id est,  
Meo autem & tuo obediens fodalī 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 Marfilius 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 transmūtavit, 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 insulfus, & 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 nā-  
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 ἀπὸ τὸν δρόμον διέκων, τῆς νυκτὸς αἷμα  
ἰμέσας, id est, quidam prope cursum habitans nocte sanguinē euo-  
muit, ὁ δὲ uero siue uias dixerunt fuisse quascūq. uias extra ciuita-  
tem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, mini-  
me planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiū-  
tur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in  
cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso anti-  
quiore Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶ ἀεὶ  
πᾶτων οἱ κη' τὰς ὁδὸς ἀποστῶτεροι εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id  
est

In lib. de  
dic. au. fac.  
Socrati.

lib. 1. ca. 2.  
5. partic.  
Prob. 1. 7

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequa-  
 libus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia sem-  
 per iisdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia to-  
 ti corpori laborem magis distribuunt, & iccirco minus defatigen-  
 tur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in  
 cursibus nimirum aequalibus existentibus faciliores eadem ratio-  
 ne existunt. Alij dixerunt τὰς δρόμους existisse loca quaedam tra-  
 ctu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra anti-  
 qui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπὶ δρομί-  
 δας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem  
 fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν ἐυσκίῳ δρόμοισι Ἀκα-  
 δῆμει θείῳ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero ex-  
 stitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicaui-  
 mus, & 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 mo-  
 tione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos  
 postremos melius ceteris sensisse, semper ego putauī, non tam  
 quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus,  
 tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē,  
 qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius in-  
 funditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intellige-  
 re, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in  
 eadem profus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἀπὶ γὰρ ἐν  
 τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλέφοντο ἐταῖροί τε τινες ἔτοι αὐτῶ, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ  
 μοι δὸξασιν ἀλειψάμενοι δ' εὖρο ἵεναι. id est, nuper enim & ipse, &  
 isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti  
 huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyl-  
 lus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatio-  
 ne. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanita-  
 tem conferuandam, atque optimum habitum comparandum cor-  
 poris exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhi-  
 beatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla la-  
 bes 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 huiusmo-  
 di, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ra-  
 tione

s. partic.  
 Prob. 1.

F

**A** tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridiana-  
lib. 1. c. 4.  
 num per aestatem sole exoriente calefcit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbiffimae atque innumeræ illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si ampliffima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberetur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisq; locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mēte reuoluens, quod, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uideantur, 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 scitiffime 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 uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasque spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.  
38. partic. prob. 6.

**D**

Vo 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 infelicitateq. 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, ut delictet 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, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, accedunt, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalectus est, nullam amplius molestiam infert, cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigonibus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, nec non 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 abfque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

4. partic.  
prob. 6.

6. partic.  
prob. 12.

F

**A**nceps grauat: quod in fereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura la-  
 ciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id  
 quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, *ἀμα τὰς ὄρασιν με*  
*τὰ βάλαντα ἀνοίλαι, καὶ τὰ πνεύματα*, uentres scilicet & spiritus  
 temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tempo-  
 ris exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, &  
 primo, quantum attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia  
 omnium ueterum auctorum censuit potius exercenda esse humana cor-  
 pora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus  
 Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. At-  
 que ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate  
 calor naturalis languidus, ac debilis existens minus cibos, crudos-  
**B**ique humores concoquit: unde excrementa plura generantur, &  
 ob id exercitatione calor natuius magis excitandus, ut concoquat  
 honestius, magisque sudor motu proliciendus, quo excrementa illa  
 exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hie-  
 me uero, quod ualidiore existente natiuo calore, & per consequens  
 melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucif-  
 ma generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, ne-  
 que exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens pe-  
 riculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore  
 oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex alte-  
 ra parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exer-  
 citandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempo-  
 re cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exererent, ut  
 hieme & frigido tempore magis ac diutius exererentur, cessan-  
 tes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hip-  
 pocratem deinde secutus Soranus Ephesus, Paulus Aegineta, &  
 alij medici multi aestate, & autumnno minus; hieme & uere plus  
 exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autum-  
 no corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita  
 haud amplius per motum areferri debere, neque item calorem alio-  
 qui languidum, & imbecilem magis retundendum minuendum-  
 ue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, au-  
 ctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in te-  
 perato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto cor-  
 pora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in hu-  
 mido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut cor-  
 poribus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque lo-  
 cus.

lib. de aere  
29. & 100.

2. partic.  
prob. 21.  
37 & 42.

3. de dicta.

In Iliadog  
medicinar  
cap. 5.  
Lib. 1. c. 53

1. d. tu. 22.  
cap. 7.

contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter-**D**  
 mittendum cenſeo, quod Plinius iunior ſcribit de exercitatione  
 aeftatis tempore a ſe fieri ſolita, ubi a Fuſco interrogatus, quomo-  
 do diem aeftate in Tuſcis diſpenſaret, in hunc modum reſpondit  
 de exercitationibus: ubi hora quarta uel quinta, neque enim cer-  
 tum dimenſumq. tempus, ut dies ſuaſit in xyſtum me uel crypto-  
 porticum conſero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adſcen-  
 do. 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, exerceor, lauor. & paullo poſt. Nonnumquam ex  
 hoc ordine aliqua mutantur. nam ſi diu iacui, uel ambulauī, poſt  
 ſomnum demum lectionemq. non uehiculo, ſed quod breuius, **E**  
 quod uelocius, equo geſtor, uenor aliquando. In particulari por-  
 ro tempore exercitationis deſcribendo Ariſtoteles aliquando mo-  
 tum eum (ut ipſi etiam imputat Plutarchus) qui poſt ſumptum ci-  
 bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum  
 moxingeſtum facilius concoquat, cuiuſtamen contrarium euenit,  
 quando per motum calor a uentriculo ad uniuerſum corporis am-  
 bitum retractus non ſolum non adiuuat concoctionem, quinim-  
 mo impedit, crudosq. & indigeſtos ſuccos intra uenas rapit. Igitur  
 ſi Ariſtoteles hanc habuit ſententiam, in manifeſto errore depre-  
 henditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni-  
 que probati medici uno ore pronunciarunt, ſemper exercitationē  
 ante cibum eſſe faciendam. *ὡπερ γὰρ*, dicebat Galenus, *μέγιστον*  
*ἔστιν εἰς τὴν ὑγιάν τὸ ἀπὸ τῆς σιτιῆς ἀεὶ γυμνάσιον, ἔτο καὶ βλαβερὸν*  
*ταυτὸν ἐπὶ σιτισίσι ἢ πᾶσα κίνησις.* id eſt, quemadmodum enim ad ſa-  
 nitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita qui-  
 uis motus poſt cibum pernicioſiſſimus exiſtit. Nam dum exercita-  
 tio cibos praecedat, duplex ac utraq. inſignis ſuccedit utilitas, alte-  
 ra quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctio-  
 nem per belle praeparatur, altera quod ſuccos utiles in uniuerſum  
 corpus, prout deſinati ſunt, optime diſtribuit; excremetis faciliore  
 exitum praebet: quae alioqui ſi retineantur, obſtructiones, ac mul-  
 tos alios morbos reſuſo natiuo calore progignere ſolent. Ex ad-  
 uerſo ſi poſt cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuerſi cor-  
 poris habitui innumerae cruditates inſarciuntur, uerum etiam uni-  
 uerſalis ſuccorum coctio impeditur. id in omnibus euenire teſta-  
 tus eſt Teophrastus, ubi, quae coquantur, a motu impedi hunc  
 in

lib. 9. epist.  
Epist. pen.  
ad Fuſcū.

Plu. in lib.  
d tuē. ſan.

Loc. cit.

lib. de cib.  
bo. & ma.  
ſucci.

**F**

**A**in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἐφόμενα κολύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινέμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque

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

Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phthisicos, aliosq. plurimos ualitudinarios deambulationibus post cibū exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit, ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem molietur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uescicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Auicenna, & ad haec etiam hefternus cibus apprimè concoctus sit, quoniam si prius uel posterioris exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibus iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructions innumerae suboriantur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅτις λιμὸς ἐπιονητέον,

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

**C**id est, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica intericiatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam se data appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimū obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit, crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciendum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quieto, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tūc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam frigidam

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

6. epid. 3.  
6. Epid.  
cō. 3. aph. 2

partic. 5.  
prob. 28. &  
30.



frigidam potare: a frigida enim lotionem hominem laedi metus est, D  
 ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & ua-  
 cuus, uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehemen-  
 ter ferit, qua ratione illud profus euitabant athletae post exercita-  
 tiones, si Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque  
 3. de cad. dieta 22. exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; non-  
 nullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post  
 2. de acutis uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, re-  
 fert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani,  
 de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualitudi-  
 nis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, &  
 Auicennam reperi, Vere meridianam horam eligendam esse,  
 quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei  
 aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulan E  
 do commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper  
 11. 3. de die adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum le-  
 gimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodio  
 res secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condien-  
 dum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam di-  
 ditabat: Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sum-  
 ptus, uel quid aliud uerat. Nam cum hisce temporibus mane aer  
 frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs neces-  
 sarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane  
 sumptus non possit, nisi uespere, cōcoctus esse, ea sola hora exercita-  
 tionibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Im-  
 perator, qui ualitudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis die-  
 bus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F  
 6. d. tu. 11. cap. 5. & pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitatio-  
 nes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scri-  
 bit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut  
 ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere commu-  
 nem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari ui-  
 detur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur,  
 ad Euphemum ita scribit.

lib. 4.

*Prima saluantes atque altera continet hora,  
 Exercet rancos tertia caussedicos,  
 In quintam uarios extendit Roma labores,  
 Sexta quies lassus, septima finis erit.  
 Sufficit in nonam nitida octaua palaestris,  
 Imperas exstructos frangere nona thoros.*

Hora

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

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exer-  
 cerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentissimo con-  
 stat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante  
 lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu  
 ciuilem lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post  
 lectionem, palaestrae, aut sphaeristorio, aut cursui, aut luctationi-  
 bus 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 sextariū. Egressus balneis multum lactis & panis su-  
 mebat, oua deinde, mulsū, atq. his refectus aliquando prandium  
 inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen fae-  
 pius. Horatius quoq. paullo diuersus, & se ipsum, & alios libere ui-  
 uentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi  
 post multa haec scribit.

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

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo,  
 quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel  
 nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die satura-  
 bantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant,  
 aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unū,  
 aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespe-  
 re, & mane cibus saturari; nulla in omni tempore opportunior ap-  
 paret hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimi-  
 rum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praecium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedi-  
 mentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin ex  
 ternis cibis probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum non-  
 dum cibus concoctionem affecutus est, corpusq. superfuitatibus  
 magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam ex-  
 ercendum esse, quisque uider: uti quoque animaduertisse Au-  
 cennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens  
 erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc  
 uerant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane  
 ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique 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 af-  
 fectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere  
 re considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos sem-  
 per 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 Gale-  
 nus tamquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quo-  
 niam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, &  
 duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uiges-  
 mum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquo-  
 rum eandem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse  
 putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasione habeat, hanc  
 horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tene-  
 re debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas no-  
 uis accommodare facile poterit.

li. i. fen. 3.  
 doc. 2 c. 3.

Lib. de cu-  
 iusque ani-  
 mi pec. no-  
 titia atque  
 medela. c. 5.

*Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII.*

**E**Xijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, &  
 paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam  
 remedium omnium adhibendorum mensuram esse,  
 semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum ali-  
 quando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti me-  
 dicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae  
 professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student,  
 omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum men-  
 suram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-  
 ta

**A**ta committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cum que nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumnos; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes **R**equirunt; 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 anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendum est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi 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, quantitatis uel mutatio, quippe quem, & copiosorem semper, & feruidiorem edipar est, prout motus uehementiores fiunt. 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-

5. de locis  
aff. cap. 5.  
li. 6. c. 14.  
li. 1. fen. 13.  
doc. 2. c. 3.  
lib. 2. c. 3.  
6. epi. c. 2.

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimitatur. Atque hi **D**  
 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 ob-  
 stet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatisce-  
 rent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum  
 certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patian-  
 tur, difficulter, & longo tempore reparantur; & ideo sat ipsi  
 erit incallescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent om-  
 ni 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, ter **E**  
 minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum; si-  
 cuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum le-  
 gimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adole-  
 scentiam & senectutem existentes, moderatas exercitationes po-  
 sulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exercentur, uel pau-  
 cum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo pra-  
 uum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus commu-  
 nis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo  
 usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe suf-  
 ficere possunt. quocirca & incallescere, & anhelare, & sudare &  
 aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis e-  
 nim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus,  
 & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a **F**  
 leuibus defatigationibus minime offenduntur: laud tamen mo-  
 dum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto mi-  
 nus, quanto primo septenario uiciniores existunt, siquidem in-  
 tempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a na-  
 tura quam maxime comparati inhietur auctio, ob quod pae-  
 dotribas nonnullos sui temporis damnauit Galeus; quod plus  
 aequo pueros exercent. similiter & Aristoteles improbandos  
 iudicauit Laconas, qui nimis laboribus, & exercitationibus  
 pueros effratos reddebant, sicut & illas nationes, quae athleta-  
 rum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum cor-  
 pora deformabant, augmentumq. impediebant. Na inter eos, qui  
 Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui iidem adole-  
 scentes, & uiri sint uictoria consecuti, quod per uolentiam, & pluri-  
 mas

**A**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) ne que 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, calorue sopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intempera-

In lib. de ci-  
bis bon. &  
ma. fac.

**B**te uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacuos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent; quae humores illos excrementaque absumant, quae uero profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossiles & messorum, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit; quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquant, & ad meliorem naturam reducant; ideo isti, modo uel ciudorum 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. Humi-

1. de alim.  
fac.

**C**da corpora multam exercitationem requirunt, quo a motu multitudinis humiditas nimia exsiccat; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se expectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, 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

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus **D** alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalefant, atque etiam paullisper fudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiæ humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur: Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmæ 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 inasueti 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 perniciosi morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inasuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauius) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quæ pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem **F** 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 defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, *ὅθεν* (inquit) *καὶ παρὰ τὸ σῶμα ἐν μὲρ τοῖς πόνοις ἐγγίνονται ἢ ὑπερβολὴ τῆς ἐλάττωσεως καὶ ἐγγύστερον τῆ μέσει. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἢ ἐλάττωσις ὑπερβολῆς* & quæ sequuntur. Immodicæ autem exercitationis hæc signa sunt, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coactæ, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis immodice

Galen. 3. d  
symp. cau.

38. partic.  
prob. 5.

A modice exercitatis euenire consueuiffe auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescrpta 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 explicitis, 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.

**R**AE TER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, 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, quo 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 ufos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Imperatoris medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicenna in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercendi ubi lotio perfecta concoctio apparebat, facibusque aluum exonerauerant, maior pars sese exfuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atque ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaque prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebant, peracta exercitatione paulum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, *ὑποθεραπευτικῶν*; dicta frictione, similiterque ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicque fere semper balneum ingrediebantur.

6. colle.  
ad Iul. c. 15  
Libro. 1.  
ser. 3. c. 2.  
lib. 1. sec.  
3. cap. 3.

lib. 1. c. 1.



tur conclavi quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipfos **D** 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 incumbabant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariore quotidie defricari solitos, multi auctores, & praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandant. de quo defricandi more & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quam plurimos alios existisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualitudinis ratione coacti hoc pacto minime exercebantur, sed frictio **E** nibus, & unctionibus dimissis quascumq. poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & multi reperiuntur, qui praedictarum causarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse tradit Galenus. Verum enim uero cum aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in usu desiderint esse, neq. gymnastias, & paedotribas, neq. aliptas, & renuntiores 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, solliciti nimis adeant, sed saltem aliquot horas interponant, quo minus quam fieri potest nocuentum inde sequatur. Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorum corporum curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis accurare emundare, caput pectere, manus, & faciem abluere studeant, ne excrementa in uarijs corporum cavitatibus, atq. in ipso ambitu latentia, a motu excitata uaporationibus, offendant; strictisq. meatibus nonnumquam infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructions, fluxionesq. diuersas pariatur. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae labore ipsi superaddere nequeant, quae uel interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiam si aestus urgeat, seruorem nullo pacto augere, siue fouere queant; nam indumenta nisi exercitandis pruden-

lib. 1. decibus bon. & ma. sic.

**A**ter accommodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent infigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant, si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumētum est, quod ita sudāntes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cōsuevit a uestimentis inhibeat. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unufquifq. exerceri incipiat, deinceps eius intētionem augeat paullatim, usquequo ad terminū, qui sibi cōueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intēsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut perfecta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccās resūmāt, 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 primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius aliquo motu utatur, tātumque a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasq. corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, & eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta esse siccā, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare, quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2. parti. p. 630. & 38. partic. pro ble. 3.

In con. de pu. epilep.

*Explicit Liber Quartus.*

AR.

# ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

*De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. 1.*



Icui nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus expectandus esset, nisi recta atque uniuersalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modum uana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio uniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequentibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum comprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram condiciones rerum inueniendi rationem scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiusmodi declarare instituiamus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis specie emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quam plurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui profant, alijs nocent, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea uilitatibus, atque damnis a membris superioribus principium sumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duome saltem peracturum esse spero: Alterum quod maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum infidebunt: Alterum quod habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur.

2. Metho.

**A**buntur, quos desidia, laborum abstinencia, ac exercitationis ignorantio non contemnendos, quosq. intempestuus exercendi usus continuo parere solet: illud naque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerūq. magnum detrimētum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ip̄is fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque oportune sese exercent, haud exquisita uictus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, in superque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore feruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam superflunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamē omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis 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 nostras accipi debere uolo, q. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cōcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualitudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eadem administrantur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cōsuetudinem in medium adducemus, non erit, q. ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tāquam

In lib. de cibis bon. & ma. sic.

De chroni.

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

a. d. diaera.  
iuxta sinē.

*De singularum exercitationis differentiarum effectibus*  
 Cap. 11.

**T** Res praecipuas exercitationum differentias ab antiquis  
 Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima  
 exercitium *ἡδονικὸν*, siue praeparatorium, alte-  
 ra *ἀσθεντικὸν*, tertia simpliciter exercitatio nūcu-  
 pata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus  
 corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-  
 psit

Aspit Galenus. quade causa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item vsurpabant quaplures 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 Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, opportunu existere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. **E**xercitationem apothericam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemetiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in iis 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 quaslibet aeris, & liquorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, qd 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, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: quae 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, siccitatemq. arcunt, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

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

3. symp. prob. 6.  
libr. 1. c. 35.  
6. epid.  
Lib. 1. ser. 3.  
cap. 8.

3. de tu. ua. cap. 2.

5. par prob. lib. 1. & 12.

extrin-

2. d. tu. ual.  
cap. 12.

5. d. tu. ua.  
cap. 3.

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

Gale. 6. de  
mor. uulg.  
com. 3.  
6. de tu. ua.  
& lib. 6. c. 3  
14. Meth.  
Lib. 1. ser.  
4. ca. 31.  
Gal. de pu.  
epil.

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 uim, refrigeratorem, ac repperussoriam. ut nō temere is prae-  
 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, exsi-  
 stat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter  
 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- **E**  
 hibendam polyfarchiam multas exercitationes commendasse. de  
 quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exer-  
 citationem ideo oculo uim acumini obesse, quia uniuersum corpus  
 siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq.  
 ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus qua-  
 titatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt,  
 excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime  
 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  
 curandam polyfarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque  
 tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraque me- **F**  
 dios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calo-  
 rem quidem natuum auget, somnos profundos generat, & conco-  
 quendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur.  
 quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit infantes omnes ue-  
 hementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo con-  
 ducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus  
 obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamen-  
 tum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualudinarijs quam sanis ac-  
 commodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus  
 ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producant,  
 & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur  
 ita determinatis, iam facile euadit cuiusque uel mediocri iudicio  
 praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quate-  
 nus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod  
 tamen in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-  
 cis

**A** cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque 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, & athletica nos disseruisse, ut expressius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

*De saltatoriae effectibus. Cap. 111.*

**B** Vicumque saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμους, ac gestulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles extare censebit. Verum tamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non uidet, quod, sicuti illae aliquando sanitati inferuebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc sine peraguntur, ut ualitudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commensationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum lib 4. c. 11. cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauius, administretur, quin commoda multa pariat, insitiari minime poterimus. Cubiticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusque unde quaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleti necessarium est, secundo uiscera omnia quaesari, intestinaque suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer commouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit his, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)



stabitur) quam ueram orchesticam appellauimus, quam plurima D  
 apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel  
 saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulo-  
 rum effectus percensere uelle, proinde sat erit illa adnotasse, in qui-  
 bus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram con-  
 uenire uerisimile uidetur. *χειρονομίαι* etenim siue manuum gesti-  
 culationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, pla-  
 cuit Hippocrati siue Polybo, quam similiter in inueterato capitis  
 dolore, ubi paullatim 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 ut le re-  
 medium exsistit, praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E  
 pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniatur,  
 quae simile auxilium praestare queant, neque itidem alteri cedit  
 huiusmodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uescica lapil-  
 lis. Caeterum q̄ praegnantibus mirum in modum noceat, testa-  
 tum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calu-  
 mnias subiret, uteri fetum abiicere cupiebat, consuluit, ut saltaret,  
 pollicitus ea saltatione conceptum corrupendum esse, ueluti po-  
 stea contigit. Quicūque uero caput debile, ac uertiginosis affecti-  
 bus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersu-  
 nis, motibusq̄, 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 E  
 omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & fu-  
 percalefactos habentes, feminisq̄ fluxum, *συνέροισαν* a Graecis uoca-  
 tum, qualibet de causa incurrentes a saltationibus abstinere conue-  
 nit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt.  
 Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis  
 specie, quam antiqui sine armis obibant, q̄ si quis armatae, quam  
 uocauerunt, saltationis condiciones pernocere aueat, in hunc mo-  
 dum uere atq̄ breuiter statuere rem poterit, uidelicet omnia quae  
 ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod  
 armata uehementius membra exercet, magisque illa incalefcere, &  
 sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes  
 non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus ce-  
 leriter agitur.

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



Vdorum pilae antiquitas quam plures cum apud Latinos, tum apud Graecos existisse species, abunde in secundo libro indicauimus: ex quo nullum operae pretium est hoc in loco, ubi solas exercitationum qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud duntaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non correspondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates atque uocumta singulatim enarrare studuimus, ut facta nostrorum cum illis comparatione, quid conferant, quid ue noceant, utraque simul cognosci possit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos

**B** prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim conuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, quae fortes existunt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiusmodi ludis commodum percipitur, ut, qui in ipsis, uel ipsorum aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, iisque uirtutes actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uolentiam & robur collocat Galenus atque Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoque apud Nonium a Lucilio scriptum inuenitur, Cum studio in gymnasio duplici corpus siccaffem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carne solidam reddit, brachijs, dorso atque pullulantibus costis magna utilitate praestat, cumque in ea exercitatione crura magno opere laborent ad acquirendum robur. non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, quae corpus sanum, & promptum ad motum cum robore coniuncto praestat, ad spectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, commodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa conuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis complexus est, uidelicet quae tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualitudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antyllum totum corpus firmat, cumque ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisque superioribus partibus, non ignobile iuuamentum. affert. de hoc lu-

ca. 4. & 2.  
Li. I. fen. 3. doc. 2. ca. 2.  
2. d. tu. ua. lib. 1. c. 18.  
Orib. lib. 6. co. lec. cap. 32.

Lib. 9.  
cap. ult.

lib. 9. c. ult.

lib. 9. c. ult.

lib. 5. c. ult.  
1. d. diaeta.

11. 1. chro.  
cap. 4.

