





D U N O

TEMPIO VOTIVO DEI MEDICI D'ITALIA
con particolare memoria di quelli caduti in guerra
eretto a Santuario da S. E. Mons. Macchi
il 3 Ottobre 1938-XVI.

Prog.: CESARE PALENI - Ing. CAMILLO PICCINELLI
Cap. BRUZZONI GIACOMO

MEDICUS

BILINGUIS

Tipografia Arcivescov. dell'Addolorata - Varese

Nihil obstat quominus imprimatur

Sac. Obl. CAROLUS SONZINI.

Varisii, 12 - 4 - 1938.

IMPRIMATUR.

In Curia Arch. Mediolani die 13 - 4 - 1938.

Can. M. CAVEZZALI.

*Un venerando Parroco offre in dono ai
Medici un erudito lavoro.*

*Sia da essi accolto con benevolenza e serva
l'applicazione dei detti in esso contenuti a
farci conservare la salute, dono prezioso del
Signore.*

*+ ALESSANDRO MACCHI
Vescovo di Como.*

Duno, 23 Marzo 1938.

PREFAZIONE DEL DONATORE

Carissimi medici d'Italia,

MEDICUS non è nato bilingue. Sino a pochi mesi fa parlava solo la maestosa lingua di Roma e, credendo gli bastasse, s'era presentato a Sua Santità, a Sua Maestà, al Duce, al Cardinale di Milano, alle Direzioni dei giornali e periodici più quotati, riportandone congratulazioni ed auguri. Aveva potuto entrare anche in casa di molti sanitari, ricevuto con accoglienze oneste e liete e fatto accomodare sul tavolino di studio, come un consigliere un pò barboglio, ma non senza senno.

Fin qui MEDICUS si sentiva nato sotto un buon pianeta.

Ma venne il temporale.

Un giorno, quasi a parola intercorsa, più di duecento medici, lo misero alla porta, rimproverandolo di non capire che in Italia si deve parlare italiano.

MEDICUS accettò la paternale in perfetta letizia: studiò assiduamente ed ora parla in modo da esser capito anche da coloro, ai quali il latino non è più tanto familiare.

Se visse Carlo V direbbe che MEDICUS è due volte libro.

Ma veniamo al sodo.

MEDICUS è libro d'idee al servizio di una idea lanciata timidamente nella prefazione della prima edizione e realizzata nel gioiello di chiesa che è

IL TEMPIO VOTIVO DEI MEDICI D'ITALIA.

Consacrato il 25 Agosto di quest'anno, inaugurato con funzione di suffragio per tutti i medici partiti per l'eternità, a datare dal 25 Settembre si è illuminato del chiarore di due lampade perpetue per i medici vivi e defunti, ed ogni mese vedrà rinnovarsi il sacrificio del Golgota per quanti di essi sono passati da questa mortal vita e specialmente per quelli caduti per la conquista dell'Impero.

Il vostro Tempio votivo, spuntato sul colle di Duno, è un felice ritorno al senso del divino, così connaturale alla mente ed al cuore dell'uomo, creato per le ascensioni dello spirito e non per i ceppi della materia.

Sono ritornate le corporazioni d'arti e mestieri, ma è necessario che tornino anche le loro feste, i loro Santi protettori, i loro templi e specialmente quel senso religioso della vita, che tanto lume e conforto largiva ai nostri padri.

Di lume e di conforto ha bisogno anche il medico moderno.

Come una volta: più d'una volta.

La scienza ha allargato i suoi confini in superficie ed in profondità, ha scandagliato abissi, si è arricchita di ausiliū, che i nostri padri neppur sognavano; eppure quante volte il medico, anche dotto e sperimentato, si trova davanti a casi così intricati, ad alternative così stringenti, da non sapere se agire o star quieto, se agire in un modo o in un altro. Se poi si pensa che il medico moderno, oltre ad essere più istruito, è anche moralmente più delicato del medico di un tempo, chi può immaginare il dramma che si svolge nel suo spirito, pronto a sacrificarsi per l'individuo che cura, ed incapace di trovare, fra le tenebre del momento decisivo, la via od almeno il sentiero della salute?

Con l'animo naturalmente cristiano egli invoca luce, più luce; ma questa non può venire che dall'alto, dal Padre dei lumi.

Per questi casi, più frequenti di quanto si creda, brilla perpetuamente nel vostro Tempio la lampada per i medici viventi.

Ancora.

Fra le sentenze del MEDICUS leggerete questa: Medici ars ad eos pertinet, quos curat. Vuol dire: L'arte del medico appartiene a coloro ch'egli cura.

Giustissimo, e ciò in forza del quasi contratto intervenuto tacitamente fra l'infermo e il sanitario: Tu metti a mia disposizione la tua arte ed io ti dò l'onorario. Ora dal momento che l'arte del medico è divenuta cosa dell'infermo, questa dovrebbe interessarlo, almeno come tutte le cose proprie, ed invece, come

molti da sani giuocano a più non posso a rovinarsi la salute, così, quando sono infermi, giuocano a non ubbidire al medico e a non assecondare i suoi sforzi. L'effetto è evidente: l'infermo guarisce per sempre, il medico perde un cliente e, presso coloro che non sanno tutto, e sono i più, si vede menomato nella stima del suo valore professionale.

Anche per questi casi, non infrequenti, ed affinché, per incoscienza o negligenza dell'infermo o di coloro che l'assistono, non venga frustrata l'opera del medico, arde perenne la vostra lampada.

Ma per uno scopo ben più sublime e di fiorita carità patria essa invoca l'aiuto divino.

Se tutto il popolo italiano è mobilitato per la buona riuscita della campagna demografica, a voi, o medici carissimi, è affidato l'alto onore di crociati di prima linea.

Voi dovete essere gli assertori e gli apostoli naturali ed autorevoli dell'idea, che non impunemente nè per gl'individui, nè per le nazioni, si spegne in sul nascere la fiamma della vita.

Per la vittoria in questo campo, che interessa l'esistenza e la potenza della nostra Patria, la vostra lampada vi ottenga da Dio la forza di essere le guardie irreducibili della vita.

« La guardia muore, ma non s'arrende ».

*Medici carissimi e più che fratelli
in Gesù Cristo.*

Quando le vostre occupazioni vi concederanno un giorno di libertà, salite su questo

colle dall'aria doppiamente salubre, e, deposte alla porta del Tempio il fardello delle cure quotidiane, entrate nella casa del Padre di tutti a riscaldarvi di quell'amore, che vede in ogni creatura ragionevole un fratello da amare e da aiutare con la parola e con l'opera.

Qui il ricordo dei colleghi, che vi hanno preceduto e che aleggiano fra queste sacre mura in attesa di suffragi, vi dirà che se passa quanto è figura ed orpello di questo mondo, eternamente dura quanto è merito lavorato alla presenza di Dio e della vostra retta coscienza.

Sarà il vostro un bagno dello spirito. E chi sa che non deponiate quassù un pò di quella polvere mondana, che a voi bene educati e di delicato sentire non può che dar fastidio. Ne scenderete più leggeri, ma più forti e dalla vostra abituale dimora manderete sovente un pensiero ed un affetto a questo Tempio, dove brilla perennemente la flamma sine fumo, Indice di quell'amor puro, che forma i santi e gli eroi.

A voi ed ai vostri cari il mio più cordiale saluto e l'augurio di ogni bene di cielo e di terra.

DON CARLO CAV. CAMBIANO
Parroco Rettore del Santuario
Tempio Votivo Medici d'Italia

*Duno (Valcuvia) 20 Dicembre 1938-XVII.
(Varese)*

A

Dal capo la buona salute. *Sentenza vera nell'ordine fisico, morale e politico.*

Dal capo discende alle membra il senso ed il moto.

S'appesantisce il capo a chi passa troppo presto dal cibo al sonno.

Dopo il cibo riposa d'animo e di corpo.

Per troppa scarsità di cibo s'indeboliscono in proporzione le forze del corpo.

Astienti dalle fave.

Dal medico ignorante, dal cibo riscaldato, dall'amicizia riconciliata, dalla femmina cattiva liberaci, o Signore.

Da tavola bisogna alzarci sempre con fame.

Dal vomito di sangue proviene la tabe e lo spurgo di pus per gli orifizi superiori; dalla tabe il flusso dal capo; dal flusso la diarrea; dalla diarrea la soppressione dello spurgo per gli orifizi superiori; dalla soppressione la morte.

Dalla siderazione l'ascesso dell'osso.

La tristezza affretta la morte.

Dalla diarrea proviene la difficoltà degl'intestini.

E' bene, per chi soffre d'angina, il formarsi enfiagione nel collo; così la malattia si sfoga esternamente.

Per chi soffre d'angina è cosa buona se il petto si gonfia e s'arrossa.

Il solito non impressiona.

Tronca l'esercizio al primo stancarsi del corpo.

Apri i tuoi secreti all'abate, al medico, all'avvocato.

Astenersi dall'uso di quanto è acre: cipolle, porro ed aglio; specialmente se chi ne mangia è bilioso di natura.

Astinenza e vitto leggero servono a curare le malattie, purchè lo permettano le forze e le altre circostanze.

L'astinenza deve usarsi con scienza, affinchè l'uomo si astenga dai cibi secondo il bisogno.

Con l'astinenza si curano molte malattie; quelle cioè, che sono nate da cibo troppo abbondante.

Il medico riceve danaro, ma non ne dà; prescrive medicine, ma non ne prende.

In tempo di pestilenza l'uso dell'aceto nel cibo e nel bere preserva dal contagio.