In eius vi.  
12. c. 80. &  
37. epist. 1.  
lib. 3.  
ib. 1. c. 6.

do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in D  
curatione priapismi sphaerae exercitium comendauit, quo materia  
in diuersum retrahatur, & spiritus statulētus digeratur. Secunda spe  
cies, quae plus iusto magna pila peragitur dum proicitur, & utraq.  
manu propter magnitudinē emittitur, brachia firmat, sed nimis du  
ras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus  
est inutilis, uerum etiā bene ualentes immodica defatigatione affi  
cit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq. exercet, ac motoria, in  
qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo  
omittendam eā esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae,  
& magnae & paruae exercitationem vertiginosis obesse iudicauit  
Aretaeus, quoniā capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intē  
tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces ad  
numerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora at  
tentuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuēdā polyfar  
E  
chiam hāc exercitationē, quā a Graecis corycomachiam uocari scri  
bit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui cory  
comachiam, & chironomiam idem praestare quod lucia 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 cōsideret, facile sentiet, eos,  
qui pectore debili uexātur, simili exercitatione periclitari, & quā  
doq. contingere posse ut in thorace uasa rumpātur. Atque tot, quae  
de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt  
lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus com  
F  
plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demonstrauimus. Ho  
rum primum locum obtinet exercitatio foile acta, quae uniuersum  
corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq.  
brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo  
uerba fecisse existimo, quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu  
exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior uti  
litas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus,  
& uescia extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia  
confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis  
solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū (ut refert Suetonius)  
adamasse opinor: quod cū praecipue superiores partes exercet, iis,  
qui citatam aluum habet, & quos tremor corporis exercet, non si  
ne ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercita  
tionem

**A**tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētissimi, & sanitatis studiosissimi viri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis:

Epist. 1.  
lib. 3.

*Folle decet pueros ludere, folle senes.*

Libro 14.

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 intēdere semper & modo huc, modo illuc, modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiusmodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

*Lulum it Maecenas, dormitum ego y virgiliusq.*

*Namq. pila lippis damnosum ē ludere crudis.*

**B**sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbatur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē 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: q. si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & praefrigore doloribus uentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumētum inferat, ut potius calefaciendo, flatusq. 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 imbe-

Li. 4. chro.  
cap. 7.

**C**illibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualitudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter ceteras & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quin immodum inuicē congregientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & ueter faciei elationibus, depressionibus, ex-

lib. 1. c. 2.

Gal. lib. de  
par. c. 2.

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

*De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.*

**L**ucta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque  
existimatione habita fuit, tamen a medicis, uti dixi-  
mus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. **E**  
a nobilibus negligatur, & quasi a folis rusticis eodem  
modo, quo apud Priscos ab athleticis, exerceatur, nonnulli tamen eam  
etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent,  
quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum ha-  
ctenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab au-  
ctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in  
medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque ma-  
gna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testa-  
tum reliquerunt. unde certum esse cuius potest, ab hac ipsa ead-  
dem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam  
declaramus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquiori-  
bus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pau-  
mentum, quod genus a Plutarcho pancratium uoluatorium **F**  
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique,  
modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco prae-  
reriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem  
interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac  
graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lu-  
cta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum  
Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet,  
carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia  
firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac mu-  
sculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actio-  
nes corroborat, praeter ea carnem densam illam quidem, & exsicca-  
tam, sed tamen ex omni parte paucam adicit, pinguedinem, tumo-  
res ac omnia oedemata auferit: si lucta fiat interposita aliquanti spet  
quiete,

Lib. 1. c. 8.

a. 8. diacta.

loco cita: o

**A**quire, magis ut sentit Aristoteles sudorem mouet, quando humor a re quae collectus, mox exercitatione educitur: si continua agatur, modo solis corpora exficcare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam 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 conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, si quando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hideropisum curare, Theodorus Priscianus satyriasm extinguere scripserunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica existit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctationibus febriliter interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consult Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo compinguntur, diuellunturque, dāna recipiunt. ueluti euenisse Commodi Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex ducta inflammatione oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idque ipsum in posterum, & Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ualde aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impedit periculum, unde non temere Galenus, ne suffocetur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis tale exercitationem fugiendam esse noluit, quāquā Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano 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 uero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Qua uero remissius, & placide peragitur, uicueuerit secundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut uis qui a morbis sese resicere incipiunt sit superiore accommodatior, ac minus

1. prob. 7.

lib. 1. c. 2.

Li. 1. chro. cap. 1. lib. 2. c. 2. lib. 3. c. 2.

lib. 6. c. 28.

Lib. 2. ad Timo. c. 21

6. Epid. cō. 3. aph. 32

1. de dicta.

lib. de 5c. ad Post.

4. d. rat. vi.

in auct.

In 6. epid.

com. 3.

aph. 6.

in libr. de passionib.

renum.

li. 43. c. ult.

1. de motu

maf.

lib. 1. c. 2.

lib. 1. c. 2.

mo periculo robur, & fortitudinē pariat: capiti, & thoraci prodest, **D**  
 neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi  
 in ei<sup>9</sup> uita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus, luctationibus, racti-  
 busq; discorum, & iaculorū exercuisse, ut, quemadmodū germinū  
 radix ualidū in acris terris principium sumens melius germinat,  
 ita & hae partus robuste tolerantes honeste simul, ac facile aduersas  
 dolores pugnarent. Quae porro supra pavementum efficitur lucta-  
 tio, si credimus Orisatio, praecordia atq; intestina uitiata adiuuat,  
 lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est  
 loco citato ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exerci-  
 tationes recēseat, ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti  
 pro minuenda polyfarchia a Coelio commendata est, & ab Aetio si  
 in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq; humores ex-  
 hauriendo refrigerare auctor est in ii. de diaeta Hippocrates: at se-  
 y. d tu. ua. E  
 cap. 3. cundum Galeni sententiam iis 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 incidant, quibusq; prompte in columellam, gingiuas, dentes,  
 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 fere nullibi ad quidquam  
 cōmendauit, sed potius tāquam parum uilem, aut omnino noxiam  
 damnauit: cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi; alias cru-  
 ra distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republi-  
 ca odio haberi. At huiusmodi dubitationes ita dissoluerē licet,  
 ad Thra. F  
 cap. 41. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, siue lucta, per quam  
 exigua gymnasticae medicinae pars existat, 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, explicanda esse duximus, non ut  
 Galeni auctoritate ceteris, uel ipso superiorib; quos male de exer-  
 citationibus sensisse scripsit, uel posterioribus postponam; sed ut de  
 monstrarem, si qua a lucta expectari cōmoda debent, haec ab aucto-  
 ribus indicata, & nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem  
 scriptum inuenio, q̄ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

**A**ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime, sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq; ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet, qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calferi, componiq; ac recreari queat.

*De pugilatus pancratij & caestuum facultatibus. Cap. VI.*



**Q**uamuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq; athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praefereat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplerur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum brachia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq; ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitet; quos certe illis partibus optime ualere firmaq; ualitudine frui nemo negaret. ideo quicumq; brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq; robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere 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, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt, at inferiores quoq; partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiantur. Nocet 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 percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod z prob. 5. exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquaefricantur: ex quafrictione cum calor crescat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitio-



nibus per supernas partes factis curandum madauit. Quae frequē-  
 tissime omnium ab athletic exercabantur, erant lucta pugilatus,  
 & Pancratium, iuctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gy-  
 mnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corpo-  
 ris partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo si-  
 cuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est,  
 certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractū uni-  
 uerso corpōri ad robur acquirendum professe: neheementer si fiat,  
 solum athletarum munus existere. Ad haec cum a Galeno inter ma-  
 gnas exercitationes recensetur, caliditatem augere, & consequen-  
 ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōsentanum est:  
 id quod intellexisse Theodorum Priscianum, quem alij Octavianū,  
 Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniāni comitis di-  
 scipulum faciunt, arbitror, quādo scripsit hidropicos labore nimio  
 & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse:  
 ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: *ὁ δὲ πρὸς  
 πῶδεα θεῶν τὰ λαμπρῶρεν, ἰδρῶν.* quod itē innuere uoluisse Cœ-  
 lium Aurelianū possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs pa-  
 laestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cōsuluit, ut  
 inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiā de  
 uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratiū species, quā  
 diximus 2. lib. sub *σωματομαχίην* 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-  
 chijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum ta-  
 men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret,  
 atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.  
*Sin crudo fidis pugnam committere caestu.*  
 In hanc sententiam uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sa-  
 nitate, siue in curandis morbis, siue in acquirēdo bono habitu nul-  
 lum locū habere, atq. ideo similem exercitacionē penitus omitti de-  
 bere. Ceterū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatus, & caestus  
 exercitiū absq. antagonista quandoque usurpatū, tumq. schiama-  
 chiae, de qua infra loquēmur, & supra quoq. locuti sumus, speciem  
 quādam existisse, dum scilicet pugnis, & caestibus aerem dumtaxat  
 percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque bra-  
 chia citra molestiam exercere ualet, pariter alteri cum aduersario  
 factae praeferenda semper erit: nempe cum plagis illis, atque  
 per-

2. 8. tu. val.  
cap. vii.6. epid. cō.  
1 aph. 6.  
Lib. 2. ad Ti-  
motheū.

prope finē

Li. 5. Aen.

Lib. 3. c. 4.

**A** percussioibus careat, quae plerumque in huiusmodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, & agilioresue reddere percipient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percussioibus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus.

2. d. tu. ua. cap. ult.

Ca. 10. 11. & 12.

*De cursus natura. Cap. VII.*

**I**CVTI pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis existitisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uiolentiam, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia afferuerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius uelocius, atque uehementius, alius remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariatur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursus quemcumque febricitibus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermone habuisse sentio, quando etiam in libro de paruac pilae ludo, illum ueluti non salubrem, & plus a quo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit, alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. illum iuuamentum affert, proculdubio car-

2. d. tu. ua. cap. 10.

6. epid. c6. 3. aph. 2.

6. epi. c6. 3. Aphor. 31. ibidem Aph. 2.

ni, atque immodicæ pinguedini tollendæ confert, ueluti com-  
 1 de dicta. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sen-  
 lib. 4. c. 4. tentia valde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinanian-  
 tur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis  
 aegritudinibus quibusdam strenue adeo iuuare reperitur, ut Ae-  
 tius Amidenus se aliquos nouisse referat qui solis cursibus, & deam-  
 5. partic. bulationibus ab omni affectione sunt liberati: Peculiariter uero ijs  
 prob. 9. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ari-  
 stoteles quaerens, cur, qui detrahere ad ima genus omne ex cremēto-  
 riū putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quā in ce-  
 terorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo  
 euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum re-  
 tinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, at-  
 trahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete-  
 rea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit. ex quibus omnibus  
 locum superiorem aegrotare necesse est; & ideo sapienter Theo-  
 11. 2. ad Ti. dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepti-  
 mot. ca. 1. esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq. placidus ad  
 corpora perbelle calcificanda, ad naturales actiones corroboran-  
 das, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem  
 defluxiones, atque catharros curare, & aliorum uertere ido-  
 neus est. & ideo ab Aretaeo talis pro uertiginosis commendatur,  
 sicut & pro elephantiacis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubiifica-  
 tus aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum  
 commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec  
 non eo morbo quem Graeci *κυνικὴν ἀσθμὴν* nominat. licet enim  
 primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis  
 11. 3. fer. 1. postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus  
 cap. 28. cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita  
 lib. 2. ad Ti. procurrentes, ut morbi prope modum obliuiscantur. Sto-  
 mor. c. 25. machum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-  
 4. coll. c. 22. berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendū con-  
 sulari Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu-  
 mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos  
 cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis  
 profluuiio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam  
 praesidium memoriae prodidit Antyllus, quem admodum & ijs  
 quorum uiscera torquentur, & qui fungos escitarunt, uel a scorpio-  
 nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen senten-  
 tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

**A** si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detri-  
 menti capere credit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis lib. de affe-  
 exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio existit, non ren-  
 parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tor-  
 comoda secum uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incómo-  
 dis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi po-  
 test. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus  
 Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum 5. partic.  
 magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pen- prob. 38.  
 dens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente  
 uicissim sustentatur, quasiue parieti ad motus requiescit. qua ratio-  
 ne item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes ca-  
 damus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec ali  
 5. partic.  
**B** menti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuerti- prob. 91.  
 tur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum:  
 neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu di-  
 gnum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nó  
 admodum firmum, uel urinam ardore sollicitantem inueniat, pro-  
 fecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de  
 acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cur-  
 sum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius la- 4. de nat.  
 trosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius acut. aph.  
 testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingenio- 115  
 sissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medi- Pli. lib. 29.  
 cis causam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capi- cap. 1.  
 tis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero  
**C** currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum  
 capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniam in sese placide mouen- In Probl.  
 tibus materiae ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currenti medicis.  
 bus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad supe-  
 riora resiliunt, ueluti contingere in pila super pauimentum iacta  
 cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit, sin uiolenter, sta-  
 tum supra resilit. De thorace autem legitur apud Galenum, curren- 6. Epid.  
 tium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, nec non interd- com. 4.  
 dum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non 7. Metho.  
 tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectam prius dispositi  
 erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acantio enim ille  
 Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurisset, dicit ex cursu  
 rupisse ramicem, & iam iudum sanguinem sputare. sub ramicis no-  
 mine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scri-  
 ptum

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D  
 numeroſe ſpirare, quod ipſorum motus proportionatus efficitur,  
 5. partic. modumq; reſpirandi ſenſibilem præſtans explicare numerum ua-  
 Prob. 16. let. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, curſum  
 lib. 3. c. 55. cauendum præcipit Paullus. Ad hæc ardorem urinae ex curſu au-  
 geri, & homines teſtari poſſunt, & cerui, qui inter currendum uſ-  
 que adeo huiuſcemodj ardore ſtimulantur, ut, niſi mingant, facile  
 capiantur. quam rem animaduertentes ſagaces uenatores, eos pro-  
 ſequuntur, nec mingendi ipſis poteſtatem faciunt. Curſum item  
 hepate laborantibus, nec non renibus male affectis inimicum eſſe,  
 lib. 4. c. 8. traditum eſt a Cornelio Celſo, & ab Ephelio Ruſo. Atque hæc om-  
 nia de curſu recta in anteriora facta a me explicata ſciuntur. pro-  
 quo id ſilentio non eſſe prætereundum 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 poſſimum 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 agit. Curſus in tæpe recta ad anteriora factus, atque longus  
 2. d. diæta. ab Hippocrate nuncupatus ſecundum eius ſententiam ſi ſenſim  
 fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque  
 craſtiora reddit, multaq; comedentibus utilitatem præſtat. At re-  
 curſus in poſteriora ſecundum Antyllum non celeriter initus, capi-  
 tu, oculis, tendinibus, ſtomacho, & lumbis accommodatus, atque F  
 2. d. diæta. utilis eſt; accirco 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 ipſo in ſom. commendatur, qui nigra aſtra in inſomnijs uident, nem-  
 pe quibus morbus forinſecus imminet. Caput ualde offendit, uer-  
 tiginieſq; ut Theophraſtus ſcribit, abunde ſuggerit; thoracem, &  
 crura uitiat; ideoq; repudiari omnino debet. Sunt curſus per ac-  
 cliua magis laborioſi, magiſq; thoraci, & cruribus inimici; ſimili-  
 liter, & per montes per decliua uero caput uehementius afficiunt,  
 uifcera omnia quaſtant, coxas debiles perturbant; per plana cur-  
 ſus illa omnia præſtant, quae iam declarauimus. Ceterum qui te-  
 ſto corpore obeuntur, & ſudorem mouendo magis humectant;  
 &

**Q** & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus ablabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas 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 occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti proderit, etiam si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quiq. coloratior redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisq. coloratior est, cum uelut spiritui affanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se de modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo. de diaeta libro. ex aduerso Orribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius forsitan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

in libro de uertig.  
li. 2. ad Timor. c. 12.  
2. d. diaeta. lib. de insomnijs

2. partie. prob. 30.

*Quid praestet salus. Cap. 11X.*

**S**ALVUM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori nocere

re ex eo constat, quod in huiusmodi exercitationibus alterum ue-  
 hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorso in-  
 flexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pe-  
 thoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narra-  
 Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-  
 res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, ceterisq;  
 uetustissimis auctoribus, ubiq; confirmatum est; uerum etiã  
 ipsa rerum parens, optimaq; magistra natura nos uberrime edocuit,  
 nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-  
 mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,  
 quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-  
 liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-  
 nis nequaquam concesserit, opinor eo consilio effecisse, ut cogno-  
 scerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi  
 E  
 occasiones ipsis effugiendas esse. Multae sunt saltus species, quarum  
 duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsiltionem uidelicet,  
 atque saltum ita proprie uocatum. de exsiltione, 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 etiã intellexisse opinor Suetonium,  
 ubi Augustum ambulare solitum, ita ut in extremis spatijs subsultum  
 decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris  
 sinistri, necnon uescicae calculis, quibus afflictabatur, saepe occurreret.  
 De saltu uero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius  
 deducere, sed F  
 quia thoracem nimis, & uolentia motus, & magnis inflexionibus  
 concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerum tamen, & ad  
 motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod si ad  
 nates efficiatur saltus, quale Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus,  
 caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando  
 ficcat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puero, ubi in uetere  
 capitis dolore saltum, & *Ξυνεπιαιδευτον ανεϊλκσιν* laudauit, sicut & *αφελσιν*  
 in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes, & fetus  
 nimium adhaerentes expellit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit;  
 secundas quoque retentas quassationis merito deiecit, necnon uterum,  
 qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,  
 lapillos ex renibus ad uescicam detrudit: genibus tamen obcontinuas,

3. Meth.  
in prin. de  
nat. pueri.

14. de usu  
parium.

In c<sup>o</sup> uita  
cap. 83.

lib. 2. c. 11.  
lib. 1. cur.  
chir. c. 1.

in li. de na.  
pueri.

**A**nuas, & nimis violentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, 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 Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui lib. 3. c. 59. qualibet de causa 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 Gale 6. epi. c. 3. aph. 2.

**B**nus, licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesum in uenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, qui uel renum imbecillitatem; ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut Lib. de passionibus. ren. mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter factis 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, 5. parte. prob. 3. in lib. π' ep' 26. π' ω 7.

**Q**uando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quantum, uelocius procurrun, quam manibus tensis, atq. otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuicatione, & explicatione innixi uehementius, firmitus, & consequenter uelocius mouentur. Aristo. lib. de coi' aialiu' gressu.

*De Halterum condicionibus. Cap. IX.*

**S**ALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dū in huiuscemodi ponderibus apprehendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut assatum corpus 2. 3. 10. na. Onib. lib. 6 cap. 34.

pus



pus calefacere haec exercitatio idonea fit, & praesertim dorsum, D. 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 huiusmodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paulatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coelaciis & uertiginosis. Sed

6. d. ru. ua. cap. 14. 6. cur. chro. cap. 1. Li 5. chro. cap. 2. 6. d. ru. ua. cap. 14. lib. 9. c. ult. d. cōp. mc. p. genera. cap. 2. 6. epi. cō. 3. aph. 2.

Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem diffusio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo cibus accescit, 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, praecalidumq. semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret suafit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiusmodi exercitationem commendauit, quod animaduerteteret ipsam non modo ad retundendum; infirmandumq. semen, uerum etiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatulentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediatur, halteribus peractam exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit. Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationem congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequaliter agitur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia uentur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quarem fortasse considerans Martialis, fassionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huius exercitatio proposita sub hisce uersibus:

*Quid pereunt 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. Num illud huius

omni-

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

*De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.*

**B**



**D**e disco quamvis apud medicinae probatos auctores,  
paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq.  
fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a  
Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercita-  
tionem apud antiquos existisse, in gymnasijsque fieri solitam,  
uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum lo-  
cum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum  
exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedi-  
bus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum  
erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, ac-  
commodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. il-  
lis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,  
**C** necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderatè  
corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lō-  
gius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac  
musculorum intensioe artus magis solidescant, & ab excremen-  
tis purgentur. cuius purgationis merito consulunt quandoque Ga- In. 6. epid.  
lenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ip- cō. j. aph. 4  
sae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice  
per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id prae-  
staret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex-  
optaretur: 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-

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis-  
 solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fe-  
 cit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem  
 exercitationem existisse halterum, atque disci, sciendum praeter  
 Hb. 2. c. 12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris decla-  
 ratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs con-  
 torsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijcere-  
 tur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo  
 ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus ob-  
 longis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui  
 olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu pa-  
 rum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes &  
 ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut  
 pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquuntur. Illud mi-  
 E nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine my-  
 sterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores,  
 ambos sanitatis magistrum arti iaculandi tamquam Deos praefecisse;  
 nimirum hac sententia innuētes, huiusmodi exercitationem bo-  
 nae ualitudinis conseruationi, boniq; habitus acquisitioni stre-  
 nuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species  
 effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas,  
 alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, om-  
 nes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos,  
 qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos ue-  
 lim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero perito-  
 naeum disrumpi, intestinaq; in scrotum descendere, & per conse-  
 quens hernias in similibus exercitationibus generari experientia  
 F compertum est: cumq; in emittendo maxima uis, atque intensa  
 spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo hu-  
 iusmodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq; illud igno-  
 randum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,  
 dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen ui-  
 tam aucupio sagittarum iaculatione facto, quod an faceret exercita-  
 tio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum ue-  
 rifimile uidetur.

**A** De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.

**S** I ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exercetur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidem nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeq. corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduuerint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiusmodi rebus, & in

**B** quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significant; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse,

**C** alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua non est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualitudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia existit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & 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 ea cibo. Tot enim deambulationum diſcrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipſa rei natura, experientiae 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 ſublitionem oculorum, & poſt copioſum uomitum: atq. 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 reſert, 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 colliquetur, ſed ipſam purgare. Atqui deambulationū ſimpliciū mediocriſ ceteriſ omnibuſ magiſ ex uſu eſt: de qua intelligendus eſt M. Tullij locus, quando iſ Tiro ni conſulens, ut ualitudinem curaret, ab ipſa quinq. poſtulari ſcripſit, πέντε ἡμέρας ἀλπίαν, δεῖπνον αὐτὸν ὁμοίῳ, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, id eſt ciborum coctionem, triftitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui ſolutionem facilem. mediocrem autem appello ambulationem, quae inter differentiaſ enumerataſ nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta ſit, quemadmodum ambulationem profuturam eſſe debere tradidit Antyllus, quae, ut ſentit idem, capiti, oculiſ, gurgulioni, thoraci, niſi adſit ſputum ſanguiniſ, male affectiſ auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando ſeſe deſtillationi, a qua ualde aſſictabatur, de ambulatione ſuccurrere fatebatur. hanc eandem pro inſania, proq. aſthmate curandiſ Coeliuſ Aurelianuſ commendabat: eſt uero etiā maxime utiliſ ſtomacho humeſcenti, dolenti, & in quo alimenta coaeſcunt, corrumpuntur. In arquatiſ, ſiue iſtericiſ curandiſ ea uſuſ Archigeneſ inuenitur. ſimiliter efficaſ eſt ad muliereſ, quibuſ ſuppreſſae ſunt purgationeſ; & cum aluiſ ſiſtitur, cibi ſupernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor

6. colle.  
62p. 21.1. d. diaeta.  
prope finē.16. famil.  
Epiſt. lib.Orib. ibid.  
7. epiſt. 79.Lib. chr. 1.  
c. 5. & li. 3.  
cap. 1.  
9. d. comp.  
med. ſ. l. c. 1.  
31.

**A** bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excernere. Jam uero febrientibus omnibus deambulatio huiusmodi obest, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres auget; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue, aut feminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualitudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex-  
**B** pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes in eundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro efficiendis corporibus exsiccatis commédât. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laboras deambulatione exerceatur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuè probauit, nempe quae sine capitis concussionem humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxifmus non affligit, iuuare, minorem fatigationem quâ stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci *ἐπρηΐα*, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiusmodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curanda in usu habendâ esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidus adiuuat & curatione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae exploratis noxe; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiaicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

6. Epid.  
com. 3.  
aph 3.

li. 4. chro.  
cap. 7. &  
lib. 5. c. ult.

1. de acutis  
3. 1. doct. 2.  
cap. 7.  
par. 1. 13.  
7. Metho.

1. chronia.  
cap. 1.  
Cap. 4.

1. ad Glau.  
li. de palp.  
conul. & c.  
lib. 3. dere  
med. c. 33.  
li. 4. c. 4. &  
lib. 5. c. 28.  
Li. 4. chro.  
cap. 3.  
Cels. lib. 1.  
cap. 4.


ternis continere, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi de ambulatione molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptum est a Tralliano) qui podagra & articularum affectionibus turbantur, μετρίως, & ἀνευ νόσου πολλάς moueri, potissimumque ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliam rursus materiam ex longinquiorebus particulis ad se attrahentes, arripientesque fluxibus iugiter causam suggerant. Multa de ambulatione secundum Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio E minore, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non immerito Coelius, atque Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint, at nimis ex fugit, humiditates, atque exsiccat. ob idque merito accusandus est Themison, qui atrophiam laborantes duodecim stadiorum spatium gressu conficere sua debet. Longa & conuulsata 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 quoque reuersionibus illis continuis caput laesat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur, cuius rei causa ambulatio quoque circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nam Celsus medicus antiquus in libello F 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 distationem materiae impediunt, circulares uero ea fieri non sinunt, quod aer uehementius illis prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodum & foris, ubi circumlatae, neque foras prodeire ualentes motum in capite uertiginosum afficiunt. sicuti namque icterici omnes externos saporos amarus sentiunt, & qui suffusionem oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cum in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicut uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intentione circumambulantibus cum benedo sunt, quemadmodum scriptum est ab Antyllo, capitum male affecto

Oribasius  
ibidem  
lib. 6. c. 4.  
lib. 3. c. 33.  
Cel. lib. 3.  
chronic. 7.

Probl. 38.

**A**cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori; utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeantur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & alio suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. 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 Galieno 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 decliue laborat, sic per accliuie pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum proficit, cum etiam corporis uariis inflexus non nihil afferre causae possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum **C** 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 pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, quae oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dum ascendimus, nos 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 femora inualida non parum laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

2. d. tu. ua.  
cap. 9.  
2. partic.  
prob. 18.

5. d. tu. ua.

5. partic.  
prob.



tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, qualiq. mouendo D  
 crura uniuersū corporis pondus sustinent, & proinde uehementer  
 fatigantur. Ambulationes quae tum ascendēdo, tum descendēdo  
 lib. 1. c. 2. peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie  
 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 fa  
 ctāe in inaequalibus. 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 scri  
 E  
 psit, quam eas, quae in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc  
 idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae  
 dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in curfibus praepo  
 sivit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischo  
 macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in  
 agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xyftis factae  
 praetulit. in his tamē disternandis ualde refert, nūquid in pratis,  
 in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniā si fiant in pratis,  
 blādissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentāt, nihil cō  
 mouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum  
 propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Fa  
 ctāe in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxi  
 me profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) a- F  
 guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firman  
 das, corroborandasq. cuius gratia Augustus dū coxendice, & fe  
 more, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte  
 claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Sue  
 tonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinū  
 remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxio  
 nes, tum ad confirmandam ut iudicauī coxam arundinum ad con  
 tinendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo  
 fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam  
 subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dis  
 sipandam potentissimae existunt, & ideo male forsā a Coelsio  
 H. 1. chro. cap. 1. taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis pa  
 ralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

aut

Oribasius  
 Loco citat.  
 In Oecon.

In uita Au  
 gusti. c. 20

**A**ut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed in temperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uecabant, quo minus in aperto aere deambulant, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae sunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praefertuntur. A Vitruuio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praefertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant; & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calefcat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exurgerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales haec deambulationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare sunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praefertim 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, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perfatis ambulatio efficitur, ualeat secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida causa ortis commendauit. sed quae

lib. 3. ca.

Loco citato. lib. 5. ca. 9.

Oribasius loco citate

Lib. 3. chr.  
cap. 2.

lib. 1. c. 2.

in 1. de  
morb.

3. partic.  
Prob. 34.

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tuffe 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 iucunditas  
sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque  
ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur,  
quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sen-  
tentiam reperiunt. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulatio-  
nem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã  
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 audeam alteri praeponere, nisi & ratio, & uete-  
rum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctori-  
tates testatam fecissent, solis radios humanis capitibus maximas no-  
xas inferre, nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eli-  
quentur; si sicca, ficciora reddantur, & demum: quaecumque sint,  
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  
solum 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 quendam 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 inficit, & corpora deinde contamina-  
re consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Plu-

**A** Plutarchus, propterea huiusmodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (*τηκτικόν*, non *διηκτικόν*, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obevae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, 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 serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegatur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandem uae caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quando quidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiam a somno contractam dissoluit, spiritusque attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, & humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput 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 exiguum ambulationem afluētis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter,

3. Sympto. prob. 1.

Cap. 11.

2. d. diacta.

lib. 1. chro. cap. 4.

6. de tu. ua.  
cap 7. 2. de  
cōp. med.

Cel. lib. 1.  
cap. vlt.

a. d. diacta.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu-<sup>D</sup>  
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 Dioclem 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 efferi, atque ibi in  
humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffuere facit,  
quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod  
licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus  
temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare<sup>E</sup>  
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce ge-  
neris ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati  
adscrip̄to. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan ali-  
quis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus com-  
mendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Haftenus de ambula-  
tione. iam cetera aggrediamur.

*Explicit Liber Quintus.*

169

# ARTIS GYMNASTICAE

## LIBER. SEXTVS

*Quos erectum stare effectus pariat.*

*Cap. 1.*



**Q**OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstraui- mus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio varietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo.

Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auer-  
**B**roes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu fortiti sunt, summo studio id exercitatio- nis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maio- rem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere ca- uendum esse, censuit Rufus Ephesus. debent quoque huiuscemo- di exercitacionem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de causa oriuntur. quam sententiam nisi medicorum auctoritas confirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores ci- tra difficultatem prouere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo- do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generen- tur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem lanum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens signi- ficare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis, in se uisisset, stando, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuisse, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quo- que scimus omnes, laboriosum uirum existisse, ob quod si quis di- cat, ei uarices, quibus afflictabatur, in ambobus cruribus ortas ob ni- mios in stando labores, eum minus erratum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitacione non paucae diuersitates repe- riuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi spe- cies efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum; aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae: quoniam uel in so- le, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demum

lib. de pas-  
 sionibus re-  
 num.

lib. de pas-  
 sionibus re-  
 num.

Saty. 6.

Plut. I eius  
 uita.

eua-

uariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D  
 uel iis 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.  
 Quae item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si al- E  
 to capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum  
 potius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere cete-  
 ris membris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus  
 a uaporibus capite tententur, minusq; a capite ad pectus humores  
 defluant. Quamuis fecus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in con-  
 ficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud  
 Aetium magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo ca-  
 put altiori contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo  
 accommodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur.  
 Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum stant: stare etenim pau-  
 eo tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest.  
 Qui porro communi illo effato, Prandia post stabis, induci, post  
 sumptos cibos stare delectantur, ij scire debet, si mediocri quodam F  
 tempore stetur, descensui ciborum in uentriculi fundum insigniter  
 cooperari, & consequenter illorum concoctionem perbelle adiu-  
 uare, nec alioqui ullam effatu dignam laesionem asferre: uerum si  
 multo tempore ita quis permanerit, praeter molestiam, qua ob ci-  
 borum interdum pondus, praeter lassitudinem, qua ex labore affi-  
 citur, uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq; maior ua-  
 porum copia superiorem corporis regionem impetit, maior humo-  
 rum multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruri-  
 bus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque spira-  
 tionem uniuersam non parum labefactat, uti ex difficultate spiran-  
 di tunc apparente facile quisque cognoscere ualet: postremo renes,  
 atque uescam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uideli-  
 cet crudi humores ex simili situ ad eas partes deferuntur, renesq; &  
 lumbi

**A**lumbi uehementer incalescunt, debilitanturq. ut nō temere uideatur praecipisse Rufus Ephesus, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid fecus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stātibz sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fufius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cōsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Cochio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli sententia leguntur, in solatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius **C** maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, oportune exiniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impasibilis reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea infaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas diffationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

lib. de affo.  
ren.§. sectio.  
prob. 34.lib. 3. c. 3.  
Lib. 3. c. 6.  
9. de cōpo.  
med. fil. c. 1Plin. nepos  
lib. epist. 1.Gal. d. cau-  
sis morb.Coel. lib. 1.  
ca. 4. & 5.

quaetus



6. epid. c6.  
1. aph. 10.  
2. de tu. ua.  
cap. 12.

Lib. 1. fer. 3.  
cap. 32.

2. partit.  
prob. 9.  
lib. de caus.  
sis morb.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor D  
natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est,  
spiritumque crassorem, densioremue efficiens, asthma, & ortho-  
pneam exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibea-  
tur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat ma-  
gis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine su-  
perficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam  
densans minus per insensibilem transpirationem excrementa di-  
uaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuen-  
dam polysarchiam ab Aetio laudatam cenfeo. Verumtamen duo  
hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos,  
ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opi-  
nor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experien-  
tia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, E  
nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambi-  
tu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum illiadem, & praec-  
teris 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  
radiis minus feriantur, atque hoc totum a Galeno significatum cre-  
do, 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, ca-  
pite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione di-  
gnum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius in-  
calescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, E  
& currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas  
quam malas facilius recipiunt. 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 iuumentum effatu dignum praestare creditur: quae-  
admodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter  
fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis af-  
ficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequenter utatur.  
hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere  
uidentur, ut longius multis aliis prospectare ualeant, cuius gratia  
ab antiquis speculator, siue *σκοπευτης* pingebatur facie hominis stantis  
supra digitos, summamque manum ad umbellae formam supercil-  
licijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

De pugnarum effectibus. Cap. 11.



**P**ugnarum, quae maioribus nostris ad ualitudinem inferuerunt, quaeq. etiam temporibus nostris inferuendi similiter facultatem obtinet, aliae fiunt 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 arma-

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

**T**am certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (*σκιαν*) 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 supprimit: & proinde a Coelio in curanda polyfarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia non parum labefaciat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. *σκιαν* porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod

2. d. ru. ual.  
c. 8. 10. &  
lib. 1. sen. 3.  
doc. 2. c. 2.

Lib. 1. chr.  
cap. ult.

**C**eleribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, propria 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 uitjs quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam fallientes, interdum uero tamquam 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,

6. epid. com. 1.  
aph. 5.  
2. d. ru. ua. cap. 10.  
6. collee. cap. 29.

& uim maiorem corporibus inferre, quam ista: quoniam, ut ab Ale<sup>D</sup>  
 xandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae,  
 fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eius de  
 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 ὀπλοῖς 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 suscipien-  
 dam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius sollicita-  
 tionem 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, nec non capiti admodum noxia est, praefertim  
 quando galea plus aequo obtegatur, cuius pondere pressum  
 non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὀπλομαχίαν, siue  
 armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse  
 existimans cum armata luctatione, ὀπλοποικίλην ab Aeschilo uo-  
 cata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in mani-  
 bus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus  
 armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis  
 arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem,  
 quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit,  
 speciem quandam existitisse. An uero de hac armata pugnae specie  
 intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polyfarchia  
 postquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit.  
 Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me du-  
 bium nullam, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si  
 nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, &  
 nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum  
 argumentum faciunt de pugna illa sermonem facere, quae nudato  
 ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a no-  
 bis laudata fuit, cum hac postremam carnem, sed mollem & laxam  
 potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non ui-  
 detur 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 ar-  
 bitror,

1. Libro.  
Prob. 120.

loco citato

2. d. tu. u.  
cap. 10.

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

lib. 3. c. 11.  
lib. de cobp.  
cap. 18.  
lib. 18. c. 1.

*De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.*

Cap. 111.

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

1. de tu. u.  
cap. 8.

§ ij numerans

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

1. d. tu. val.  
cap. 10.  
Lib. 3. c. 3.  
Lib. 3. c. 17.  
Li. 1. fen. 3.  
doc. 1. c. 2.  
1. d. diaeta.  
lib. citato  
cap. 11.  
Lib. 4. c. 4.  
loco citato

Loco cita-  
to.

in Miscel.  
cap. 38.

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

**A** conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuelleret se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalcescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit: de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polyfarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci heterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerum tamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto **B** si quis (ut Milo factitabat) conuelleret se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquireret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiam manibus complexus auferendum praebat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiiis 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 absoluere se iubeat, aut ipse se a complexente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ira etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, illa manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibus nocebit. Aequo uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, ne uel aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non defunt, qui ipsis utantur, quos modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5.  
cap. vii.

Cap. 6.



1. partic.  
Prob.

2. d. diaeta.

3. d. tu. val.  
cap. 2.  
in lib. artis  
med. c. 87.  
Li 1. fen 3.  
doc. 2. c. 2.

in symp.  
2. partic.  
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 huiuscemodi 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, & E ab Anticenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritua- lia 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 feramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tatum ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur, nam trahuntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. 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 presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inferi, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, 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

**A**torum respirationis in temperie 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 spiritualia membra frige facta, debilia, aut excrementis aliter obfessa gerant, quiq. expulsionones 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 instrumeti resolutione: uim

**B**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 stercore, modo urinas, modo mucos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriore reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiusmodi spiritus cohibitione aneurinata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenroar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quandam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:

**C**quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euerfos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tor commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis

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

Lib. 27. c. 6.  
Li. chro. 3.  
cap. 1 & 2.  
lib. 4. c. 7.

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 intumescere, 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



lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 2.  
cap. 13.

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 immineat, 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 abortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum labore diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonaeum, scrotumue dirumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepe numero solet euenire, & praesertim quando illi *πὸ δα ἐπέων*, (quod Galenus ait lib. de mot. muscul. 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 prope diem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

*De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione  
& cantu. Cap. V.*



Uocis 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. fletum. quorum omnium natura perfecta nihil remanebit,

**A**remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paulo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Aueroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturale 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 huiusmodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates interinae consumuntur, quod euidentissime declarat densus uapor ex ore uociferantiū prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū 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, & in crassabant, itaeducta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. imparsibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigidum habent, uociferationem generosum praesidium existere. quae admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Aureliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophica laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phthisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obfessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. loc. cap. iij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφάνησις τῆ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κρείρον ἐστίν, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruentibus resolutis, atque etiā

Orbasus  
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. 2.  
prob. 27.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis *καχεξία* dicitur, eandem con-  
 D  
 ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natu-  
 ra male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam  
 emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,  
 & longam loquellam; partim propter clamoris magnitudinem, par-  
 tim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in  
 hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum  
 longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi-  
 ne contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi-  
 ni uero occurrat, grauiiores sonos inspergendo ceterum qui ex si-  
 lentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uo-  
 cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq;  
 uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uo-  
 calia instrumenta defessa sint, totumq; corpus suum tenorem non  
 E  
 feruet, aut lassitudine obfideatur: uocis namq; exercitationem a  
 cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-  
 tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faci-  
 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, necnon 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 *αυδής*, ab Aretaeo *φωνασκία* uocatur,  
 uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue *λυπέειν*,  
 haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut  
 E  
 testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius  
 sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratio-  
 ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-  
 ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq;  
 neposiuere 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, & euidea  
 tibus

1. d. diacta.

Cap. 7.

Lib. 1. chr.

cap. 4.

2. de cur.

chro. c. 6.

In li. de p-

ceptionib.

li. d. instr.

odor.

7. de cōp.

me. f. l. c. 1.

4. de locis

affe.

lib. 5. epif.

**A**tibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & expirationis, quae firmior, & citatior facta fit, dum uox in magnitudine, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes 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 dicebat 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-

**B**tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderate libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem asferre 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, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes-

**C**sus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seuingerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualerudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum infanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tiliarum modulos, & cantus meri;

1. cent. chr.  
cap. 2.partic. pro  
ble. 11.  
p: ob. 22.

li. d. tu. u.

libro. 1.  
probl. 76.19. partic.  
probl. 1.

Loco cita.

li. 1. chro.  
cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicis, 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 excogitatum 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 ualerudini conseruandae parum cor. fert, 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 reperiatur, 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. Verumtamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero 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 peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque facilliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necessesse sit.

in lib. de  
uen. ua.

loco citat.

Gal. li. 7. d  
cop. med.  
fm loc. c. 1

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



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

lib. 1. c. 2.

li. d. tu. ua.

loco citat.

lib. 1. chro.  
cap. 1. &  
lib. 11. epif.  
97.Li. 9. epif.  
epif. ad tu.  
paenult.  
Cel. lib. 2.  
cap. ult.  
loco citat.

lib. 4. c. 4.

18. partic.  
prob. 1.

Oribasius  
lib. 6. c. 7.

lib. 4. c. 4.  
5. Mech.

6. Epid.  
com. 3.  
in lib. de lo-  
quacitate  
in fine.  
lib. 27. c. 6.

loco citato

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripit, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestates minime, dum lectitāt, dormire, eo quia intellectu firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, at tamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut praehumore melancholico, aut praephlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergesunt, 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 quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus sermonem interdicens fore. sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a peccatore reiectatur, 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 extinguere. 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 continerent, rursim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium super sit, quin, & iuuandi, & nocendi ualitudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutar-

chi

**A**chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiētibus sufficere possunt. Haec enim de articulata uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiri possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum existit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum *γέλωτα ἀσβεστον*, sicuti grammatici *γέλωτος* ab *ἐλμ*, 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, *διόχυσιν* uocatam, post cibum cōmendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de causa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolentes alas sibi ipsis titillari faciant; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque articularum concursus existat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

*Γέλωτος ἀκαυρὸς ἐν βροτοῖς δ' ἐνὸν κελόν*, id est

Risus intemptiuus 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 us, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natium, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur-

ii. part. prob. 13. & 15. & 35. part. prob. 8.

i. de repu.

loco citata lib. 1. prob. 19.

sum



sum efferrī, sic per alimentī desiderium ima patere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxit Procōs risu emori,

Odys. 5.

Αταρ μνῆσ' ἦρες ἀγαοὶ  
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλω' ἔχθρον, id est,  
tum Proci illustres

*Manus extollentes risu emoriebantur :*

li. 2. de pac  
dia Cyri.

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

2. Tuscul.

tena robustiora euadant, Ciceroque scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualitudine habere certo scimus: pueri namque fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiunt: cuius causam So-

in Isagog.  
cap. 17.  
lib. 1.  
prob. 61.

ranus ephesus 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 occoeperit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adulescentes quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam ui-

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

deo. 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 accendi perspicue testatus est. quātum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere facili-

In prob.

lib. 6. cap.  
de cur. ocu.

liter 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, ruflesque, ac noxios catharros latenter concipiunt, nam & apud

Coelium

**A** Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguum emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco simile uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Possidonius, exfaturare 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. &  
Pi. ca. ult.

*De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. v 11.*



**R**ICILASIAE exercitatio tamen si apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeque eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi compertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiae, 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 fluctentur, & stabiliantur; neruosque imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atrabile agitur, 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, ualetudinarijs, 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, quique podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

6. collect.  
cap. 26.

Oribasio  
loco citato

Gymnastica

T

bent;



**A** conficere, succos utiles p uniuersum corpus distribuere, & superfluitates, tam per sudorem, quam per secretam diffationem exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruantur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quiq. renes calidos, uirinasq. acres habent, ex talibus motibus summopere offenduntur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandū pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria tenere operae pretium est, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse monstrauius. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorū in emendabilia mala succedere: quemadmodum saepe numero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post prandium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nō sua culpa, sed exercentium incuria perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercendis corporibus obseruatā, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membrorum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicēte Galeno nostro, ma-

**C**ognum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionē fortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, 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 deberē. 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 exercendas cōsulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac in emendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur.

s. d. tu. ua.

s. de tu. ua. cap. 3.

2. de ru. ua.  
cap. 8.  
6. epid. cō. 1  
aph. 6.



Equitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumeravit, eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur, an succuffet; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus afferre. de hac in quā uerba faciens

Oribasius  
li. 6. c. 24.  
Aet. lib. 3.  
cap. 7.  
in li. de ac-  
re aq. & lo.  
cap. 11.  
4. sectio.  
prob. 12.

Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. in foecūdos & coeundi impotentes redere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uideretur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incallescencia spiritū concipiunt, sicq. coeūdi cupiditas inducitur: siquidē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succuffante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus alijs

locis cita.

lib. 27. c. 7

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

exercitationib. Vnde ab Alexādro 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 curado ab Aetio usurpatur, sensū instrumenta sub inde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maximē iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coerct, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesticae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiusmodi exercitacionē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū exstare sentētias reperio. Themison Methodistorū princeps in coxēdicū dolore, *ισχυιδος*; noīe a graecis appellato,

**A**pellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus, & quae modo citauimus, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumque dolorum parentem reputasse, quem securus Coelius Aurelianus Themisonis placita infectatus est, tamquam ueram ischia dicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atque inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasi quae in ueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio perfecta succussante equo praedictis duabus **B** proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae faucius intelligebat, ubi diceret.

*Pedetentim ite, & sedato nisi ne succussu arripiat maior dolor.*

Coel. lib. 4. cap. 1. li. 2. ad Ti mo. c. 21.

Libro. 4. cap. ult.

Cic. 1. Tu.

Quod item I. uclius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

*Succussatoris taetri, tardiq. caballi.*

Nonius Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Denique si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua non solum interiora omnia concuti, uerum etiam suspendi, quasi arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibus, atque crudis humoribus concoquendis, aluoque ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atque arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniam maioribus damnis commoda haec compensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia.

1. 2. tu. us. cap. 11.

li. 3. sca 19 ua. 1. c. ult.

*Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit unguis Venit ab auriferis gentibus astur equus)*

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uestione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurum explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterque aluum citare usum probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

in libr. de  
parnac pi-  
laeludo.

1. d. diaca.  
lib. 5. c. ul.

Scd. prob.  
13.

leois citat.  
In Iſagog.  
cap. 23.  
6. Epid.  
com. 3.  
aph. 1.

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca-  
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe  
contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca-  
su emori: sed praeter hanc multae existant causae aliae, ob quas a sa-  
nitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari de-  
bet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq.  
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-  
reliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non pa-  
rum offendit: quandoquidem Arist. 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 cliquat, & lacrymas inde  
ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occur-  
rans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitur. lac-  
dit praeterea haec equitatio in thoracem, & pulmonem, quam ui-  
scera 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 usq.  
adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio-  
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fra-  
cturae, quot membrorum distorsiones saepe numero inde nascan-  
tur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant.  
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua  
obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualitudinē,  
uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non inge-  
nuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum  
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta-  
tius nil reperitur, aestimantium opus exercent. Haecenus de equi-  
tationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-  
ferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-  
dicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-  
ranus Ephesus, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,  
uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galen.  
Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio  
parum male ualentibus usui esse mea sententia potest. nam, ut mol-  
lissime ueharis, tamen lasitudo inguinum, lumborumque &  
dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis cor-  
pus sustentare, per arduum est, ne dicam impossibile. accedit & ma-  
la, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatus feraris. Va-  
lentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stomi-  
chum

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

*De gestationum in uniuersum uiribus. Cap. IX.*

**N**TE QUAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequam horum opinionem sequi uoluisset, tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumeravit, 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 latrone moto, haec condicio ab equitatione longe adest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis ἀίσπαυ uocatum, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehensis facultates attribuntur, prius explicabuntur, demum particula res effectus singulis adscriptos persequemur: sed prius id ignorari nolo, saepe numero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū 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 solū sanis, & ualitudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accommodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

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

locis citat.

loco citato



comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusque quiete **D** eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiam dissoluere, corporisurbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueteriosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasque parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae causae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando, & quamquam Seneca epist. l. vi. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualitudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiendum esse consuluit **E** Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas observationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex contagione quadam aliquando perijisse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmae, in stomachicis, in elephantiasti, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. hisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati sunt, **F** atque refectioe opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

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



**E**xplicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunū est, si prius illud in memoriā reuocauerimus, scriptores. f. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualitudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̄ nulla fere inuenitur, quae ipsi utiliter accommodari nō possit; quando uero in aegrotis loquuntur, interdū oēs, sed in remissionibus morborū, interdū placidiores significare. Vehiculorū multa fuere apud maiores nostros genera, quorū luxuria usq. adeo interdū Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar-  
**B**gentea facere nō sint ueriti, sed hoc praeter institutū nostrū est. Nā, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehacula, alia ab animalibus, mulis. f. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationē uehiculo factā quis ceteris acriorē esse dixerit Celsus, nihilominus, secundū Galeni sententiā, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sanis, nisi aliter exerceri impediatur, minime omnīū cōueniat. Ualitudinarijs, atq. senibus magis, quē admodū Antiochū sese exercuisse, & Caecilij Pliniū accepimus: maxime uero aegrotatibus, de quibus sermonē faciens Antyllus dixit, gestationē in uehiculo factam uim quandā amolendi, cōmouendiq. morbos stables, & permanentes habere. Qua propter Seneca epist. lvi. ad bilē faucibus infixā discutiendā, & ad spiritus densitatē extenuandā sibi mirifice profuisse  
**C**scribit, qui, q̄ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nō raro usq. ad expirationis periculū exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbū utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Actio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendū esse. unde sapienter Coelius Aurelii iudicauit, capitis dolore uexatos per longā uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uel ut etiam nō sine ratione in furore, atq. paralyfi curandis uehicoli manus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, q̄ motus rotarū uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnon in hemi-

li. 34. c. 27

lib. 2. c. 15.  
2. d. tu. ua.  
cap. 11.  
5. d. tu. ua.

lib. 3. c. 6.

lib. 1. c. 1.

5. 8 tu. ua. **cranicis similem exercitationem prorsus auerari non uideantur: D**  
 cap. 3. attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auerfos ab itinere re-  
 trosum 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 usus debilitati, eiusq. obfuscationi magnū iu-  
 uamentū conferre. Hanc mitiorē in alio fluente cōmendauit Cel-  
 sus: quam ualerudinarijs quoq., & senibus Aufonium Gallum poe-  
 tam, & Aufonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quan-  
 do is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Ci-  
 sio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhe-  
 das, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

*Pelle soporiferi senium, nubemq. ueterni,*  
*Atque alacri mediam carpe uigore uiam,* **E**  
*Sed Cysium, aut pigram cauius conscendo Veredum,*  
*Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.*  
*Canterij moneo male nota petorita nites,*  
*Nec celeres mulas ipse metiscus agas.*

ll. 4. c. ult.  
 loco citato

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacien-  
 te, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine  
 a Coelio commēdatam inuenio: quam item ab ipso pro atrophiae  
 curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tu-  
 moribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito percussis ueluti op-  
 timum praesidium usurpatam fuisse, constat. In lectica gestatio  
 facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blandior existit, sic  
 quoque plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse le-  
 gitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id  
 factum credo: non ut simili exercitatione ulla ualitudini accede-  
 ret utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia causa (ueluti Ale-  
 xāder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur)  
 cogebatur, uel ut a puluere, sole, uetorū flatibus, pluuia, grandine,  
 ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedi-  
 ctis causis homines sani urgeantur, ut a lectica abstineant, consulo:  
 quoniam, praeter agitationē illam, quae plurimorum capita uexare  
 consuevit, generat & in corporibus quendam torporem, dum om-  
 nia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea ma-  
 ioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verumenimue  
 ro hac particulari cōmoditate nō mihi uidetur priuanda lecticae ge-  
 statio, q. sani uiri ea possunt uti post cibos, nō ad exercēda corpora,  
 sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus dānum, aut solatij,  
 &

Curtius

**A** & exhilarandi animi gratia: quemadmodum factitasse Augustum, quando a caena se in lecticulam lucubratoriâ recipiebat, auctor est Suetonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnasticus usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargica febris, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexatur, hydropici, secundum Trallianum sententiam, apoplectici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidem haec commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsionis aptam efficit, prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elborum sumpserunt: itemque uigilantibus, aut segnitibus, & pigritia quadam oppressis, necnon iis, quibus caninum in modum appetitus intentus est, nimirum cum intentio illa fedetur. Ceterum sedentes in lectica, secundum Aetium, portari debent, qui in integra februm declinatione consistunt. eadem ratione, & illi, qui alias exercitationes obire nequeunt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cum adhuc imbecilles sint, uires rescire cupiunt, quae tarde alimentum conficiunt. Ex quo prudenter satis Cornelius Celsus, ubi phisica nauigare nequeunt, lectica eorum corpora dimouenda consuluit: quemadmodum Alexander Trallianus, si quid aliud huiusmodi gestationis & nauis, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quam scammum uocare maluit eloquentissimus Celsus, gestatio facta, tamen si apud auctores saepe numero cum lectica confusa, atque eadem inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam existisse puto: primo, quia lectica duorum hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi Neronem cum matre in lectica quandoque uel solitum scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdum sex feruis, interdum octo, interdum pluribus gestabatur. sella autem tamquam breuiorem, & unius duntaxat capax a paucioribus gestatam, uerisimile uidetur. Neque enim ullam inter se maiorem differentiam temporibus nostris sella cooperta, & lectica obtinuerunt, quae altera a duobus feruis ut plurimum gestatur, uniusque duntaxat capax est, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabatur, deliciarum potius, & maiestatis ostentandae, quae ualetudinis gratia: quae Plinium ea Romae ueludum, ut etiam inter eundem studiis uacaret, ipsius Nepos tradit. Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiusmodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quam

locis citat.

lib. 9. c. 3.

lib. 2. c. 15.

lib. epist. 1.

lecta

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

recta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora urget. Quasi si aliqui simplici permanenti, & diurna febre iacentur, modo vires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phitificis cōsuluit, 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 paralyfi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nostuto, ubi res postular, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc fauente Ete, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nodū quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendū est, ne crescentib. crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atq. illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

*De lecti pensilibus, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus.*  
Cap. XI.



**Q**U I primus lectulos pēsiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blādo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiā, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiore reddiderunt; quā grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tātummodo administrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cum aeger refurgit, ipsum lecti motu concutiendū praecipisse inueniatur. Verum enim uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiā si nil aliud deficiat, p multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quin immo (quod paucis cōceditur) hanc gestationem tā ante cibum, quā a cibo prodesse dixit Antyllus. nā primo febricitantes, aut diurno morbo decubētes, in quo corpora cōsumpta sese erigere

Loco citato.

non

**A** non ita ualent, aut Elleborum fumētes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetētia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phthisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā censuerūt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauius: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumentis uoluit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenum Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarū reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomē usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recensetur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicuius mēbri resolutionem patiūtur. quin, si talis gestatio suauius administratur, praeter somni iucunditātē q̄ affert, status quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitū mouet, & naturam sopitā exsuscitat. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̄ ceterarum omnium lenissimam fecit Cornelius Cel. sed & huius quā plurima inueniūtur discrimina: siquidem non 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: quoniā ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationē magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia existit in fluminibus nauigatio, nepe quae auctore Plutarcho timoribus

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 tuen. ual.

loco citato

14. partic. prob. 1. 1. &amp; 11.

in probl. bus carens nauſeam ullo pacto nõ cõmoueat. uerũ tamen tam haec, D  
 nar. q̃ illa, quae exercetur in ſtagnis, in capite male affecto incongruae  
 lib. 1. c. 1. Coelio Aurel. iudicantur, q̃ humectates caput terrena exhalatione  
 infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestantior  
 creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, & calidi educũtur,  
 qui latenter, ac ſenſim nauigantium corpora recludunt, neq̃ non ſal  
 ſae proprietatis cauſa excrementa abſumũt, atq̃ hominum habitus  
 quadam facili mutatione reſciunt, & iccirco huiusmodi exercita  
 tio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, &  
 priuatim a Celſo in tuſſi omni, a Coelio ac Aretaco in dolore capi  
 tis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi, in icteri  
 tia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie com  
 mendatur. In pthiſi nõq̃ praestantiſſimum remediũ nauigationem  
 ſemper a Maioribus habitam fuiſſe, teſtatus fuit Plinius, qui hac ra  
 tione pthiſicos Aegyptũ petere cõſueuiſſe reſert, quo cũ Annaeus E  
 Gallio poſt conſulatũ iam fere pthiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis  
 libertus ſanguinis reiectione laboras proſecti eſſent, ad ſanitatem  
 reſtituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine fal  
 ſo inſcriptus in 1. de re medica lib. dicat pthiſicis magis cõferre in ſal  
 tibus, ubi pix naſcitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex mari  
 timis nauigationibus leniſſimã dixit Celſus eam, quae in portu effi  
 citur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum ſluuiali, & ſtagnali  
 improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauiga  
 tio iucundiſſima habetur, de qua celebratum hoc prouerbium nar  
 rat Plutar. *πλοῦς ἰδίῳ ὁ ἀπὸ γῆν, ἀλιπῶτος δὲ ὁ ἀπὸ θάλασσαν*  
 ἡδίστος, i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun  
 diſſima. haec ex communi Auicennae, atque Aetij ſententia prae  
 cipue prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigi  
 ditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq̃. ſecundum Coelium nõ  
 paruũ auxiliũ praestat: quãuis enim a principio ſtomachum ſubuer  
 tat, paullo poſt tamẽ aſſuefaciens illum ſedat, quinimmo, ut dicebat  
 Plinius, uomitiones illae inſtabili uoluatione commotae plurimis  
 morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq̃ omnibus, propter quae  
 bibitur elleborum, medentur. Verum geſtatio in alto mari peracta  
 reliquarũ uehementiſſima exiſtit, & mutationes plurimas, atq̃ ma  
 ximas facit, nimirũ cum animus mixtos affectus habeat, & triſtitia,  
 & ſpe, timore, atq̃ periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in  
 anguſtijs, & periculis uerſantibus nauigantibus, quae ſimul omnia  
 lib. de cau. magnã uim habent, ut quoq̃ Plutar. cognouit, ingentes uomitus cõ  
 nar. citandi, ac conſequenter omnẽ uetere morbum proſigãdi: & pro  
 inde

**A** inde iure dixit Auicenna. nauigationem hanc ad extinguendas 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 nauis gestatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cōcūssionem affert: ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, quibus etiā gestatio in curribus conuenit: nisi q̄ hoc magis habet, q̄ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterū quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uōmitū ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dū nauis a uento impellitur, uehementissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intensissimos habeat. Non filendum, in nephriticis nauigationem, omnemq.ue maritimam uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: *καὶ πλοῦς, καὶ ἢ ἐν θαλάσσει βίωσιν, ἂσπασ' αὐ τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστὶν ἀνα.* id est, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

Oribasilus  
lib. 6. c. 23.

*De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.*

**N**ATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas existisse, maximeq. omnium ab antiquis in estimatione habitam fuisse, q̄ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audendum fortiores, & animosiores redderet, iam satis monstrauimus: ideo uires eius perquirere solum restat. Nam uarias hanc quoq. differentias habuisse reperio: siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentibus, aut in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: **C** si in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut stagnis: atq. hae omnes uel in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus, quas omnes calidas esse, & Aristotelis auctoritas & ratio, & experientia demonstrant, peractam improbauit Antyllus, tāquam impleat eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praestare, credidit Coelius Aurel. ita. f. administratam, ut patientibus partibus inflatae uesicae adiungantur, quo natandi laborem minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quam obrem uitanda plerūq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humiditatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores sanis corporibus noxas inferūt, potissimumq. ad inducendum somnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi scribit,

lib. 3. c. 14.

24. partie.  
Prob.  
lib. 6. c. 27.  
lib. 2. c. 1.  
& li. 5. c. 2.

-ter uncti

lib. 2. ferm.

Trans



Sary. 3.

*Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* **D**

permeiofissimae uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniam uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, non solum caput, uerum etiam uniuersum corpus contaminat. Lacustris medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores. & puriores apparent. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laefone si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemque elephantiasum patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accommodata reputatur. facit quoque ad eos, qui ex alimento fructum non sentiunt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natatione maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. Eritamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atque etiam in epilepsia laudauerit: cum Antyllus non solum marinam natationem, sed qualemcumque aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natatum, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum non esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematibus scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quam in fluuijs natari: propterea quod qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendum ualidior, magis natates adnites sibi sustinet. Est praeterea de quacumque natatione animaduertendum, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perarare, ac solum aestate adhibenda erit natatio, quando gracile reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominemque tandem iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natando 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 iis, qui cutem corporis densatam habent. at ab ea caput offendi, uires quodam pacto eneruari, nemo negaret: quod alio etiam non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resolvere. Frigida quoque intus calorem natium repellens ipsum ualidiorum efficiat ciborum optimam, & citam concoctionem

33. part. c.  
Prob. 12.

lib. 31. c. 6.

**A** nem praestat: exuberantes humores dissipat, & intrus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiā ipsam in arthriticis laudavit Aurelianus, ea ratione motus qua Hippoc. frigidā tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantibus in aestate, & Herodorus apud Aetium ad euitandū aestū frigidam natationem cōmendavit. experientia tamen constat, si quis ea frequēter utatur nervos laedi, & interdum sūrditatē contrahi, quod Agathinus apud Oribasiū confessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnasticā quidem medicā pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebātur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. pbauimus, siue in piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines cap. 14.

**B** secur. dū opinionē nostrā habuerunt, alterū ut motu illo blādo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicut, mēbra copiosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo sese fruarentur: quandoquidē aqua mota, & praesertim balneorum suauis illa attrēctatione singularem quandam delectationem affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sentētia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incūbant, pauca uerba faciam, tū quia fere sub nauigationē reducit, ut eadē repetere non sit opus: tū quia a medicis prope nullis eā in usu habitā esse cōstat: nisi q̄ Auic. inter debiles exercitationes adnumerat, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationē nullam calorē natuum augere credendum est, cū & Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quoniam intus frigent, extra uero quasi aduruntur: habēt. n. qui in mari piscantur hanc praecipuam cōmoditatē, q̄ eorū corpora ualde exiccātur, & propterea minime omnīū corruptionib. subiiciūtur: quin si putredo aliquid intus lateat, protinus exugitur, cōsumiturq. ut magna cū ratiōe scripserit Gal. piscatorū habitus duros, ac siccos esse, eorū ue ulcera ferinde exiccata continuo apparere, ac si salita forēt. Quod uero scripsit Suet. Augustū interdū hamo piscari cōsueuisse, id potius animi laxādi causa, quā ualitudinis gratia ab eo agebatur.

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

loco citato

sect. 38.  
prob. 1.

1. de simpl.  
med.  
6. d. comp.  
med. l. 1.  
in uita Au.  
gusti. c. 85.

*De uenationis conditionibus.*

*Cap. XIII.*



Enationis exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud solum inter ipsas discrimē posuisse uidetur, q̄ 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 exer-

libro 2. de  
paruae pi-  
lae ludo.

ceri

2. d. tu. val.  
cap. 8.

in 3. com.  
trac. 13. c. 2.  
Lib. de pu.  
epil.  
com. 115.

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsā tēpestare, atq. etiā in aliqua uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere cōpertum est, quando saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumētis rusticos, atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. pauciorib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, 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 eā his facultatib. praeditā esse, q̄ corpora uehementer calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, q̄ Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sententia memoriae mādauit, 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 ui 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 sanitatem, aut aegritudinem pertinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationē exercentes, cū modo currentib. equis, modo gradientib. agātur, modo uociferare, modo quiescere cogātur, omnib. partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione crediderūt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq. crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritoneum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit. siquidē multos uidere licet

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

Lib. 12.

*Parcius utaris moneo rapiente Veredo  
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.  
Saepe satisfecit praedae uenator, & acris  
Decidit excussus nec rediturus equo.  
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger  
Nec sint saxa licet fallere plana solent.  
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praesent:  
Inuidia fati sed leuiore cadunt.  
Si te delectant animosa pericula Tuscis,  
Tutior est uirtus, insidiamur apris.  
Quid te frenas 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 coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auerfanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q. uehementior existat, senibus, aut debilibus accōmodata inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes forti-

Seneca in  
tragoed.**C**

ti sint, quiq. optime ualeāt. ut nō absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominem, & bene ualentem 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 diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauisima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdam, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casū quodam, ut plerūq. fit, uenationi operam nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, acris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

lib. 1. c. 1. 7  
epist. lib. 5.

aliquam

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 exerci-  
tatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem  
non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum  
capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudi-  
ni nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tamen  
fortasse minus offendat, neque tamen ipsum noxa penitus caret, quan-  
do praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usque adeo  
prae fame exsaturantur, ut uentriculum in coccoquendo mirum in  
modum fatigent, sicque & cruditates, & alia innumera mala subeant.

### Artis Gymnastricae finis.



HIERONYMI MERCVRIALIS  
sex artis Gymnasticæ librorum, et enchus,  
quorum primus liber continet.



De principijs Medicinæ	cap. 1.
Caput primum	
De conseruatiua partibus, & quid tractandum	cap. 2.
Quid sit gymnastica, et quotuplex.	cap. 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, quæ in gymnastica conueniebant	cap. 7.
De gymnasijs diuersis partibus.	cap. 8.
De palestra, & alijs gymnasij partibus	cap. 9.
De balneis gymnasijs, atque etiam de stadio	cap. 10.
De accubitus in cæna antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine	cap. 11.
De auctoribus gymnasticæ, & gymnasijs ministris	cap. 12.
De trium gymnasticæ specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica	cap. 13.
De vitiosa gymnastica, siue Athletica	cap. 14.
De viuendi Athletarum ratione.	cap. 15.

LIBER SECVNDVS.

Quid sit exercitatio, & quò differat à labore, & mou. cap. 1.
De gymnasticæ medicæ diuisione. cap. 2.
De saltatoria cap. 3.
De spheristica cap. 4.
De pile ludo secundum Latinos cap. 5.
De orchestica, siue tertia saltatoriæ partem Gymnasticæ

De fine saltationis, & de loco	cap. 6.
De luctatoria	cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Cestibus	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 presentis tractationis	cap. 1.
De deambulatione	cap. 2.
An erectum stare sit exercitatio	cap. 3.
De pugnarum generibus	cap. 4.
De nonnullis alijs exercitationum speciebus	cap. 5.
De spiritus cohibitione	cap. 6.
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus	cap. 7.
De Cricilasia, Trocho, & Pilamalleo	cap. 8.
De equitatione	cap. 9.
De curruli vestatione	cap. 10.
De gestatione in lectica, & sella.	cap. 11.
De agitatione per lectos pensiles, et per lunas facta, & de Scimpodio.	cap. 12.
De navigatione, & piscatione.	cap. 13.
De natatione	cap. 14.
De venatione	cap. 15.

LIBER QVARTVS.

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu	cap. 1.
Consuetudo opinionis eorum, qui exercitacionem 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 exer- ceri volebant	cap. 4.
De exercitationum differentijs	cap. 5.
De corporum morborum, & sanitatis generibus	cap. 6.
An corpora agra vlllo pacto exerceri conueniat	cap. 7.
De corporibus valetudinarijs, & sem- libus exercendis	cap. 8.
De corporibus sanis exercendis	ca. 9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent	cap. 10.
De tempore exercitationibus apto	cap. 11.
Quanta fieri debet exercitatio	cap. 12.
De modo exercendi	cap. 13.

LIBER QVINTVS.

DE ordine agendorum, & de non- nullis scitu dignis	cap. 1.
De singularum exercitationis differen- tiarum effectibus	cap. 2.
De saltatorie effectibus	cap. 3.
De ludorum pile effectibus	cap. 4.
De luctæ commoditatibus, & incommo- ditatibus	cap. 5.
De pugilatus, Pancratij, & Cestuum facultatibus	cap. 6.
De cursum natura	cap. 7.
Quid præbet saltus	cap. 8.

De halterum conditionibus	ca. 9.
De disci, atque iaculationis effectibus	cap. 10.
De deambulationum qualitatibus ca- put. 11.	
Iterum de deambulationum qualitati- bus	cap. 12.

LIBER SEXTVS.

QVos erectum stare effectus pariat	cap. 1.
De pugnarum effectibus	cap. 2.
De quarundā aliarum exercitationum qualitatibus	cap. 3.
De spiritus cohibitionis facultatibus	cap. 4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & can- tu	cap. 5.
De lectionis, sermonis, risus, & stetus qualitatibus	cap. 6.
De Cricil. sive Trochi, & Pilamallei qualitatibus	cap. 7.
De equitationis facultatibus	cap. 8.
De gestationum in vniuersam viribus	cap. 9.
De gestationum in vehiculo, leſſica, at- que sella particularibus viribus	cap. 10.
De leſſi pensilis, cumarū, ac nauis ge- stationum facultatibus	ca. 11.
De natationis, & piscationis effecti- bus	cap. 12.
De venationis conditionibus	cap. 13.

ERRATA SIC CORRIGITO.

- fo. 14 linea 3 a fine labetesque lege labetesque  
 15 linea 19 sine Elidie lege in Elide.  
 15 linea vit. equirendi lege acquirēdi.  
 17 linea 4 exercitandani lege excitandam  
 18 linea 6 itner, lege inter.  
 18 linea 12 scribar lege scribit.  
 19 linea 11 propiugeum lege propni-geum  
 20 linea 4 a fine caldam lege calidā.  
 24 linea 9 Eoriceum lege Coricē.  
 26 linea 21 fabricabatur lege fricabatur.  
 33 linea 26 Maccenem lege Maccenatem.  
 34 linea 5 olei lege olet.  
 34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.  
 38 linea 24 Albero lege Abero.  
 42 linea 11 decimum lege decimi  
 44 linea 17 calda lege calida.  
 51 19 litore lege litore.  
 52 linea 12 faepro lege fepto.  
 63 linea 11 a fine pilleripi lege pilleripi.  
 63 linea 5 a fine pedierepos lege pedierepos.  
 65 linea 15 a fine fornicator lege fornicator.  
 67 linea 7 militans lege militari.  
 73 15 a fine perlicasse, lege perlicasse.  
 73 6 a fine fere lege ferre.  
 75 2 victu lege victum.  
 75 21 obtinuerint lege abstinuerint.  
 80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, uerum quod a nullo.  
 83 linea 8 a fine sphaeristrica lege sphaenistica.  
 84 linea 25 immiscebat haerebat, lege immiscebant haerebant.  
 94 linea 2 c in lege & in  
 108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus  
 126 linea 4 a fine Aratacus lege Aratacus.  
 115 in margine Pliacortū lege Eliaiorū.  
 136 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam  
 141 linea 9 inciendentibus lege inciendentibus.  
 143 linea 10 sanguine lege sanguinem.  
 149 18 excitati lege exercitati.  
 154 9 perspirabilemque lege perspirabilemque.  
 158 19 a fine retores lege rhetores  
 158 16 a finelitora, lege lituora.  
 169 linea 7 quaralibet lege quorumlibet  
 171 19 studerunt lege studuerūt.  
 186 17 a fine qua, lege quae.  
 187 linea 23 corpori lege corporis.  
 224 linea 5 quodcunq. exercitationes lege quodcunq. post exercitationes  
 230 F defecto lege defectu.  
 231 linea 18 quo lege quem.  
 232 21 remuniores le. reuictores.  
 238 18 viuendi lege videndi  
 249 linea vltima sicq. lege sicq.  
 255 22 Theophaustus lege Theophrastus.  
 256 linea 2 satisfacere lege fatiscere  
 255 linea 5 a fine falteribus lege Halteribus.  
 261 linea 3 a fine noce lege nocet.  
 262 linea 7 a fine efficiūt lege efficiūt.  
 279 linea 18 a fine Auēroar lege Auenzoar  
 288 linea prima patere lege petere  
 290 linea 3 ouent lege fouent  
 Te monium praeterea volumus candide Lector erratum esse in ichnographia secunda palestrae oblongae, cum sculptor eam minime seruauerit in platanone, & secunda, ac tertia porticibus extra palestram longitudinem, quam ratio proportionis postulat, & quam ipsi descriperamus.



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



- A**ries est materia currib<sup>9</sup> faciendis apta. 171. a  
Abrahâ vt De<sup>9</sup> ab Alex. Se. colebatur 182. d  
Academia Platonis 18 e  
Accubitus consuetudo vnde manauit 53. a. b  
Accubitus viro<sup>9</sup> forma qualis fuenit. 53. e  
& deiuceps
- Accumbentium numerus quis effen. 54. d  
Accumbentium imago 55  
Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 111. c. 130. f  
Acidû rustiâtes vociferatione iuuant 181. c  
Adolescentes cur ad gymnasia accedebant. 26. d  
Adorantes credi ex lege stabant 118. f  
Ager nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205. c  
Aegroti p<sup>9</sup>scis temporibus palam exponantur, & qua de causa 1. c  
Ægyptus, Homero autore, multas herbas, ac medicamenta habuit 1. b  
Aer est ex extrinsec<sup>9</sup> corpori accidētib<sup>9</sup>. 6. f  
Ætas in exercitatione est cōsiderâda. 111. f  
Aglaitades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodesse. 161. b. 188. d  
Agonistarcha quis fuerit 61. a  
Albati erant vna factio Romana 168. e  
Aldus Manuti<sup>9</sup> iuuenis eruditissim<sup>9</sup>. 178. d  
Alexander Seuerus Imperat. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 181. d. ad maiorû effigies sacra faciebat. ibidem  
Alexandri Seueni Imp. exercitia post lectio- nes que fuerint. 28. f. idem balnea viro- rum ac mulierum separauit 50. d  
Alexand. Seuerus Imp. ferè semper frigida lauacione vtebatur, raro calida 39. c  
Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos cur su exerceri 115. c  
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub- l<sup>9</sup>thermis iunxit 134. f  
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratio- nis Lampidio auctore vteretur 215. a
- Alexander Macedonum Rex quid ante ci- bi sumptionem ageret 114. e  
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 298. f  
Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63. c  
Alipra quis nam esset 63. a  
Aloysius Mocenicus Frânci F. laudat. 19. c  
Ambulationes queenam secundum Aristot. sint faciliores 217. c  
Ambulationes tum ascēdēdo tum descēden- do factæ qua de causa laudentur. 264. d  
Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso preferatur 265. a  
Ambulatio subdialis multas habet spe- cies ibidem  
Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipi- tur ibidem  
Ambulatio sub Sole minus ledit, quàm itatio, & qua de causa ex Aristot. senten- tia 266. f. 271. a. 274. e  
Ambulatio in vmbra facta, quænam sit bona ibidem  
Ambulatio per arbores rote suffusas facta lepram facile inducit, & cur 267. a  
Ambulatio epilepticis, & vertiginosis con- ueniens que sit 267. b  
Ambulatio antecubum fieri debet, & qua de causa ibidem  
Ambulatio post cenâ qb<sup>9</sup> cōueniat. 267. c  
Ambulationis marutina, & vespertina ef- fectus qui sint ibidem  
Amycus Bibrictorum Rex cestu claruit, & fuit à Polluce interfectus 110. f  
Ammon apud Oui. cestu valuit 111. a  
Andreas Baulius vir multe doctrinæ. 34.  
Andreas Palladi<sup>9</sup> Architect<sup>9</sup> peritissim<sup>9</sup>. 19. e  
Angina laborâtes luctam effugiant. 146. e  
Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13. a  
Anneus Gallio sanguinem expuens nauig- atione sanus factus est 179. b  
Antheus secundum Platonem fuit lucta- tionis aris auctor 105. a  
Antio-

I N D E X

Antiochus medicus quo exercitio vte- tur	210. e. f	Ars gymnastica quomodo scientia a Ga- leno vocetur	10. d
Antioch <sup>us</sup> medic <sup>us</sup> vehiculo gestabat.	297. b	Ars Gymnastica quid nā circa corpus hu- manum operetur	12. f
Antiq <sup>ui</sup> bis in die an semel saturarent.	52. f	Ars gymnastica ad bonum corporis habi- tum acquirendū, ac sanitatē cōservandā maxime p̄dest multorū testimonio	13. a
Antiquorū mos vincēdi t̄pa in cēna.	57. a	Ars gymnastica homini est naturalis	13. c.
Antiqui in stratis cōnabant	53. a	Ars gymnastica quo t̄pe inceperit	13. b. c. d
Antiqui omnes voluptates in conuiuiis ex- cogitarunt	58. e	& quomodo ordinem ac regulas acce- perit	15. c. 62. f.
Antiquorū studiū in cibis ac potibus deli- catissimis cōquirendis magnū fuit	58. e	Ars cōseruatoria qualitate, quantitate, oc- casionēq; perficitur	7. a
Antiquorum scripta quonam modo in- terierunt	161. c	Ars medica qua ratione coniecturalis effi- citur & quasi incerta	216. f
Antiquorum maior pars mane vel nihil, vel exiguum quid sumebat	225. c	Artis Gymnasticæ diffinitio.	10. f & 139. c
Antiquorum maior pars in vespere solum saturabatur	136. e	Artis Gymnasticæ finis	10. f
Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit.	48. d	Artis gymnasticæ apud antiquos existima- tio	13. a
Apodyterium in palestra quid fuerit.	29. c	Arthriticos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit	251. c
Apodyterium in balneo quid esset	40. f	Arthriticos gestatione curabar	Aclepiades
Apollini cur Athenienses gymnasium con- secrarunt	8. d	Arthriticos natiuo frigida iuuat. & qua de causa	305. a
Apollo iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis indicatus	130. f	Æsculapius Epidaurius multum artem medicam illustravit	1. c
Apollo iaculationi ab antiquis est præpo- situs, & quare	258. e	Æsculapius sanis postpositis, solis morbo- sis, ac languentibus opem ferebat	1. c
Apollonius vt Deus ab Alex. Senec. cole- batur	182. d	Æsculapius iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis iudicatus	130. f
Apoplectici Tral. sententia lectica vti pos- sunt, & qua de causa	299	Æsculapius venarum summopere dele- ctabatur	185. c
Aponaxis quid	85. c	Æsculapius ab antiq; iaculationi est præ- positus, & quare	258. e
Apostemata in pectore rupta habentes vo- ciferatione iuuantur	281. c	Aclepiades Prusienſis orator, & medicus clarus	51. c
Apricari quid faciat	140. d	Aclepiades per inediā tritum aut quamor- dierum multos affectus curabat	193. c
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à ca- nerabido morsum curauit	4. e	Aclepiades infirma corpora variis exerci- tationibus moleſtabat, vt hominū fauo- rem aucuparetur	205. b. 255. b
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit	4. c	Aclepiades Prusienſis lectis, & balneis p̄ſi- lib <sup>us</sup> in ægris curādis vtebat.	176. f. 300. f
Aquis medicatis etiam vtebantur in laua- tione ad voluptatem	47. a	Aclepiadem Soranus reprehendit, q̄ phre- neticos cātu curare profitebatur.	184. d
Aqua est ex extrinsecus corpori accidenti- bus	6. f	Affa in balneo quid esset	41. a
Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt		Athmaticos cusu vestibus lancis facto Theodorus Priscianus curabat.	253. a
Aristot. auctore	303. c	Cælius Aureli. spiritu retento.	279. c &
Aquarium quid esset	43. a	vociferatione.	181. c
Archigenes fuit Had. Imp. archiater.	291. f	Athenæum quis locus fuerit.	296. c
Archimedes sæpe figurā mathematicas in corpore vincto designabat	32. d		18. f
Aristotelis sententia de gymnastica & pæ- doticis.	10. d		
Aristote. sententia de arte gymnastica	13. a		
Aristot. sententia de motu post cibū	221. a		
Ars gymnastica, Gale. sententia, est maxima pars facultatis cōseruatoricis	7. b		
	Gymnastica.		

I N D E X

- Athenienses cur Apollini gymnasium cōfecerunt 8.d  
 Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inueniunt 18.e  
 Athenienses iuuenes quid agerent, vt in-trepidid ad vulnera fierent 144.e  
 Athleticæ finis 11.b  
 Athletarum remuneraciones 11.c  
 Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d  
 Athletæ simplici nomine dicti q sunt. 67.b  
 Athletæ quibus cibis vterentur 68.e  
 Athletæ quo nomine à Plato vocentur. 69.b  
 Athletarū victus ratio, quæ esset 72.e  
 Athletæ cur pallidi fiant post labores ex Aristo. sententia 74.e  
 Athletæ à Venere p̄fus abstinerunt. 75.b  
 Athletarum egritudines secundū Gal. 76.d  
 Athletæ gymnastica saltaciones habuit. 83.a  
 Athletæ ambulationib⁹ nō vtebant. 135.b  
 Athletæ aduersus palū se exercebāt. 145.a  
 Athletæ ex spiritus cohibitione nō parum auxiliij capiebant 154.d  
 Athletæ statim post exercitacionem potū vtebant, & qua de causa 214.d  
 Athletæ frequentissime vtebantur pugil-latu, lucta, & Pancratio 248.d  
 Athletæ ostentationis etiam gratia spiritum retinebant 154.f  
 Atrophiam laborantes vociferacione liberantur 281.c  
 Atrophiam gestacione curabant Theodor-us Priscianus, & Aretæus 296.d  
 Antonis aliquo stupore Ætius gestacione curabat 298.e  
 Author huius operis cur de gymnasijs scribere sibi proposuerit 7.a  
 Auditus spiritū retento melior fit 279.b  
 Aues in aere stare apparatus an aliquo modo moueantur 137.a.b  
 Aueros sententia de ijs qui exercitacionem dimittunt 194.e  
 Aueros reprehenditur, qui censuit mor-bosa corpora quotidie ad sudoris ini-tium esse exercenda 209.e  
 Aug. Imp. lege fanciuit, vt milites educe-ntur ambulatum in mense 135.c  
 Aug. Imp. simpodio quæq; vtebat. 177.c  
 Augustus Imp. solle se exercebat, & qua de causa 242.f  
 Aug. Imp. in sine deambulationis subul-tum currere videbat & qua de cā. 254.e  
 Aug. Imp. corendice, femore, & crure fini-stro laboras ambulatione in harena ma-ximè p̄funda se exercebat, & quo. 264.f  
 Aug. Imp. post cenam lectica lucubrato-ria vtebatur 299.a  
 Aurelianus Imperat. thermas hyemales in transtiberina regione fecit 206.f  
 Aurium dolore patientes lucta ledit. 246.e  
 Aurium dolore vexatos gestacione Gale. Tral. & Ætius curabant 297.c  
 Axes curruum ex vlimo, ilice, & fraxino fiunt. 171.a  

B

 Balista quale instrumentū fuit. 130.e  
 Balneum gymnasium 38.e  
 Balneū loca p̄stituentia quæ nā essent. 39.b  
 Balneis inferuentia quæ nam essent 39.b  
 Balneoꝝ situs s̄m Vitruuij sententiā. 43.b  
 Balneoꝝ aer extrinsec⁹ & intrinsec⁹. ibidē.  
 Balnea multum calida Gal. tempore in de-suetudinem abierunt 44.e  
 Balneorum magnitudo, mobilitas, immo-bilitas, figura ibidem  
 Balnea non eundem finem habent. 46.e  
 Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuersa ratione vtebantur 47.b  
 Balneum res quadrataria cur vocetur. 47.c  
 Balneorum hora quæ fuerit 50.f  
 Balnea semp̄ ante solis occasum claudēbā-tur, nec vnq̄ ante auroram aperiebātur ante Alex. Scueri Imp. tempora 50.f  
 Balneis pensilibus Aesclepiades in agris cu-randis vtebatur. 176. f. d. à Sergio Ora-ta sunt inuenta 177.a  
 Bapūsterium in balneo quid esset 39.c  
 Bellorophon fuit egratioris inuētor. 167.c  
 Bigis Plato animas assimilauit 171.c  
 Bigæ in pub. factis frequentissime certaue-runt ibidem  
 Blandi Forliuensis error de thermis 19.b  
 Botulajij i gymnasijs botulos vdebat. 64.e  
 Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videntur. 255.b  
 Brachia discus corroborat 257.c  
 Brothæ apud Oui. cecitū valuit. 111.a  
 Budaeus fallitur 17.a  
 Budæ error 145.b  
 Budæ defensus à Cornario. 119.a  

C

 Carchædicos natatio maritima iuuat. 304.e  
 Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2.f  
 Callicrates armatus currēdo bis vicit. 116.c  
 Callimachus statuanus cacirotecnus cur sit dictus 118.f  
 Calidarium in balneo quid esset 41.a  
 Calor

I N D E X

- Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robustior 191. f
- Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato exinguitur 206. f
- Calor nimius exercitationes prohibet. 210. f
- Calor natiuus exercitatione est excitandus & qua de causa ibidem
- Calidi homines vel parui vel nihil exerceri debent, & qua de causa 214. e & 219. c
- Campas Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182. f
- Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 4. e
- Cantoribus spiritus retento peritonæum rum pitur 284. e
- Catus exprimit rerum similitudines. 9. b. e
- Cantus à vociferatione differt 283. b
- Capita detecta à sole multum læduntur, & qua de causa 272. e
- Capite cooperito antiq. sacrificabat. 139. b
- Capite male affectos ex Anchyli sententia multa deambulatione iuuat. 262. e. ite deambulatione facta calcibus incumbendo 263. a
- Capitis grauitate laborantes post morum leniter factum leuatur, post cursum magis laborant ex Casij medici sententia vnde fiat 251. b. c
- Capitis dolorem inueteratū Aretæus manuum gesticulatione curabat 240. d
- Capitis circunvolutiones vertigines pariunt. 242. d
- Capitis dolore lussa iugi & magistro adhibito facta Cæl. Aurelian<sup>o</sup> curabat. 244. a & tali dolore laborantes currere vestitos iubebat. 243. a. & deambulare. 261. a
- Capiti male affecto vociferatio obest 282. e
- Capitis dolore laborantes vehiculo per longam viam Cæl. Aureli. vehi debere iudicauit, & qua de causa 297. c
- Caput debile lædit saltatio 240. e
- Caput dolens haltere lædit 256. f
- Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262. e
- Caput maiores noltriferè nunquam tegebant 272. e
- Carceres detenti qua exercitatione possunt vi 194. e
- Carnes exercitatorū caseo iam coagulato: non exercitatorum verò caseo nondum bene coagulato comparat Gale. 194. e
- Carnis multitudine deambulatione auferit 261. a
- Carnis multitudine qua ratione à Cælio Aureliano minuarur 277. a
- Carnis multitudinem gestatio Cæl. Aureliano auctore, remouet 298. e
- Cassius iatrosofphista Romæ Cornel. Celsi arte medicinâ summa cum laude exercuit 251. b
- Cachecticis vociferatio subuenit 281. c
- Celtæ post cænam pugna vmbra lili se exercebant 147. c
- Cælum meridianum quale sit ex Vitru. tentia 219. a
- Cenæ initio veteres arctius accumbebant: fatiati *ex vitru. cædæcia* verteabantur. 51. f
- Cenaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frontem & tempora vinciebant, & cur. 55. a
- Cenæ consuetudo apud antiquos. 52. f. & Isra
- Cenæ hora cur vespertina sit data 59. a
- Centauri quinam sint dicti 167. c
- Cera dignis emollièda arthriticis dat. 128. e
- Cercio secundum Platonem fuit luctatoriarum artis auctor 105. a
- Ceramina quomodo inceperint 14. d
- Cestiphoni in gymnasio se exercebat. 110. e
- Cestuum exercitatio 110. d 248. e
- Cæsar scripsit, non frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136. f
- Cæl. Augu. exercitationis causa aliquando cæstus. 111. piscabatur. 181. c. 305. c
- Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47. b
- Chiron venatione summopere delectabatur 185. c
- Chorea saltationis nomen vnde sit ortum. 101. b. e
- CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182. d
- Cibi necessitas, vnde nam pueniat. 192. d
- Cibi superfluitates necesse est, vt è corpore effluant 192. e
- Cibi prauis non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de causa. 193. b
- Cibis mali succi videntes homines quomodo se habeant 199. c
- Cibi cœcoctio quomodo cognoscitur. 223. d
- Cubistica est prima species saltationis. 81. d. 219. c
- Ciborum satietas vitari debet 192. f
- Ciborum in appetentia laborantes lectus pensilis iuuat. 301. a
- Cibos fastidieates vociferatione iuuantur 281. e

I N D E X

- Cibus post exercitationem nō statim debet  
assumi, & qua de causa 213. c
- Cinaxi vnde dicti a veteribus 101. a
- Cyrus Persarum Rex corporis labores ma-  
gnopere aestimavit 8. d
- Cilius erat vehiculi species 108. e
- Claudius Cels. vehiculo vndique tecto pri-  
mus, & quando est vsus 172. f
- Claudius Impe. Harpocregi liberto suo con-  
cessit, vt per verbē lectica vehi posset. 174. f
- Claudius secundū Platonem quis sit. 13. a
- Clemens Alexandrinus Antonini, & Sene-  
ci Impe. tempore floruit 49. c
- Clemēs Alex. tpe Gal Romę floruit. 105. b
- Clitomachus Carraginis fuit noua Aca-  
demie sectator clarus 75. a
- Celiacos manuum gesticalatione curabat  
Aretæus 240. d. & vociferatione. 281. e
- & exercitatione inter myrtos, lauros, &  
rhythum facta 296. f
- Coitu vsuri vespere non cenabant 52. f
- Coitus quosdā lædit, quosdā iuuat. 196. e
- Colicos. Aetio auroth. lecto alta iuuat. 183. b
- Colicos pilæ Iusu. Cæli Aureli. curabat.  
243. b. & cursu. 248. e. & deambulatio-  
ne. 261. a. & spiritu recto. 278. f. Ascle-  
piades gestatione 296. f
- Com. Impe. filius in palaestra in aegritudi-  
nem incidit 19. a. 245. b
- Comod⁹ Impe. iaculatione excellit 131. a. b
- Comitiales luctum vitare debent. 246. e
- Concamerata sudatio in palaestra vbi nam  
erat 20. f
- Concoctionem impedit exercitatio ex Era-  
sistrati sententia 191. b. c.
- Cocōctio & à quiete, & ab exercitatione  
moderate facta multum iuuatur. 191. f
- Coacquentes difficulter vociferatione iu-  
uatur 281. c
- Coanisteriū ī palaestra vbi nā erat. 20. f. 24. e
- Conseruatiua medicine pars à quibusdā sola  
digna videt, vt note medicine noies. 5. c
- Conseruatiua medicine pars à quibusdam  
in tres partes est diuisa. 6. c
- Conseruatiuam constituentia quatuor no-  
minibus à medicis cōprehenduntur. 6. f
- Constantini Impe. tempore accipitres edo-  
cari ceperunt 188. e
- Consuetudo magna ex parte conuenit na-  
ture exercitij corporis 198. e. f
- Consuetudinē pmutates valde ledunt. ibid.
- Consuetudo mala quomodo ex Hip. sen-  
tentia sit mutanda 200. d
- Consuetudo exercitij quantū proficit. 211. a
- Consuetudo in oibus est cōseruanda. 112.
- Consuetudo in exercitatione consideran-  
da est ibidem
- Cōtinui solutio quib⁹ rebus accidat. 208. e
- Cōtinui solutioni nullum motus genus  
conuenit, & qua de causa ibidem
- Cōtinui solutioni membris ignobilibus  
contingenti modo quodam exercitatio  
mediocri conuenit ibidem
- Cōualescētes vociferatione iuuatur. 281. c
- Conuulsionib⁹ capiuntur, qui cursu cōcita-  
to vtuntur. & quomodo hoc fiat. 252. e
- Cornarij, lapsus. 118. f
- Cōuis olim frigida, & calida a puero da-  
batur. 54. e. Cornibus boum prisici po-  
tabant 55. b
- Cor. Cels. iubet, vt in antiquo laterum do-  
lore victu athletico vtatur 76. e
- Corpus humanum quo pacto à diuersis di-  
sciplinis consideretur 12. e
- Corpus humanū quomodo est artis Gym-  
nasticę subiectum ibidem
- Corpuscula à nostris corporibus continue  
effluunt 191. d
- Corporis habitus ab exercitatione cōser-  
uatur 191. e
- Corporis virtutes per exercitacionem for-  
tiores sunt & expeditiores 191. f
- Corporis membra per exercitacionē firmi-  
tatem & robur acquirunt. ibid. 194. d
- Corporis habitus ab ocio destruitur. 192. e
157. c
- Corporum tria genera à medicis confide-  
rantur, & quæ 204. d
- Corpora agra an aliquo pacto debeat exer-  
cari 105. b
- Corpora siccā motibus leuibus & modera-  
tis vti possunt 206. f
- Corporib⁹ calidis & siccis nullę imoderate  
exercitaciones pueniūt. 206. f. 215. b. 219. c
- Corporibus frigidis & siccis exercitaciones  
remissę conueniunt. ibid. 115. c. 230. d
- Corpora, quorū vnū mēbris intēperiem pa-  
tūt, quomodo sunt exercenda. 107. a
- Corp⁹ nullū quanis intēperie laboras debet  
vehementi exercitacione exerceri. 107. b
- Corpora ob malam formationē morbosa,  
quomodo sunt exercenda ibidem
- Corpora in numero morbosa exercitatio-  
nibus vti possunt 208. d
- Corpora egritudine in situ laborantia nul-  
lo exercitacionis genere vti debent, &  
qua de causa ibidem
- Corpora valetudinaria quā sub se fm hu-  
ius

I N D E X

- Ius auctoris sententiã pnt cõtinere.** 209. a  
**Corpora senum cur multa excrementa generent** 210. d  
**Corpora senum quibus exercitationibus vti debeant** 210. e  
**Corporum sanorum differẽcias multas antiqui medici constituerunt** 211. c  
**Corpus perfecta sanitate præditum potius mente considerari potest, quam re ipsa inueniri.** 212. d  
**Corpora multa temperata in sua regione inueniri dixit Gal.** ibidem  
**Corpora communiter sana dicta excrementa quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent** ibidem  
**Corpora frigida, vehementer & multum exerceri debeat** 214. f  
**Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem** 229. c  
**Corpora humida à labore suffocari, hæc Aristot. sententiã quomodo sit intelligenda conciliator exponit** ibidem  
**Corpora in æstate potius, quam in hyeme sunt exercenda ex Aristot. sententiã** 210. f  
**Corpora quibus temporibus sint exercenda, & locis** 221. e  
**Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent** ibidem. & 229. c  
**Corpora frigida & humida multis & vehementibus exercitationibus indigent.** ibidem, & 230. d  
**Corpora ab iisdẽ, quãdoq; læduntur, quãq; iuuantur, prout illis applicantur.** 235. a  
**Corporis carnositas multis exercitationibus remouetur** 238. e  
**Corpora induta minus à sole calefiunt fm Aristot. sententiã, & qua de causa.** 272. e  
**Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum natãdo in artus facillime restituantur** 304. f  
**Coriceum in palestra vbi nam erat.** 10. f. & quid esset. 29. c. 87. b  
**Corycus quid esset ex Anilli sententiã.** 86. e. 101. c. 242. d  
**Cornarius corycum malẽ follem interpretatus est in Hip. conuersione** 33. c  
**Cornarius malẽ arguit Budæũ.** 118. & 119. c  
**Coxas debiles saltatio confirmat** 210. e  
**Coxis ex Hip. sententiã equitatio est inimica** 293. a  
**Craneum gymnasiũ apud Corinthios.** 8. f  
**Crassi quando cibum debet sumere.** 123. c  
**Crateri medici seruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab ossibus cadebant** 5. a  
**Cratinus poeta cur saltator sit vocatus.** 101. b  
**Crepaturas patietes saltũ dẽnt vitas.** 255. a & disẽ. 258. e. & spiritũ retentũ. 280. d quomodo fiant. 284. e. f  
**Crioptorticis antiqui ad deambulãdum utebantur, & qua de causa** 261. a  
**Crisiastæ forma ex Oribasio, quæ nata fuerit** 162. d. eius vtilitas 209. b  
**Crito medicus Romæ sub Traiano floruit** 245. c  
**Crudos pilæ lusuf lædit** 243. b  
**Crura infirma saltatio corroborat** 240. e  
**Crurum vlcera hãtere Gal. curabat.** 256. e  
**Crustulacij gymnasijs crusta vtebãt.** 64. e  
**Cunis quomodo in ægris curãdis antiqui medici vterentur** 178. e. 301. b  
**Curatiua medicinæ pars ob necessitatem prius est inuenta, & à quibusdam impostura quædam dicitur** 5. b. c  
**Curæ sanum corpus conseruant** 6. f  
**Currendi facultas à natura data est animalibus** 155. a  
**Curus certamen Elei instruerunt** 115. c  
**Currens ab ambulante quõ differat** 251. a  
**Currentes hyeme magis rigent stantibus, & qua de causa** 210. f  
**Currentium spiritus anhelat** 251. d  
**Curribus faciẽdis materia apta est abies.** 171. a  
**Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodorus, utebantur & quantum spaci perfererent** 172. e  
**Curribus ois generis sani utebantur.** ibid. f  
**Curribus tectis principes utebantur potius, quã apertis antiquitus** ibidem  
**Curru tectõ Plinius iunior propter oculorum infirmitatem utebatur** ibidem  
**Curru multa apud antiquos erãt genera, & quæ & quomodo similia, & dissimilia erant.** 173. a  
**Curruis vectatio ab Erichthonio est inuenta** 171. a  
**Curruis vectatio apud mulieres Romanas in maximo honore habebatur** 171. b  
**Currulem vectationẽ Romani mulieribus abutulerũ, ob nimium luxũ, postea illis restituerunt, & qua de causa** ibidem  
**Curruis vectatio apud gymnasticos æstimmata erat** 171. c  
**Curru duarum rotarum antiquitus erat in vsu** 171. a  
**Curru quatuor rotarum Phryges inuenerunt** ibidem  
**Curru**

I N D E X

- Curus** sex rotarū Scythę inuenerūt. *ib. idē.*  
**Curus** forma est varia *dem.*  
**Curruū** certamē in ludos olympios quan-  
do fit inuētum 171. c  
**Cursor** qui fit ex Aristotelis sententia. 70. d  
**Curfus** Gal. sententia nō parū cōfert ad sani-  
tatē, & bonum habitum. 116. c. 249. b  
**Curfus** quis motus sit, 201. c. eius utilitas  
& damna 249. c. & infra.  
**Curfus** tres sunt species ex Antylli senten-  
tia 116. f  
**Curfus** apud veteres Græcos quid sit 217. b  
**Curfus** omnis febrientibus nocet 249. c  
**Cursum** pro vertiginosis curandis atq; epi-  
lepticis Aretæus laudauit 250. d  
**Curfus** circularis effectus qui sunt & omni-  
no repudiari debet *ibidem*  
**Curfus** eos, qui fungos comederunt, & qui  
à scorpionibus icū sunt, iuuat 250. f  
**Curfus** quo renes lædatur, & iuuat. *ibidem*  
**Cursum** non in puluere factio faucium inte-  
riorum exulceratio curatur. *ibidem.*  
**Curfus** pedes & crura iuuat *ibidem*  
**Curfus** qua de causa ex Aristot. sententia  
caput lædatur 250. d  
**Curfus** à quibus vitari debet 252. d  
**Curfus** in posteriora factus quęnam auxi-  
lia ex Antylli sententia corporis parti-  
bus præterit 252. e  
**Curfus** per accliuia, & decliuia differen-  
tia 252. f  
**Curfus** corpore nudo factus quid effi-  
ciat. 253. a  
**Curfus** quo tpe magis fit faciendus. 253. b  

D

**Dares** apud Vergi. cestu valuit. 111. a  
**Deambulationis** utilitas. 133. c. 259.  
per totum caput.  
**Deambulationib⁹** loci apti qui sint. 263. b  
**Deambulatio** multas habuit species. 135. c  
& infra. 259. c  
**Deambulatione** quādo vti debemus 260. d  
**Deambulationis** effectus qui sint. *ibidem*  
**Deambulatio** mediocris est magis in vsu  
& quę sit *ibidem*  
**Deambulatione** pro infania, & asthma-  
te curandis Cęl. Aureli. vtebatur. 260. f  
**Deambulatione** pro ictericis curandis Ar-  
chigenes vtebatur *ibidem*  
**Deambulatio** pauca quibusnam conue-  
niat 262. d  
**Deambulatio** extremis digitis facta lippie-  
tibus confert 263. a  
**Deambulationum** differentię à loco sum-  
ptę quę sint 263. b. & earum utilitates,  
& nocumenta, *ibidē* & infra.  
**Deambulatio** tarda quibus cōueniat. 261. a  
**Deambulatio** quęnam sit, qua Hip. Auic.  
& Haly post cœciam vtuatur 261. b  
**Deambulatio** febres auget. *ibid.*  
**Deambulatio** minorē sāgigationē in spiran-  
di difficultate, q̄ pedib⁹ stare affert. *ibid.*  
**Deambulatio** vehemens corporis tremorem  
expellit. status discutit. *ibid.*  
**Deambulatio** salubrior quę sit ex Acume-  
ni medici sententia 217. a. & 264. e  
**Demetrius** Hermopolita, & eius laus. 60. e  
**Demosthenes** prope maris litus vocifera-  
batur. 158. e. & ascendendo orationes  
recitabat, & qua de causa. 263. c  
**Diaulus** curfus qui fit 116. e  
**Dielcytinda** 152. f  
**Diocles** est damnandus, qui multos ægro-  
tos deambulationibus post cibum exer-  
cebat 223. a. 268. d  
**Diocles** reprehenditur, qui epilepsiam spi-  
ritu retento curari dixit 280. d  
**Dionysio** syracusano cibus appositis non  
delectantū quid coquus responderit.  
187. c. 307. b  
**Dioreus** aduersarium vnctum & sine pul-  
uere superauit 33. b  
**Dioxippus** aduersarium vnctū, & sine pul-  
uere superauit *ibidem*  
**Discus** quot significat, & quę 123. a  
**Disci** exercitatio fuit antiqua. 111. b. eius  
utilitas 257. b  
**Disci** figura qualis fuerit 123. c  
**Discus** robustis corporibus conuenit. 122. f  
**Disci** exercitatioe loco purgationis, & phle-  
botomiz, si quid impediatur, vti possumus  
ex Gale. autoritate 257. c  
**Discobolii** 122  
**Discus** à iaculatione tum in iunando tum  
in lædendo parum differt *ibidem*  
**Discus** ab haltere differt 258. d  
**Dolentibus** variis sermo subuenit. 283. b. c  
**Dolichus** curfus quis sit 116. e  
**Domitianus Imper.** iaculatione excelluit.  
131. b  
**Domitianus Imp.** locum pro vocis exerci-  
tatione instituit 158. e  
**Dorsum** discus corroborat 257. c  
**Dorsum** debile habentes erecti stare nō de-  
bent. & qua de causa 259. b  
**Dracūculi** circa crura & brachia multis cir-  
ca mare rubrum apparuerunt, & quid  
facerent 279. 4. f  

Dropax

I N D E X

Dropax quid sit 213. c  
 Dubitationes duæ circa exercitationes or-  
 te soluuntur 202. f  
 Duellum à quo sit inuentum, & cui pugne  
 antiquorum generi respondeat 275. a  
 E  
 Laothesium in palestra vbi nam ef-  
 fer 11. d. 20. f  
 Elleborū qui sumperunt gestatione in le-  
 ctica facta iuuantur. 299. a. & in lectis  
 pensilibus 301. a  
 Elephantiasis Ægypto familiaris quo tem-  
 pore Italis innotuit 4. e  
 Elephanticos vsu coryci Aretæus curabat.  
 242. e. & vociferatione. 281. c. Celsus  
 deambulatione. 261. c. Aesclepiades ge-  
 statione 296. f  
 Elephaticos natatio maritima iuuat. 304. d  
 Entellus apud Vergi. cæstu valuit 111. a  
 Ephebus Athenis serpentem pūsilium, &  
 statim ambulante cū femine emisit. 5. a  
 Ephebum in palestra vbi nā erat, & quan-  
 tum 20. f. 24. e  
 Epilepsia in solatione moderata secundum  
 methodicos curatur 271. c  
 Epilepsia gladiatoris iugulati sāguine epo-  
 to secundum quosdam curatur 275. b  
 Epilepsia spiritu reterto Cæl. Aurel. autho-  
 re non curatur 280. d  
 Epilepsia quo pacto vociferatione cure-  
 tur 282. e  
 Epilepsia: vehiculo per longam viam vehi-  
 nō conducit Cæl. Aureli. a. authore. 297. c  
 Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Æt. cu-  
 rabant ibidem  
 Epileptic. cursus vehemens ex Theod. Priscia  
 ni iussa liberat. 250. e. & lōga & recta am-  
 bulatio ex Cæl. & cel. autoritate. 262. e  
 Epilept. Aretæus curabat manu gestulatione  
 240. d. lēdit deambulatione. 261. a. e  
 Epilepticis Antyllo authore natatio om-  
 nis obest 304. e  
 Episcyrus iustus quis 85  
 Equitatio an sit exercitatio. 79. a. est motus  
 mixtus secundum Gale. 170. f. 292. d  
 Equitatio qd efficiat & eius inuētor. 167. c  
 semper in honore est habita ibi. & 170. d  
 eius vtilitates & damna 292. e. f  
 Equitatio succussante equo facta quid ef-  
 ficat 293. b  
 Equitatio per alturcones equos facta quid  
 efficiat 293. b  
 Equitationis per gradarios equos facta ef-  
 ficat 193. c

Equitantes cur aliquando lachrymas emi-  
 tant 294. d  
 Equitatio an sit gestatio ibid.  
 Erasistratus missioe sanguinis è medicina  
 auferēda, atq; etiam oēm exercitacionē  
 inutilem ad sanitatem iudicauit 191. b  
 Erasistrati rōnes, quatuor quib⁹ exercitatio-  
 nem inuile esse ad sanitatē dixit. ibid.  
 Erasistratus per inedia trium aut quatuor  
 dierum multos affectus curabat. 193. c  
 Erasistratus est damnandus, qui multos  
 ægrotos deambulationibus post cibum  
 exercebat 225. a  
 Erasistrati rōnes soluuntur. ibid. & infra. c  
 Erasistratus malè a Cælio reprehēditur, qui  
 paralyticos deambulatione in locis hære-  
 nosis facta exercendos iudicabat. 264. f  
 Erasmat error 154. f  
 Erectum stare an sit exercitatio. 136. f. vti-  
 litas & nocumenta 169  
 Erecti stantes quodammodo 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. e  
 Erichthonius curulem vegetationem inue-  
 nit 171. a  
 Erysimachus medicus ad siagulum curan-  
 dū spiritus cohibitione utebatur. 153. c  
 Esculēta tum cibi tum remedij causa ægro-  
 tis exhibentur 6. f  
 Euphorbus iube regis medicus, & Anto-  
 nius Musa fratres vsu aquæ frigidæ  
 post balnea calida monstrarunt. 47. b  
 Euripidis sententia de athletis 71. b. c  
 Excrementa diuersis modis è corporibus  
 auferuntur. 190. f. & infra  
 Excrementa in corporibus detenta mul-  
 tas morborum species generant. 192. e.  
 196. d. 212. d. 214. d.  
 Excrementa ante exercitacionem è corpo-  
 re expelli debent 223. a  
 Exercitationes corpus cōseruant sanū. 6. f  
 Exercitationes quomodo corpori sano vti-  
 litatem, Gale. & Auic. sententia, præ-  
 stent 7. c  
 Exercitati curā frigida lotionē aut potio-  
 nelēdantur 223. c  
 Exercitationis diffinitio fm Gal. 77. b. fm  
 Auic. 78. a. fm Aucr. & hūc authorē. f.  
 Exercitationis diuisio fm Platonem. 80. d. f  
 Exercitatio vtilissima quæ sit ex Gal. sen-  
 tentia



I N D E X

- tentia 185. b  
 Exercitationis diſſe vn̄de ſumantur. 189. c  
 Exercitationis opportune factę multorum  
 errores corrigere poſſunt. 18. e. & multa  
 bona præſtare. 194. d. 197. a  
 Exercitationis opiniones tres apud anti-  
 quos fuerunt, & quę 191. a  
 Exercitationem omnem Eraſiſtratus ad ſa-  
 nitatem inutilem iudicauit 191. b  
 Exercitatio concoctionem impedit ex Era-  
 ſiſtrati ſententia ibidem  
 Exercitatio natiuum calorem, & humidũ  
 lædit, Eraſiſtrati ſententia, & per confe-  
 quens ſanitatẽ conſumit ibidem  
 Exercitationis neceſſitas, & vtilitas. 192. d. e  
 Exercitatio corporis habitũ cõſeruat. 192. e  
 Exercitatio laborẽ coniunctũ habet. 193. b  
 Exercitatio calorem naturaliẽ auget, vn̄de  
 fit, vt ipſe mediocritatẽ tranſeat. 194. d  
 Exercitatio ſup̄fluos humores ꝑſumit. ibi.  
 Exercitatio cunctis hominibus indifferen-  
 ter cõuenit ſecundum quõſdam. 195. b  
 Exercitationibus homines naturaliter in-  
 clinantur ibid. & 196. f  
 Exercitatio ſanitatẽ præſtat ibidem  
 Exercitatio excrementa expellit è corpo-  
 re ibidem  
 Exercitatio cunctis ante cibi ſumptionem  
 conuenit 195. c. 190. e  
 Exercitatio quõſdam lædit, quõſdam iu-  
 uat. 196. f  
 Exercitatio aſſuetis conuenit, non autem  
 inaſſuetis ſecundum quõſdam 198. d  
 Exercitationum tres ſunt primę differen-  
 tię 200. e. 136. f  
 Exercitatio præparatoria ſecundum Gale-  
 quę fit ibidem  
 Exercitatione præparatoria quãdo, & quo-  
 modo vti debemus 200. f  
 Exercitatio curatiua quę fit, & quando ea  
 vti debemus ibidem & 237. b  
 Exercitatio ſimplex quę fit, & eius ſpe-  
 cies 201. a. 237. b  
 Exercitatio eorum, qui vitam temperatam  
 degunt, quanta eſſe debeat ibidem  
 Exercitatio pprie dicta ſp̄s habet. 202. f  
 Exercitationes poſſunt morboſi in quanti-  
 tate auferre 207. c  
 Exercitatio ſecundum Hip. per additio-  
 nem fieri debet 209. c  
 Exercitatio Bonum habitum inducit, & ſa-  
 nitatem conſeruat 211. c  
 Exercitatio nulla debet eſſe aut violenta,  
 aut immodica? 212. c  
 Exercitatio a qb̄ vitari deãnt. 213. c. & infra  
 Exercitatio omnis in loco ſalubri fieri de-  
 bet 219. b  
 Exercerentes ſe ſub ſole magis incaleſcunt  
 quieſcentes, quã qui mouentur, &  
 qua de cauſa ibidem  
 Excrementa in hyeme cur pauca generen-  
 tur 221. b  
 Exercitatio ex medicorum ſententia ſem-  
 per ante cibum à ſanis fieri debet. 222. d  
 226. d. 267. c  
 Exercitatio ante cibum duplicem vilita-  
 tem aſſert 222. f  
 Exercitandi tria debent obſeruare 222. a  
 Exercitationis factę poſt cibum nocumẽte  
 quę ſint 222. f. 168. d  
 Exercitatio non debet fieri vbi ſtomachus  
 eſt valde vacuus, & qua de cauſa. 223. b  
 Exercitati ſtatim poſt exercitationem 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 conſuetę in ſenectute con-  
 gruunt 228. d  
 Exercitatione laſſitudo ſemper eſt vitan-  
 da 228. e  
 Exercitationis terminus eſt ſanis ſenſus, ibid.  
 Exercitationis exceſſum laudat Ariſto. ma-  
 gis, quam defectũ in cibo ecõtra. 230. f  
 Exercitatio Socratis ſenis quãta eſſet. ibid.  
 Exercitatio virorũ quãta eſſe debet. ibid.  
 Exercitatio puerorũ quãta eſſe debet. ibid.  
 Exercitatio fortium hominum quãta eſſe  
 debeat, & debiliũ ibidem  
 Exercitatio ſenũ minor eſſe debet quã-  
 m cum iuuenes eſſent ibidem  
 Exercitatio hyeme facta citra ſudorem ſi-  
 ri debet 229. a  
 Exercitatio vere facta vſq; ad ſudorem ſi-  
 ri debet ibidem  
 Exercitatio Autumno facta minor eſſe de-  
 bet ea, quę æſtate fit ibidem  
 Exercitatio inaſſuetorum quę, & quanta  
 eſſet debet 230. e  
 Exercitatio immodica oĩbus nocet. 230. e  
 Exercitationis immodica ſigna. ibidem  
 Exercitationem iuuenes quando debeant  
 incipere 231. c  
 Exercitationi peragendę qui modus eſt  
 adhibendus ibidem  
 Exercitationem, viri quando debeant inci-  
 pere ibidem  
 Exercitatio

I · N · D · E · X ·

- Exercitationem antequam inciperent anti-  
 qui quid nam facerent *ibid.*  
 Exercitationem statim post cibum nemo  
 debet incipere *232. f.*  
 Exercitatio prius remissa ac debilitate inci-  
 pi debet, deinde paulatim augetur. *233. a.*  
 Exercitationis particularis cognitio, sine  
 vniuersali cognitione, nullam affert vtili-  
 tatem, & contra *234. c.*  
 Exercitati statim post exercitationem ves-  
 tes madefactas debent deponere, & in  
 loco tepido & temperato *233. b.*  
 Exercitationem antequam quis incipiat,  
 quid nam facere debeat *233. a.*  
 Exercitati non statim post exercitationem  
 debent quiescere, nec cibum aut potum  
 sumere *233. b. c.*  
 Exercitationis modus & ordo totus quis  
 nam sit *ibid.*  
 Exercitatio incontinentium quæ nam esse  
 debeat *229. b.*  
 Exercitationis mos apud antiquos diuer-  
 sus fuit ab eo, qui nunc est in vsu. *238. d.*  
 Exercitatione preparatoria multi post coi-  
 tum meridianum qua de cæ vterent. *237. a.*  
 Exercitatio cum paluere quod operetur. *238. a.*  
 Exercitatio cum oleo facta quod efficiat. *236. e.*  
 Exercitationes multæ oculorum acuminem  
 obfunt. *238. e.*  
 Exercitatio magna, vehemens, remissa &  
 alia à quantitate sumptæ, quid in no-  
 stro corpore agant. *238. e. f.*  
 Exercitatio fieri non debet nisi post cibi co-  
 gitionem *243. b.*  
 Exercitationes quæ nam quibus temporibus ex  
 Hip sententia fieri debeant. *246. f. & 247. a.*  
 Exercitatio capite inclinato facta quos leg-  
 dat *290. e.*  
 Exiliio saltus species cursui assimilatur, &  
 eius effectus *254. c.*
- F
- Fabularum recitatores vocis exercita-  
 tionem operam dabant *157. a.*  
 Factionum studiosi homines equorum suarum  
 factionis sterora odorabant, & qua de  
 causa *168. e.*  
 Factiones Romanarum quatuor erant, & quæ  
 ibid. Vnde sint ortæ. *169. a.*  
 Febris acuta laborantes ab omni motu sunt  
 remouendi ex Gal. sententia. *206. d.*  
 Febres sepe contingunt, quia consuetæ  
 exercitationes dimittuntur *212. f.*  
 Fertorium quid esset *175. a.*  
 Flavius Vespasianus dicebat Imperatorem  
 statem mori debere *139. g.*  
 Fletus nocumenta *288. f.*  
 Fluxionem in dentes, gingiuas, columel-  
 lam, aut in torum caput patientes suscipere  
 debent omnino vitare *246. c.*  
 Fœtus humanus in utero matris pauciori-  
 bus ligamentis detinetur, quam fœtus  
 irrationalis, & qua de causa *254. d.*  
 Follis pila quæ nam esset. *83. f. vilitas. 242. f.*  
 Fornicatores in gymnasijs quod agerent. *64. d.*  
 Fossio est exercitatio & opus *202. f.*  
 Fossiores qua de causa à victu inordinato,  
 & prauo non lædantur. *229. b.*  
 Frigida lauatio in palaestra vbi nam erat.  
*20. f. 39. c.*  
 Frigida lauatio cur vteretur post cali-  
 dam *44.*  
 Frigidarium in palaestra vbi nam erat. *20. f. 39. c.*  
 Frigidum quodcumque statim post exer-  
 citationem sumptum, iecur, ventrem &  
 alias partes lædit *233. c.*  
 Frigus nimium quod in nostra corpora agat. *220. e.*  
 Funambuli *148.*  
 Funde inuentores Phœrices fuerunt. *129. a.*  
 Fuchij error *87. a.*
- G
- Gal. anno ætatis suæ 30. luxationem  
 summi humeri in palaestra passus  
 est *266. c.*  
 Gal. ipse in palaestra pueri exercebant. *29. a.*  
 Gal. tempore omnes homines quotidie la-  
 uabantur *30. c.*  
 Gal. paulo post Senecam & Plutarchum  
 floruit. *44. d.*  
 Gal. gladiatorum medicus à Pon. suæ ciui-  
 tatis fuit electus *142. f.*  
 Gal. vt se exercebat, ligna frangebat, & hor-  
 denum in pila tundebar *203. b.*  
 Gale. obiectum corpus veloci cursu cura-  
 nit *213. a.*  
 Gal. patria temperata fuit *216. e.*  
 Gal. iudicat radios solis magnas capitibus  
 humanis noxas afferre *266. e.*  
 Gallica lues nostris temporibus apparuit,  
 prius ignota *5. a.*  
 Galli venatores helleboro sagittas inficere  
 bant *188. d.*  
 Genibus infirmis deambulatio per accliu-  
 ue facta nocet. & qua re ex Aristot. sen-  
 tentia *263. c.*  
 Genitalia membra statibus oppressa lusa,  
 sanantur *245. a.*  
 Germanicus Tyberij Imp. nepos qua causa  
 equitatione vteretur. *170. e. 192. f.*  
 Germa-

I N D E X

Germanicus equitationis beneficio à crurū tenuitate fuit liberatus 208. d  
 Gestationis multe sunt species 295. b  
 Gestatio est debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduerferur ibidem. c  
 Gestatione in quibus morbis curandis Asclepiades vteretur 295. c & infra  
 Gestatio in mari perturbato omnino est fugienda ibidem  
 Gestatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem  
 Gestatio sine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297. a  
 Gestatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem  
 Gestatione in quibus morbis curandis Gal. vteretur 297. c & infra  
 Gestatio morbis diuturnis prodest ibid.  
 Gestatione scilla, & lectica facta egri vii posunt morbo iam inclinante 300. c  
 Gestationis in alto mari facte effectus. 301. f  
 Gymnasia nullus antiquorum scriptorū sufficienter tractauit 7. a  
 Gymnasia quae nam fuerint 17. b  
 Gymnasia quare, & à quibus primum sunt inuenta ibidem c  
 Gymnasia diebus festiuis magis frequentata erant, & quare 27. a  
 Gymnasti cur antiqui Tiberi propinquū 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 Pedonibica differat 7. b  
 Gymnastica vnde sit dicta 26. d  
 Gymnastica ars apud grecos solum in vsum fuit, & quo tempore ad Romanos accessit 16. e f  
 Gymnastica proprios habuit authores, quorum opera fuit illustrata 59. c  
 Gymnasticus quid nam esset 60. d  
 Gymnasticæ artis effectus 66. d e  
 Gymnasticæ bellicæ finis 66. e  
 Gymnastica vitiosa quæ sit 16. c 66. d a Galeno vituperata 69. b  
 Gymnastica medica sationes non respuit 83. b  
 Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82. d 170. f  
 Gymnasticam & medicinā contrarias effecur dixerit Hipp. 8. f

Gymnastica principaliter circa sanitatis cōseruationem, consequenter verò circa sanitatis curationem versatur 215. c  
 Gymnastes qui nā esset & eius onus. 61. b.  
 Gladiatores apud Romanos qui essent, & eorum absurdi mores 141. e f  
 Gladiatores diuersi ab athletis. 70. f  
 Gladiatores vsq; ad mortem intrepide pugnabant 143. a  
 Gladiatores hordearii vocabantur, & quare ibidem  
 Gladiatores sanguinem ex vulneribus aduersarij bibebat & quare. ibid. 275. b c  
 Gladiatores post pugnam cinerem pro medella potabant ibid.  
 Gladiatorū dereftatio ex D. Cypriano, ibi.  
 Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid. c  
 Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e  
 Gladiatores Lentulus alebat Capua, ibid.  
 Gladiator eximius fuit Com. Imp. 144. d  
 Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem  
 Glacus carystius pugillator excellentissimus 109. c 144. f  
 Graciles quiete vti debent 213. b  
 Gulielmus Choultus de antiquorum exercitationibus scripsit 29. a  
 Gulielmus Chouius errauit existimans difscum esse pilam rotundā in medio perforatam 126. d. 145. b  
 Gordianus minor Imp. Thermas æstiuas fecit 216. f

H

Habitus corporis in exercitationem considerandus 213. a  
 Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 26. f  
 Hadrianus Imp. cursū Nemiacis & Isthmicis certaminibus restituit 115. e  
 Had. Imp. lege sanciuit, vt milites in mensis ambularem educerentur 115. c  
 Halteres quale instrumentum fuerit, ex Oribasi sententia 126. c. eius utilitas, & damnū 256. d & infra  
 Haltere loco purgationis & phlebotomiæ fieri aliquādo pōt, si qd impediatur. 256. e  
 Haltere antiquorū etiam nos caremus, loco tamen ipsius alijs instrumentis vti possimus, & ijdem effectus sequentur. ibid.  
 Halteristarum imagines 127  
 Hæmorrhoidas saltus pronocat 255. b  
 Harpocræ liberto Claudius Imp. concessit, vt per vsbem lectica veheretur 174. f  
 Helio-

I N D E X

- Heliogabalus Imp.** quibus piscinis lauabatur 39. c  
**Heliogabalus Imp.** balnea viris ac mulieribus promiscua extruxit 50. d  
**Heliogabalus Imp.** lectos argenteos habuit 58. d  
**Heliogabalus Imperat.** curribus animalia monstruosa, & aliquando feminas nudas iunxit 171. b  
**Heliogabalus Imper.** Naumachias in curiis vino plenis exhibuit 180. c  
**Hepatica affectio** quedam in Melonij saparuit, quæ miros effectus pariebat, ea laborantibus 5. a  
**Hercules** inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76. c  
**Hermæum** quis locus fuerit 18. f  
**Herua** laborantes recti stare vitent 169. b  
**Herua** quomodo generetur ibidem  
**Herodicus Selymbrianus** post Aesculapium artem medicam multum auxit & illustrauit 2. d  
**Hydropisium** lucta, vel palaestra Oribasius curabat. 2. 45. a Cæli. Aure. vociferatione 281. c  
**Hydropici** continuis exercitationibus exsententia Theodori Prisciani curari possunt. 1. 48. d itemq; cursu. 2. 50. e. & vociferatione. Cæli. autho. 281. c  
**Hydropicis** vociferatio prodest 281. c  
**Hydropicos** gestatione Aetius curabat. 298. c  
**Hydropici** Tral. sententia lectica uti possunt, & qua de causa 299. a  
**Hydropicis** maritima natatio, pdest 104. d  
**Hyeme** minus, estate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de causa. 2. 1. b. c  
**Hippoc.** duas medicinæ partes curatiuam, & præseruatiuam ad summum perfecit 5. a  
**Hippoc.** tempore balnea publica aut priuata rara erant edificata 38. c  
**Hipp.** præceptum de sanitate tuenda 74. c  
**Hipp.** voluit oia fieri in Hippocrate 11. 4. d  
**Hippoc.** sententia de homine comedente, & non laborante 192. f  
**Hipp** patria temperata fuit 216. e  
**Hippo** indicat, solis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266. e  
**Hipp.** Herodici Selymbriani discipulus artem medicam illustrauit 2. d. 4. d  
**Hippolytus** venatione vitabatur, ut virginitatem conseruaret 307. b  
**Hypocaustum** & laconicum non idem fuerunt 4. 1. f  
**Hypocaustum** balneo seruiebat 43. b  
**Histriones** vocis exercitationi operam dabant 157. a  
**Histriones** infibulabantur, & quare 157. c  
**Homeri** tempore Gymnastica ars principium quoddam habuit 13. c  
**Homines** nasci propensos ad musicam, & Gymnasticam quomodo cognoscitur 13. c. 80. d  
**Hoies** cuiuscunq; ætatis illas exercitationes vitare debent, à quibus leguntur 211. b  
**Homines** cur aliqui sedendo macrescunt aliqui pinguescunt 214. c. f  
**Homines** excrementosi & calida temperie præditi sedendo pinguescunt ibidem  
**Homines** excrementosi & frigida temperie præditi sedendo macrescunt ibidem  
**Homines**, qui ante cibos, & ordinate se exercēt, non indigentia exquisita victus ratione, ut illi, qui non se exercēt 235. a  
**Homines** ignari, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 286. d  
**Hoies** excellentes, dum legunt, somno non capiuntur, & qua de causa ibidem  
**Homo** comedens, & non laborans sanus viuere non potest 191. f. 214. d  
**Hora**, qua sani homines cibum sumere debent, que nam sit 221. c  
**Horæ** dici Romæ quomodo, authore Martiali, dispensarentur. & quomodo authore Horatio. 224. f & infra  
**Horarum** consideratio ab antiquis, Gal. authore quomodo fieret 226. e  
**Hordeum** miliibus, qui parum profecissent, pro frumento dabatur 11. c  
**Humidum** naturale à superfluitatibus turbatur, & inficitur 194. d  
**Humores** crudos in stomacho aggregatos saltatio d. si pat 240. d  

I

**Iacobus** ob neruum lacum inter luctandum lesum, in postterum ab esu neruorum abstinuit 145  
**Iaculationis** species duas fecit Plato 129. c  
**Iaculationis** instrumentorum inuentor 131. b  
**Iaculorum** inuentor quis fuerit. ibid.  
**Ianitores** in gymnasijs quid agerent 64. d  
**Ianus** Cornarius Platonem lacum fecit 217. b  
**Ictericis** ois saporos amarus iudicant 304. f  
**Iecerosos** natatio maritima iuuat 504. e  
**Imitationis** species secundum Arist. 96. e  
**Impuberes** singulari certamine certabant. 144. c  
**In autumno** hora vespertina cibum sumi debet, & qua de causa 224. c  

1a

I N D E X

- In balneis edificandis quanta fuerit priu-  
torum hominum diligentia 38.f  
Incubone multi Romæ aliqui pere. 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.f  
In morbis intermittentibus motiones aliqui  
sunt vitales ex Hip. & Arist. inia. 206.e  
Infantibus in morbi declinatione mu-  
sicus cantus subuenit 283.c  
Infolatione 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.e  
Ioanes quomodo recumberet supra pedus  
Domini 54.c  
Ioannes Baptista Rhamnusus 54.c  
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c  
Ira corpus sanum conseruat 7.a  
Isthmicos cursus liberat 250.f  
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b  
Iudicium à neruorum usu abstineret. 245.b  
Iulianus quidam sanguinem e uomens quo-  
modo oraculo monstrante fuerit sanus  
factus 3.b  
Iuliani Imperatoris priuilegium medicis con-  
cessum 5.c. & infra  
Iuuenes oibus ferè motibus sunt apti. 212.f  
Iuuenes, si plus consueto laborent, con-  
uulsionibus fortibus magis quam senes  
tentantur 212.f
- L
- Laborem nimium pallorem inducit, & qua  
de causa 74.f  
Labor ex Erasistrati sententia est nature  
nostre inimicus, & iucunditatem à sa-  
nis auferit 191.c  
Laboribus inassuetos aliquando exercere  
debemus, & qua de causa. 199.a. 230.d  
Labores moderati quibus nam corporibus  
conueniant 215.b  
Labores vehementes quibus nam corpo-  
ribus conueniant ibidem  
Lacedæmonij venatione se exercebant. 187.c  
Lacedæmonas damnat Aristot. quod pue-  
ros nimis laboribus affligebant. 228.f  
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix  
infreretur 64.d  
Laconicum & tepidarium non sunt idem  
apud Virruuium. 41.b  
Laconicum & hypo caustum non idem  
fuerunt 42.f  
Lambinus fallitur 54.d  
Languidis vociferatio succurrit 281.c  
Lassitudo qua ratione articularum mor-  
bo laborantibus obfit 262.d  
Lecti apud antiquos varij erant 58.b  
Lectus sulcra mobilia habens quid sit.  
176.e. 301.b  
Lectis pensilibus pro ægrorum exercitijs  
antiqui medici utebantur. 176.d. quid  
essent, & quomodo fierent 300.f  
Lectis pensilibus, Celso auctore, quando  
viri debemus ibidem  
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante ci-  
bum, quam à cibo prodest ibidem  
Lectica qua re est inuenta. 173.b. 175.a. &  
quot numero serui eam portarent. 173.c.  
& infra. eius usus. 198.f. & 299.b  
Lectica per urbem gestari liberis erat ve-  
tium 174.f  
Lectica nostra cui antiquorum sella cor-  
respondeat 175.a  
Lectica in languentibus antiqui medici ute-  
bantur 175.b. 299.b  
Lectica à sella differebat 173.c. & 299.b  
Lectica multi vsus apud antiquos fuit. 298.e  
Lectica, in ea fedicis, quæ vti possint. 299.b  
Lectuli pensilis agutatio quandiu fieri de-  
beat 177.b  
Lectiois species, & earum ad sanitatem  
usus 285.a  
Lectio quomodo fieri debeat 285.c  
Lectioe remissa post ciborum sumptio-  
nem vti possumus ibid. & infra  
Leni labores quibusnam corporibus con-  
ueniant 215.b  
Lethargica febre laborantes in lectica de-  
cumbentes vehabantur 299.a  
Leucoplegmatia corpus totum detur-  
pat 207.b  
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fue-  
rir, tabellulis notabant, ac templo Apol-  
linis dicabant 1.d  
Libarij in Gymnasijs libera vtebantur. 64.e  
Liberis erat interdictum quo minus 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  
altum sublati exercitaretur 149.c  
Lycurgus iussit virginum corpora luctationi-  
bus, curibus, & hinc alijs exerceri. 246.a  
Lienosos,

I N D E X

- Etenos, natatio maritima iuvat 304. e  
 Loca ad Septentrionē & Orientē spectantia sunt salubriora ijs, q̄ ad Meridiē & Occasum spectant, & qua de cā ibi. & 216. e  
 Loca prope paludes, & stagna, & huiusmodi alia sunt mala 218. f  
 Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem spectantia sunt mala ibidem  
 Loci ad erendum apti sunt tres conditiones, & que ibidem & 216. f  
 Locorum vis quantum possit 215. e  
 Locus, ubi vocis exercitatio fiebat, qualis esset 158. e  
 Locus, in quo exerceri debēt hōes, hyeme calidus, astate frigidus esse debet 219. b  
 Locus consularis in Triclinio quis 54. c  
 Locutio est debilis exercitatio, quibus conueniat, eī vtilitas, & nocumēta 286. e. f  
 Longa ābulatio humiditates exccat 263. e  
 Longus funis quid sit Caelio Aureliano 165. a. 178. f  
 Lotiones corpus sanum conseruant 7. a  
 Lucius quā lateris dolore laborans, quō oraculo monēte fuerit illo liberatus 3. a  
 Ludi oēs antiquorū cur sint instituti 10. f  
 Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11. b  
 Ludū cur iter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88. d  
 Ludi Baccho dicati dicitur 121. a  
 Ludi matutini qui essent, & qui magni 64. c. & 65. a  
 Ludorū victores quō honorarentur 15. b. c  
 Lucta praefectus, & eius onus 60. f  
 Lucta fines tres habuit 105. a. quatuor modis fieri potest 244. e. f  
 Luctoriae artis auctores, qui fuerint 105. a. 115. c  
 Luctam Gal. artis gymnasticę minimam partē esse iudicauit. 01. f. eius apud antiquos magnus vsus fuit 244. d  
 Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athleticę exercebant 244. e  
 Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori praestet 244. f  
 Lucta habēbus crura debilia nocet 245. c  
 Lucta qua ratione pectori nocet 245. c  
 Lucta remissa facta qd corpori praestet 244. f  
 Lucta super pauimento facta quam corpore vtilitatem afferat 246. a  
 Lucta in puluere facta carnis plenitudinē remouet 246. d  
 Lucta ex sententia Galen. est perexigua Gymnastica, pars Gymnasticę medicę 246. f. 248. a  
 Luctator qui sit ex Aristotelis sententia 70. d  
 Luctatores quid nā agerent, antequam luctarentur 102. e  
 Luctatores vocabantur veri athleticę secundum Galenum 108. f  
 Luctatorum imago 104. a  
 Lugentibus, varius sermo succurrit 283. b  
 Lumbis male affectis lucta nocet 245. c  
 Lumbos discus corroboret 257. e  

M

**M** Achaon venatione summopere delectabatur 185. c  
 Magni Pōpeij post etate hōes toto corpore ac singulis dieb<sup>9</sup> lauari ceperūt 50. e  
 Manuum gesticulatio ad sanitatem conferuandam conducit 100. f  
 Mannodiata auis carens pedibus semper in aere permanet, nec in terrā nisi mortua cadit 137. b  
 Manuū gesticulatio hōes attenuat 140. d  
 Marcus Aurelius Asclepiades, & eius lanx 60. e. f  
**M.** Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum separauit 50. d  
 Marcus Antoninus Imper. valetudinis sitidiosissimus quid ante cibi sumptionem ageret, & quā hora cibū sumeret 224. e. f  
 Marcus Tul. stomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190. e  
 Marcia fons haustu erat iucundissima 50. f  
 Mare est extrinsecus corpori accidentibus 6. f  
 Mare insignem salubritatem quare efficiat 179. b. 102. d  
 Maria Magdalena quomodo sitaret retro pedes Christi cernētis 54. f  
 Marina aqua maiora pondera, quā dulcis sustinet, & qua de causa 184. f  
 Marius varicibus laborabat, & qua de causa 269. c  
 Marfilij Ilicini error in Platonis translatione 18 d. & 217. b  
 Marialis exercitia dum ruri moraretur 103. c  
 Materia, qua lauabant, que nam esset 39. a  
 Meccenas Melsius triennio siluit, & qua de causa 286. f  
 Medica secundum Diogenem sapiens fuit, non venefica, & quomodo 8. e  
 Medicinæ quando opus non erat 1. b  
 Medicinæ partes, cum sint diuersæ, diuersa etiam nomina sortitę sunt 5. b  
 Medicus quomodo corpus humanum consideret 12. e  

X

Medicus

I N D E X

- Medicus est artifex res sensatas traiciens 212. d  
 Medicamenta quosdam iuuant, quosdam lædunt 196. e  
 Mediastini in balneis qd faceret 30. e. 63. a  
 Melancholicos lucla Theodorus Priscianus curabat 245. a  
 Melancholici, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 286. d  
 Melancholiam Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant 296. f  
 Melchior Guilandinus Laud. 19. c  
 Membra corporis per exercitationē robur & firmitatem acquirunt 192. e. 194. d  
 Menſe apud antiquos prope balneū erant fixæ, & qua ratione 56. d  
 Menſe & lecti simul apud antiquos parabantur 56. f  
 Menſtrua sanitatem corrumpunt 43. 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 219. b  
 Methodi vniuerſales ex Gal. ſententia niſi particularibus ſpeculationibus iungantur parum iuuant 189. b  
 Militaris diſciplinæ cupidi gymnafia ingre diebantur 26. e  
 Milo Crotoniata vir robuſtiſſimus. 67. a quantum comederet. 73. b. quō robur oſtenderet 138. e. 150. d. 277. e  
 Meconas primus natatoria calidarū aquarum in vrbe conſtruxit 184. e  
 Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 115. b  
 Morbi quo tempore non vigeant 1. a  
 Morborum tria ſunt genera, & quæ .04. e  
 Morbus in intemperie, & eius ſpecies ibid.  
 Morbus in mala partium formatione qui fit, & quomodo fiat 204. f  
 Motus in tempeſtius concoctionem corrumpit 193. a  
 Motus omnis moderatus cunſis corporibus conuenit 212. f  
 Motus interciſus minorem laſſitudinem membris aſſert, & qua de cauſa 237. c  
 Morru in gymnafijs apud antiquos ſepeliebantur 18. f  
 Mulieres poſt Hip. etate podagra propter malam victus rationem laborare ceperunt 4. e  
 Mulieres apud antiquos nō accubebāt 53. c  
 Mulieres cum viris quo tempore accubere ceperunt ibidem  
 Mulieres modo a viris diuerſo accubebāt 54. d  
 Mulieres frequentiffimæ ſaltationi dabant operam 101. b  
 Mulieres lacenæ quo ſaltu vterentur & 97. c. 118. e  
 Mulieres quænam vitam magis, ſanam & minus moleſtam degunt 215. b  
 Mulieres quæ nam faciliſſe patiuntur ibi. Mulierem prægnantem lædit ſaltatio 140. e. 254. d  
 Mulieribus prægnantibus pica obſeſis vociferatio prodeſt 281. c  
 Mulieribus parturientibus vociferatio prodeſt ex Alexandri ſententia 281. c  
 Muſicam Plato Gymnaſticæ contrariā eſſe dicit 160. d
- N
- Natatione curſui cõparat Atif. 183. b  
 Natatio ſemper in honore apud veteres fuit 182. e. 303. b  
 Natationis locus quid fit 183. e. & 184. f  
 eius ſpecies 303  
 Natatio quibusdã ægritudinibus ex Antylli ſnã, & Gale. conuenit 183. a. 184. e.  
 Nataturi quid agere debent, antequã natent 183. b  
 Natatio ſiter exercitationes numerat 183. a  
 Natationem cur antiqui addiſcerent ibidẽ 185. a. 303. b  
 Natatio in flumio facta ſomnũ iducit 303. e  
 Natationem in aquis ſponte naſcentibus factam Antyllus improbat 303. c  
 Natatio pernicioſiſſima quæ fit 304. d  
 Natatio ſub Dio facta quid operet 304. e  
 Natatio facilius in mari quã in flumijs fit Ariſt. authore ibidem  
 Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumenta 304. f  
 Natatio frigida calorem naturalem validũ efficit, & concoctionem adiuuat ibidem  
 Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui læduntur 305. a  
 Naturæ calidæ ſecundum Hip. quietere debent 196. f  
 Naturæ hominum adeo diuerſæ ſunt, vt nemo alteri proſus ſit ſimilis 196. e  
 Natura corporibus noſtris meatus multos cur dedit 192. e  
 Naturis calidis quietes conuenit 206. f  
 Nauigatio an ſit exercitatio 78. f  
 Nauigatio quibus morbis auctore Auicennã proſit

I N D E X

- profit 302. f. 179. b  
 Naugationis modus valetudinarijs cōueniens qui fit ex Herodoti sentētia 179. c  
 Naugationis species sunt multę, & quę. & 179. c. 301. c  
 Naugatio per flumen facta minus perturbat, quā quę per mare, & quare quibusdam morbis conueniat 180. d  
 Naugatio inter exercitationes ab Annylo numeratur 179. a  
 Naugatio corpus mouet, & perturbat. ibi. & quare 180. d  
 Naugatione quinam vtantur ibidem  
 Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181. e  
 Naugatione sanus factus est Anneus Galio sanguinem expuens 179. b. & 302. c  
 Naumachię curā Pop. Ro. sint institutz. 180. e  
 Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15. b  
 Nephretici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 199. a  
 Nephritici nauigatio maritima prodest. 303. a  
 Nero Imp. gymnasia quandoq; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26. e  
 Nero Imp. musicū certamē instituit 158. e  
 Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehēbatur 299. c  
 Nero lamina pectori imposta sub ea cantica exclamabat 160. d  
 Nicomachus Smyrnęus valde crassus quauia ab Aesculapio fit curatus a nimia illa crassitie 207. c  
 Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139. b  
 Numerus exprimit rerū similitudines. 96. d
- O  
 Culi lachrymantes læduntur saltatione 240. c  
 Oculi lippietes, & lachrymosi a quantumuis minimo motu læduntur, quiete verò recreantur 243. a. b  
 Oculorum circūuolutiones vertigines pariunt 242. d  
 Otauius Pantagathus vir doctissimus Virtrui contextum de palestra emendauit 19. c. & infra  
 Oleum est ex extrinsecis corpori accidētibus 6. f  
 Olympici ludi Pisis agebantur 15. b  
 Onera portantes, si cantent, minus laborāt 283. b  
 Onuphrius Panuinus Veronenis de ludis diligentissime scripsit 11. b  
 Ophthalmiæ lucta nocet 246. c  
 Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Actius geitatione curabant 298. d  
 Orchestica tercia saltatorię species in plures partes diuiditur 82. f. 240. d  
 Orthopnoicos vociferatio iuuat 281. c  
 Orpheus vt Deus ab Alexan. Sc. colebatur 182. d  
 Os clausum cōtinere sitim extinguit. 286. f  
 Ofcellę 163. b  
 Otū corporis habitum destruit 192. f. 197. c  
 Otium perniciosum est & qua de causa 199. c. & infra
- P  
 Alastra Mercurij filia pendens locos obregendi cōsuetudinem inter mulieres, quę exercebantur, inuenit 76. e  
 Palæstra quid sit 17. c  
 Palæstrę descriptio secundum Virtruiū, accius partes 20. e. f  
 Palæstrę nomē quid significet. 35. a. 102. d. 244. f  
 Palæstra multas sub se habuit species 102. d  
 Palæstrę nomen vnde fit dictū 102. f. & 172  
 Palęstra stomachū frigidis morbis oppressum liberat. Cęl. Aureliano authore 245. a. 248. c  
 Palę hordeacę quidā vringē difficultate laborans per multum tempus, mixxit 4. f  
 Panathenæicum quis locus fuerit 18. f  
 Pancratiastes quis sit ex Aristo. snia 70. d  
 Păcratiū duplex erat 105. c. 109. a. b. 244. f  
 Pancratiastes vocabantur veri athletę secundum Gal. 108. f  
 Pancratio Gal. plurimos sanitati restituit 110. d. 248. d  
 Pancratię volutorij imago 106  
 Paralyticis natatio in aquis spōte nascentibus facta Cęl. Aurel. authore prodest, & etiam in marinis aquis 303. c  
 Paribus infernis ab alimento nutrimentū non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 263. a  
 Paruę pilę lusores quō se haberent 85. c  
 Paulus Manutius vir doctissimus, & eloquentissimus 178. d  
 Paulus Rhānusius vir opt. & doctis. 54. b  
 Paulo Rhānusio multę debēt itudiosi ob accubendi formam monstratā in marmore antiquissimo 54. c  
 Pauli Aeginetę sententia de coitu opponitur Gal. & Actio 237. a  
 Pectoris dolore disturno laborantibus vociferatio



I N D E X

- eiferatio subuenit 281. c  
 Pectoris affectionibus curandis gestatione  
 Actius vtebatur 298. c  
 Pedes debiles & male tutos saltatio firmat  
 240. c  
 Pædoriba fm Platonem quis esset 62. d  
 Peristylia in palæstris quonam pacto fie-  
 bant 20. c  
 Peristylia interioris ambitus cui cursui in-  
 feruierit 116. f  
 Peritonæum debile habentes spiritu reten-  
 to læduntur 280. d  
 Perse victus rationem, & exercitationem  
 diligenter profitebantur 195. a  
 Persis labores corporis Cyrus instituit an-  
 te cibi sumptionem, & quare 8. d  
 Petrus autem vnde dicatur 163. b  
 Petaurum quam habet figuram 162. f  
 Petrus egra corpora exerceri iudicabat 105. b  
 Petrus Victorius nescit ornamenti. 114  
 Potulenta tibi tum remediij causa egro-  
 tis exhibentur 6. f  
 Pheinda quid & vnde dicatur 84. f  
 Phœbus disco Hyacinthum interfecit 126. c  
 Philagrius medicus profluum feminis  
 exercitatione partium superiorum cura-  
 bat. 247. c. cursu Anryllus 290. f  
 Philander in suis in Vitruuii cōmētarijs  
 ostendit antiquos in stratis cœnasse 63. a  
 Philoctetes dolorem, sagittarum iaculatio-  
 ne lenibat 258. f  
 Philosophi in palæstras ad disputandum  
 conueniebant 20. c. 28. c  
 Phoenacia ars, & phoenaci magistri 158. d  
 Phycus quomodo corpus humanum cō-  
 sideret 12. c  
 Phryges iuenerūt currus quatuor rotarū 171. a  
 Phrynicus ob saltationis excellentiam ab  
 Atheniensibus Imp. est electus 100. c  
 Phrynon dux Atheniensium pancratiastes  
 fuit excellentissimus 110. d  
 Phrenetici lectis pensilibus iuuantur, & qua  
 de causa 301. a  
 Phthificis vociferatio prodest 281. c  
 Pile parue lusus in tres species diuiditur.  
 84. c. 201. c  
 Pile magne lusus duas habuit species 86. d  
 Pile inanis lusus quis apud antiquos fue-  
 rit. 86. d. & vtilitas. 242. f  
 Pile ludorū quatuor apud Græcos fuerunt  
 genera, & que 84. c. 241. b  
 Pile lusus secundum Latinos, & eius species.  
 88. c. 242. c  
 Pila robustis corporibus conuenit 212. f  
 Pile parue lusus omnes quid præstare vti-  
 litatis corporibus 241. b  
 Pile parue exercitatio inter veloces motus  
 numeratur à Gal. & Paulo 241. b  
 Pile follis dicitur exercitationis figura 89  
 Pile magne lusus vtilitates que sunt. ibidem  
 Pila trigonalis quæ nam esset 91. b.  
 vtilitas 243. a  
 Pile 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  
 ageret 63. c  
 Pingues quanto magis exercetur, tãto ma-  
 gis sani sunt. & qua de causa 213. a  
 Piscatio nauigijs facta est nauigationis spe-  
 cies 181. a  
 Piscatores marini cur pilos rufos habeant.  
 181. c  
 Piscina pub. Romæ vbi nam fuerit 184. c  
 Pythagoras quidam athletis primus carne  
 exhibuit 72. f  
 Pythagoras voluit adorationes sedēdo fieri.  
 139. b  
 Pyrrichie saltationis imago 98  
 Pittachus Mitylene Phrynonē Atheniēsu  
 ducē & pãcratiastē excell. vicit, ob quam  
 rē statua in Prytanco ei erecta fuit 110. d  
 Pythici ludi Delphis agebantur 15. b  
 Picuitosi vociferatione iuuantur 281. c  
 Platonis sententia de arte gymnastica 11. f  
 Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ  
 cum viris in palæstra exerceantur 27. c  
 Placo secundum quosdam athleta fuit 71. c  
 Plato fuit Hip. sectator 80. c  
 Plato laudauit vt & pueri & virgines, &  
 mulieres, & homines tam nudo corpore  
 quàm armato exerceantur 116. d  
 Plato scribens statum motui contrariū nō  
 profus vera locutus est 118. d  
 Plato dicit naturas diuinas ex motu iſt  
 quere constare ibidem  
 Plauti versus de antiquorum puerorū mo-  
 ribus in palæstra 29. b  
 Plinius scribit athletas aliquando coitu vti  
 solitos 76. d  
 Plinius secundus æstiuo tempore post cibū  
 apricabatur 140. c  
 Plinius secundus ex Vesuuij montis concre-  
 matione interijt ibidem  
 Plinij capitū librorū catalogus adulteria 28.  
 Plinius dixit Asclepiadem iucundū curan-  
 di

I N D E X

- di modum caluisse 205.c  
 Plinij iunioris exercitatio q̄ fuerit 222.d  
 Plinius maior dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est 285.b  
 Plinius Cœcilius vehiculo gestabat 290.b  
 Plinius Romæ Sella utebatur, vt interdum studijs vacaret 299.c  
 Plinius iunior corporis sanitatem venationi referebat 187.c. 107.c  
 Podalirius venatione delectabatur 185.c  
 Podagricti saltum debent fugere 255.a  
 thochum 289.c  
 Podagricos lenes & remissa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c  
 Podagricti Tral. sententia lethica vti possunt & qua de causa 299.a  
 Polis secundum Simonidem est saltatio loqueas 96.f  
 Pompeij magni exercitia 116.c  
 Pons naumachiarius quare sic vocatus sit. 180.f  
 Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt 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.e  
 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  
 Prandium apud antiquos quid esset 52.f  
 Præfixæ factioni maxima ciuitatis pars favebat 168.e  
 Præfixæ erant vna factio Romana ibid.  
 Præfixæ poetæ cur sit vocat<sup>9</sup> saltator. 101.b  
 Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c  
 Præmia certatoribus cur fuerint instituta. 14.e. 15.a  
 Priapismū pilæ magnæ lusu Tralianus curabat 241.d. d. atque item haltere 256.c  
 Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205.b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b  
 Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210.e  
 Propagendū ī palæstrā vbi nā erat 20. f. 43. a  
 Gymnastica.
- Propinatio iuxta veterem ritum, in contiuo facta ex Rhamusiano lap<sup>9</sup> de. 55.b  
 Prouerbiū in harenam descendere vnde sit ortum 16.d  
 Prouerbiū illud discam (quā philosphū audire malunt) vnde sit ortum 28.e  
 Prouerbiū Ne q̄ras ia stadio dolichū 117.a  
 Prouerbiū transire metam 119.b  
 Prouerbiū cōtra eos, qui necliteras, nec natare sciebant 182.e  
 Prouerbiū à mari & terra sumptum. 302.e  
 Puer aquam præbens 56.b  
 Puerorū gestatio in vlnis naticū est quedam ipsorum exercitatio 176.d  
 Pueri post Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter iagluuiem 4.e  
 Pueri frequentissimè saltationi operam dabant 101.b  
 Pueri musicam Platonis, & Aristot. sententia debent addiscere 160.d  
 Pueri a ploratu ex Aristot. sententia prohiberi non debēt, & qua de cā. 160.f. 188.e  
 Pueri Gal. tempore in aquis puerciles ludos exercebant 133.b  
 Pueri vsque ad vigesimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre possunt 228.e  
 Pueris peritonæum aut scrotum spiritu reterto rumpitur 280.e  
 Puellæ sunt ex Platonis sententia in gymnastica bellica exercebdæ 66.f  
 Puellæ pulcherrimæ singulari certamine certabant 144.e  
 Pulmone vlcerati, inculpati vivebant in Lybia 179.c  
 Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70.d  
 Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vfu 107. b. sanitati parum cōsert 247.a  
 Pugilatores quomodo certabant 107.c  
 Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108.e  
 Pugiles vocabat<sup>9</sup> veri athletæ fm Gal. 108.f  
 Pugiles, & athletæ aliquando in Deortū aut merum relati 71.a  
 Pugilium imago 102.b  
 Pulueribus in multis exercitationibus antiqui utebantur, & qua de causa 246.d  
 Pulsus vim habet emplasticam ex Galeni sententia 248.d  
 Pugilatus nocumenta, quæ sint 247.c  
 Pugilarus 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 Orisafij sententia  
 ibidem. & 173. a  
 Pugna vmbatilis quomodo fiebat. ibid. e.  
 201. c  
 Pugna telorum quomodo fieret ibid.  
 Pugna singularis quomodo fieret ibidem  
 Pugnas singulares exercebant sacerdotes  
 in Pergamo Gal. tempore 142. e  
 Pugna aduersus palum quinam vterentur.  
 145. c. 173. a  
 Pugna vmbatilis vbi à Galeno laudetur.  
 146. e. 173. b.  
 Pugna armata Demea inuenta 146. e  
 Pugnas singulares etiam Romani exerce-  
 bant 146. d. ibidem  
 Pugna singularis rudibus armis facta à Mā  
 tinzeis est inuenta 145. b  
 Pulsis in vocatione quid præstaret 33. a  
 & 13. d. vnde portantur 34. e  
 Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritus. 19. c  
 Pyrrhichie saltationes quæ fuerint, & a  
 quo inuentæ 97. c
- Q**uadrans erat merces balneari da-  
 ta 47. e  
 Quadrata corpora ab exercitatione quo-  
 modo iuuantur 213. a  
 Quadrigæ in pub. sacris sæpe certauerūt.  
 171. c  
 Quartana laborantes, vociferatio iuuat.  
 181. c  
 Quinquertio qui sit ex Aristo. sententia.  
 76. d. e.  
 Quotidiana febre laborantes in lætica de-  
 cumbentes vhebantur 299. a
- R**  
 Auenna Strabonis auitate aerem  
 salubrem habebat 75. a  
 Razis sententia de venatione 187. c. 306. e  
 Renes debiles lædit saltatio 240. f  
 Remediorum omnium natura est, vt pro-  
 sint, & aliquid etiam offendant 251. a  
 Renibus malè affectis lucta nocet 245. c  
 Renum lapilli optimè saltatione extrudi-  
 tur 240. e. 254. f  
 Renū siccillitate, vel seruore, vel vlcere affe-  
 ctū saltum vident. 255. a. & discum. 257. c  
 Renum inflammatione laborantes erecti  
 stare non debent 269. b  
 Rhannusianus lapis, I quo sculpta est fog-  
 ma Triclinij, antiquissimus 56  
 Rhetores in palæstras ad disputandū con-  
 ueniebant 20. c. 28. e  
 Resonæ finis varia noia forritæ sunt 203. a
- Resoluti Tral. sententia lætica vti possunt,  
 & qua de causa 299. a  
 Respiratio crebrarum ofcitationum est re-  
 medium 279. a  
 Reuocatores in balneis qui essent 30. c. 63. a  
 Rigores saltatio arceat 140. d  
 Ritus quo fiat, & quid efficiat 161. a. 187. b  
 Romani postremi omniū gymnasia ad Græ-  
 corum imitationem struxerunt 18. f  
 Romani in balneis multo græcis lasciuio-  
 res 38. e  
 Romani suos milites & mari & terra exer-  
 cebant 180. f  
 Romanorum mulieres Varronis testimo-  
 nio in eodem loco cū viris lauabantur.  
 48. f. oppositionem. 53. c  
 Ros vim habet colliquatiam, & ideo bi-  
 bitus gracilitatem inducit 267. a  
 Rotæ curuum Homeri tempore stano or-  
 nabantur 171. a  
 Ruffus Ephesius Romæ sub Traiano flo-  
 ruit 245. c  
 Ruffati erant vna factio Romana 168. e
- S**  
 Saltantes pondeta aliqua habebant, &  
 quorsum 118. d  
 Saltatoria exercitationis species, & eius di-  
 uisio 82. d  
 Saltatoria facultas in imitatione solo motu  
 facta consistit 96. f  
 Saltatio secundum Simonidem sicut poësis  
 tacens 96. f. & infra  
 Saltatio vera à musica secundum Pluar-  
 chum deprauata est 97. a  
 Saltationis inuentor quis fuerit 97. a  
 Saltationum diuersa nomina vnde sunt or-  
 ta 97. e  
 Saltationis finis 100. d  
 Saltationes vbi nam fierent 101. b  
 Saltationem antiqui in conuiujs exerce-  
 bant 101. c  
 Saltatio quæq; antiquorum ordine, rone,  
 & proportione indigebat 239. b  
 Saltatio opportunè facta multas affert vti-  
 litates, eadem inopportunè administra-  
 ta multa detrimeta homini pstat 239. c  
 Saltus vtilitas, quæ sit, Vegetij sententia.  
 117. 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, & co-  
 xas iuuat 255. a  
 Saltus humores superfluos euacuat, & loco  
 purga-

I. N. D. E. X

<b>purgationis acphlebotomiz</b> , Gal. auctore, fieri pot, si quid sit, quod ipsam impediatur	<b>Sella duplex</b> apud antiquos fuit	174. f.
<b>Saltus factus</b> , manibus aliquo podere plenis, qd differat a saltu aliter facto	<b>Sella portatoria</b> quid esset	175. a.
<b>Salugo</b> est extrinsecus corpori accidentibus	<b>Sella a lectica</b> differerebat	175. c. & 199. b.
<b>Sanguinis mitionem</b> Erasistratus e medicina auferbat	<b>Sella tum cooperta tum non cooperta</b> antiqui utebantur	199. c.
<b>Sanguinis mictu</b> aut fluxu quemlibet patientibus saltus obest. 255. & deambulatione	<b>Semen præcalidum</b> emitentes, haltere, Gal. auctore curantur	256. c.
<b>Sanguinis reiectio spiritu retento non curatur, &amp; qua de causa</b>	<b>Seminis fluxu</b> patientes legitur saltatio	240. f. & deambulatio
<b>Sanitas in humorum æqualitate</b> conseruatur	<b>Seneca</b> vocat se psychrolutrem	47. c.
<b>Sanitas eisdem remedijs &amp; amissa recuperatur, &amp; præ sens conseruatur.</b> Erasistratus. 191. c. huius falsitas	<b>Semitertiana febre</b> laborantes in lectica decumbentes uehebantur	199. a.
<b>Sanitati</b> voluptas est coniuncta	<b>Senecæ de gestationis, &amp; ambulationis difficultate</b> quò sit intelligenda	196. d.
<b>Sanitas cum aliqua molestia</b> permanere potest	<b>Seneca aduersus miram</b> anheladi difficultatem gestatione in vehiculo facta utebatur	297. b. c.
<b>Sanitas in moderato calore naturali &amp; cõmensuraro humido</b> conseruatur	<b>Senes</b> quonam modo secundum Gal. sententiam debeant curari	109. b.
<b>Sanitas quot modis</b> consideretur	<b>Senes</b> vti debent laboribus consuetis	111. b.
<b>Sanitas medicamentis</b> opportune adhibitis recuperatur	<b>Senes pauciores &amp; remissiores</b> exercitationes sustinent	212. f.
<b>Sani</b> homines a medicamentis multum læduntur	<b>Senibus</b> exercendis quatuor sunt consideranda	210. e.
<b>Sanus</b> homo nullis legibus se obligare debet	<b>Senectus</b> quid sit ex Arist. sententia. ibidem.	245. a.
<b>Satyriasmum</b> lecta, Theodori Prisciani auctoritate, sanatur	<b>Sensus</b> lecta exacuit	245. a.
<b>Scabiosis</b> , qua de causa motus vehemens conuenit	<b>Septi dolore</b> diuturno laborantes vociferatione liberantur	281. c.
<b>Scabiosis</b> narratio maritima prodest	<b>Sergius Orata</b> balnea pefilia iuenit.	177. a.
<b>Scelyrhis</b> ægritudo Plinij ætate se manifestauit	<b>Sertorius</b> , vtrixas conuiuari auerfaretur supinum se locauit, & iccirco facilius trucidatus est	54. a.
<b>Schola medicorum</b> vbi fuerit, & quid ibi fieret	<b>Seuerus Impera.</b> Scimpodio uehebatur, dũ Britanniam obiret	178. d.
<b>Scimpodium</b> quid sit	<b>Sicci</b> homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de causa	213. b.
<b>Scythæ</b> ocs ferè semper equitatione viuuntur	<b>Siccitas</b> nimia exercitationes phibet	210. f.
<b>Scythæ</b> inuenerunt currus sex rotaru	<b>Silentium</b> sitim, tussim & singultum extinguit	286. f.
<b>Scitbonius</b> Largus Claudij Imperatoris medicus scripsit neminem vique ad sua tempora aquæ formidini liberatum	<b>Silentium sanguinis reiectioni</b> conuenit	286. 16. d.
<b>Scitbonius</b> Largus medicus, tempore Tib. Cæs. Romæ floruit	<b>Silimachus</b> medicus fuit Hippoc. sectator	296. e.
<b>Scrimia</b> vulgo sic dicta quid nam apud antiquos esset	<b>Singultus</b> longa & concitata ambulatione comprimitur. 262. e & spiritus inhibitione. 278. f. & vociferatione. 281. f. & silentio	286. f.
<b>Secundas</b> saltus educit	<b>Syracusani</b> bis in die saturabantur	53. a.
<b>Sella</b> curruis vnde sit orta	<b>Sitis</b> a silentio extinguitur	286. f.
	<b>Soclarus</b> Epicuro aduersatur circa coitum.	237. a.
	<b>Socrates</b> ad sanitatis conseruandã, & robur acquirendum saltatione exercuit	101. a.
	<b>Socrates</b> cantu se exercebat	284. c.
	<b>Solon</b>	

I N D E X

- Solon vetabat ferus unctioes siccas 31. f  
 Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta ho-  
 ratium. 54. c  
 Somni corpus sanum conseruant 7. a  
 Somni profundiores ijs contingunt, qui se  
 exercuerunt, & qua de causa 193. a  
 Somni profundi concoctione meliore effi-  
 ciunt, & qua de causa ibidem  
 Sono capiunt saepe in tete speculantes 139. a  
 Somnolenti cur sint decolorati 144. d  
 Soranus in curadis diuturnis morbis exer-  
 citatione utebatur 235. b  
 Sostriatus Gnidius ambulationem pensile  
 primus omnium Gnidi fecit 115. b  
 Spartanorum mulieres vna cum viris in  
 palastris se exercebat 17. b. & in balneis  
 vna cum viris lauabantur 48. e  
 Spasmus cynicus cursu remouetur 250. e  
 Sphaeristerium gymnasijs pars quid esset,  
 & quid in ipsa ageretur 36. f  
 Sphaeristicus qsnam esset, & eius onus 61. f  
 Sphaeristica est saltationis species, & quid  
 sit & quis eam inuenit 84. d  
 Spectatores subsellia sibi ad spectandum fe-  
 rebant 118. f  
 Spiratio numerosa vnde fiat 251. c  
 Spiritus cohibitio quid faciat 153. a. eius  
 species. 153. b. eius vtilitas. 278. d. quib'  
 conueniat. 279. a. eius nocumeta. ibid. b  
 Spiritus cohibitione inter ceteras exercita-  
 tiones Athletae duabus de causis vteban-  
 tur 154. a  
 Splenis egritudinibus ex Actij sententia  
 curus est vtilis 250. d. f  
 Spleneticos gestatione Theodorus Priscia-  
 nus, & Aretaeus curabant 296. f  
 Spunij apud antiquos magna infamia no-  
 tabantur & a nobilitate commertio ex-  
 trudebantur 18. e  
 Spurina qua victus ratione vteretur, &  
 exercitio 210. f. 123. c  
 Spurnae stitidij i sanitate coferuanda 213. c  
 Spuria corpus exinaniant 6. f  
 Stadium gymnasijs pars 52. d  
 Stans exercitium 146. f  
 Stare maiore corpori labore affert, quam  
 ambulare, & quare 137. e  
 Stare calcibus aut summis digitis innitendo  
 nihil nisi molestiam affert 272. f  
 Stellae deficientes in insomnijs videtes quo  
 modo ab Hippoc. curentur 253. a  
 Stephanio fuit iuctor togatae saltationis 83. a  
 Stercora corpus exinaniant 6. f  
 Stomachace aegritudo Plinij etate nostro  
 orbi nota facta est 4. f  
 Stomachus in coquendo debilis a saltatio-  
 ne corroboratur 240. d  
 Stomachum frigidis morbis oppressum cu-  
 rat cursus 250. f  
 Stomachicos spiritu retento Caes. Aure. cu-  
 rabat 279. c. & vociferatione 181. c.  
 Asclepia gestatione 296. f  
 Stomachi dolore Theodorus Priscianus,  
 & Aretaeus gestatione curabant ibidem  
 Stomachi affectionibus curadis gestatio-  
 ne Aetius utebatur 298. e  
 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 conseruant sanum 7. a  
 Sudores corpus exinaniant ibid.  
 Sudor est motu prouocandus, & qua de  
 causa 22. b  
 Sudor sine motu proueniens deterior eo est,  
 qui a labore prouenit 234. a  
 Sudor qua de causa manus exercitibus  
 ex Aristo. sententia effluat 247. c  
 Sudor siccus quis fuerit 30. f  
 Sueronij locus de remedio harenarum &  
 arundinum, Augusti, quomodo sit in-  
 telligendus 264. f  
 Suffusi oes colores rubeos indicant 262. f  
 Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gesta-  
 tione curabant 297. c

T

- Temporis duo sunt gna, q ab authori-  
 bus medicis naturalia noiant 120. d  
 Tempus accidentale quodnam a medicis  
 nominetur ibidem  
 Temporum constitutiones in exercitandis  
 corporibus, quae sint vitandae 220. e  
 Tempus nubilum & obscurum exercitatio-  
 nibus est ineptum ibid.  
 Tempus serenum & lucidum est exercita-  
 tionibus aptum 210. f  
 Tepidarium in balneo quid esset 40. e  
 Tepidarium & laconicum non sunt idem  
 apud Vitruuium 41. b  
 Tepidarij cur non meminerit Vitruuius lo-  
 quens de balneis gymnasijs 41. d  
 Tetano affectos Hip. auctore aqua frigida  
 affusa liberat 305. a  
 Themison in curandis diuturnis morbis  
 exercitacione utebatur 235. b  
 Themison medicus reprehendit, q atrophiam  
 labo-

I N D E X

laborates longa ambulatione affligebat 261.c	lem & Corycum differe 872
Themison methodicoru princeps coxedi- cu dolore laborates eg rare iubebat 293.a	Valerudinarij quomodo sint exercendi 209.b. 230.d.
Theon Alexan. de athletica scripsit 70.c	Vasarium quid esset 43.b
Thepsi poeta saltator cur fit vocatus 101.b	Varices patientes saltum effugiant 255.a
Theffalus medicus Neronis etate floruit 159.a	Varicibus laborantes erecti stare non de- bent 269.b
Theffali qua de causa centauro sint vocati 167.c	Varices quomodo generentur ibi.
Tyberius Imper. scimpodio quandoq; ve- hebatur 177.c	Varie lectiones auctoris recognita, & au- cte 280.c
Timonis aui a duobus mensibus, singulis annis in cauernis latitabat 5.a	Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Tyrreni sub eodem regimento cum mu- lieribus accumbebant 53.c	Vehicula tota Plinij tempore auro, & argē- to erant insignita 171.a. 297.b
Tyrreni ad tibiam pugnis certabat 107.c	Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f	Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel vi- ris agebantur 171.b
Titus Imp. qua de causa fit mortuus 47.a	Vela ad excipiendum puluerem in Trichi- nijs suspendendi mos 54.f
Tonfillas patientibus lueta nocet 246.e	Venatio non solum corpus, sed & animam delectat 185.b
Thoracem haltere laedit. 256.f. & discus. 257.c	Venatio ad bellicam fortitudinem compa- randam est villis 186.d. 186.f
Thorax humidus ambulatione facta calci- bus incumbendo sanatur 263.a	Venationes tres sunt ex Platonis sententia 186.d
Thorax difficulter spiras deambulatione per accliu facta iuuat ex Antylli sententia 263.b	Venationis multae sunt species 183.d
Tria erant Romae loca, vbi litterariae exerci- tationes fiebant, & quae 25.b	Venatio quae nam fuerit magis apta ibi.
Triclinium marmoreum vetustissimu Pa- tauij in edibus Rhannusijs 56	Venatio accipiuntibus facta quomodo ab antiquis fieret 183.e
Tryphon de athletica scripsit 71.c	Venatio multis instrumentis opus habet & in hoc a pila ex Gal. sententia differt 305.c
Tripudia nra saltationibus antiquoru cor- respondet & in quo ab illis differat 259.b	Venationis equestris villitas, quae fit, & qui- bus obicit 306.f
Trochus graecus quomodo factus esset no- bis est ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c	Venationis pedestris villitas, & nocumen- ta 307.b
Tubi per quos circumfunderetur calor pro- diens ex hypocausto 41.a	Venatio est exercitatio & opus ex Gal. sen- tentia ibidem
Tubicinibus spiritu retento peritonaeum rumpitur 280.e	Venae aliquando a saltu valido rumpuntur. 255.a. & a disci exercitacione 258.d
Tumores laxos gestacione Aetij curabat 298.e	Venenum cur toxicum sit dictum 130.d
Tusis sicca, spiritu reteto, cursu no in pul- uere facta curatur ex Celsi sententia 250.e	Venus conseruat corpus sanum 7.a
Tusis a frigida causa orta spiritus cohibi- tione curatur 278.f	Veneri erant vna factio Romana 168.e
Tusis a silentio exinguitur 286.f	Ventres frigidis lueta curat 245.a. & cur- sus 250.f
Tyberius Imperator omniu primus colicis dolorem expertus 4.f	Vertiginosos manuu gestulacione cura- bat Aretus 240.d
V	Vertiginosos laedit saltatio 240.e. & pila lu- sus 242.d
Valerius aper miles caecus quo reme- dio, oraculo pronunciante, fuerit a caecitate liberatus 1.c	Vertiginosi lueta vitare debent. 243.e. & cursum circulaem. 252. f. 262. f. & trochum. 209.c
Valeriola recte putat contra Fuchsum, fol	Vertiginosos male curabat Aretus pug- lato. 247. c. curabat etiam disci exerci- tacione 257. c
	Verti-

I N D E X	
Verriginosa passio vnde oritur	262.f
Verriginosos gestatione Gal. Tral. & Act. curabant	297.c
Veredus erat vehiculi species	298.d
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit	54.d
Vesicæ lapilli optimè, saltatione extruduntur	240.e
Via apud veteres græcos que sint	217.c
Vigiliae sanum corpus conseruant	7.a
Vigilia laborantes lectica vii possunt	299.a
Viperarum morsibus tibiæ, moduli profunt, vt Gellius refert se apud Theophrastum inuenisse	283.c
Virgo fons tacta erat iucundissima	50.f
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ	66.f
Viri tantum apud antiquos accumbebat, non mulieres	53.c
Viri apud antiquos quonam modo accubebant	53.c
Viri noscunt quid intelligat hic auctor	218.e
Viri sunt ferè omnibus motibus apti	218.f
Virus debilitati, & obsecritati gestatio retrouersa facie facta, Auicenn. auctore, confert	298.d
Vitruuius floruit ætate Cæs. Au. 18. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi	
Vlceribus quiete curandis stare & sedere aduertantur	138
Vlceribus internis, Cæli, & Celi. authoribus, deambulatione remissa, & molliter facta prodest	261.c
Vnctione qui nam vterentur	30.d
Vnctionis materia quæ fuisse	32.d
Vnctionis finis	31.c
Vnctio post balnea quid præstabat	32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum	34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebantur, & quæ de causa	216.d
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta	157.a. b
Vociferatio quonam modo fieret	159.b
Vociferationis finis est multiplex	158.f
Vociferatio quid sit 156. & quid efficiat.	159. b. 180.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vii & vitare	281.a
Vocis abscissio quomodo à Cælio Aureliano curaretur	160.e
Vocis species sunt sex	280.f
Voci ex humiditate rauca vociferatio succurrit	281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio male habenti vociferatio subuenit	281.c
Vox quomodo corrumpitur	283.a
Vomentes vociferatione iuuantur	281.c
Voracitas immensa, Seneca & Plutar. auctoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit	4.d
Vrania quid	85.c
Vrina corpus exinanunt	6.f
Vrina ardor ex cursu augetur	252.d
Vtero conuulso ambulatio calcibus incumbendo facta prodest	263.a
X	
Xystarca quis nam esset	60.e
Xylyti & xylyta quid essent in gymnasio	37.b. c
Z	
Zosimus libertus sanguinem reieciens nauigatione liberatus est	179. c. 302.c
ζωοτροφία quid sit 84. f. 94. f. eius vtilitas.	243.c
ζωοτροφία mendicum, & erronem significat.	128.d
ζωοτροφία quid significet. 146. f. eius vtilitas	276. d. & 147. a
Acrochirismus quomodo fieret	ibid.
ἀκροχίρμις quid sit	149. a
Acrochirismo celtæ vtebantur	ibid. b
ἀκροχίρμις vnde dictum sit	55. b
ἀκροχίρμις apud græcos quid sit	20. e
ἀκροχίρμις quid significet 149. b. 201. c. eius vtilitas	276. e
ἀκροχίρμις quid significet. 149. c. 201. c. eius vtilitas	276. f
ἀκροχίρμις quid sit	30. f
ζωοτροφία vox est antiquissima, & denudati significat	17. b
ζωοτροφία vnde dicitur	287. a
κωλυτήριον gymnasium Athenis quid fuerit	18. e
κωλυτήριον apud græcos quid sit	21. a
κωλυτήριον quid sit	30. f
κωλυτήριον quid sit	84. f
κωλυτήριον qui sint	12. a
βίβλατος instrumenti vertigo epilepsiam inducit	290. d
βίβλατος instrumenti vertigo	145. f

R E G I S T R V M

\* 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 \* et X  
qui sunt terniones, et D quinternionem.



V E N E T I I S A P V D I V N T A S  
M D L X X I I I