L'ittérico è gonfio di acre bile.

Nel degustare vino usa occhio, naso e palato.

L'acqua della Porretta è meravigliosa nella cura di tutte e singole le malattie.

L'ammalato dubbioso si rifugia all'aiuto del medico.

Il primo bicchiere traccànnalo tutto; del se-

condo védine il fondo; il terzo come il primo e così sempre bevi vino.

Nelle malattie gravissime riescono meravigliosamente le cure scrupolosissime.

Versa ancora vino puro e lenisci col vino i nuovi dolori, affinchè il sonno scenda sugli stanchi occhi.

Aggiungi bevanda alla pera; la noce è medicina per il veleno.

Neppure Asclepiade riuscirebbe a sanare le ferite del cuore, anche se vi applicasse le sacre erbe.

L'adolescente è caldo perchè l'accensione del fuoco supera l'acqua, ma è anche secco perchè l'umidità puerile è già consumata nell'incremento del corpo, nella mozione del fuoco e nelle fatiche.

L'adolescenza è molto esposta alle malattie acute, comiziali ed alla tabe e sono per lo più i giovani che spütano sangue.

L'adolescenza ha più numerosi casi di morte che la vecchiaia; gli adolescenti più facilmente cadono in malattie, più

s'aggravano, più difficilmente si curano e perciò pochi arrivano alla vecchiaia.

L'avvocato tende lecitamente il giusto patrocinio, il medico il consiglio della sanità, il maestro il suo insegnamento.

L'ammalato è ricondotto a sanità dalla forza naturale, che vi è in esso.

L'ammalato ricco ha denari, ma non ha sè stesso.

L'ammalato è grave ed il polso ne denuncia la gravità; quanti lo desiderano salvo, languiscono con lui di ànimo.

E' ammalato e gravemente colui che trema a lieve soffio d'aria.

L'ammalato, all'aggravarsi del male, invoca l'aiuto di un solo.

E' proprio dell'ammalato tollerar nulla lungamente e cercar rimedio nei mutamenti.

Il medico, assiso, consideri le forze del ammalato e finchè sono esuberanti, lo

purghi con l'astinenza; quando ne comincia a temere la debolezza, lo aiuti col cibo.

L'ortica dà sonno agl'ammalati, il suo uso tronca il vomito; calma la vecchia tosse e cura le còliche; scaccia il freddo del polmone ed il gonfiore del ventre; è salubre a tutti i mali delle articolazioni.

E' salubèrrimo agli ammalati il prender cibo più volte al giorno. *Poco e frequente.*

Quando siamo sani possiamo imitare con gesti la malattia; ma non possiamo simularne il vero pallore.

Certe malattie sono causa di vita più lunga.

All'ammalato non pigro largisco i miei doni salutari. *Iscrizione della Rotonda a Calitea nell'isola di Rodi.*

All'ammalato risanato invano dirai: Pàgami.

E' somma umanità e nobile occupazione prendersi cura affettuosa di quegli ammalati che non hanno chi li assista; chi avrà fatto ciò, acquisterà a Dio un ostia vivente e riceverà da Lui in eterno ciò che avrà dato nel tempo al suo pròssimo.

Agli ammalati perfin la moglie è di peso.

Per l'ammalato, fin che c'è vita, vi è speranza.

L'ammalato vien purgato affinchè sia estenuato; viene estenuato affinchè sia sanato.

L'aria ai miseri mortali è causa sia di vita che di malattie.

L'aria sia monda, abitabile e luminosa; non sia infetta, nè olente fetore di cloaca.

L'arcibarbutò Esculapio.

Esculapio, dimostratore di medicine.

Esculapio fu assunto nel numero degli Dei perchè un pò più sottilmente degli altri ha coltivato presso i Greci la scienza, allora rozza e volgare, della medicina.

Nell'estate è utile, di giorno, prender sonno piuttosto breve che lungo, affinchè il corpo non sia essicato dalla stagione calda.

Nell'estate il corpo abbisogna più spesso di bevanda e di cibo; perciò è conveniente anche il pranzare; in questa stagione sono indicatissimi la carne e gli erbaggi; la bevanda sia diluita al possibile affinchè spenga la sete e non incendi il corpo; si raccomandano la lavatura fredda, la carne a lesso, cibi freddi e rinfrescanti; mangiar poco e frequente.

L'età di mezzo è la più sicura, perchè non è infestata nè dal calore della gioventù, nè dal freddo della vecchiaia.

« Portatemi una manciata di fichi ». E portata che fu e messa sopra l'ulcera del re Ezechia, fu guarita.

Gli agnelli hanno carne umidissima e pituitosa; quella invece delle capre è più escrementosa e di succo più scadente.

Evita di mangiar carne di agnello, perchè troppo umida.

L'intemperanza del bere e quella erculànea e fatal coppa seppellì Alessandro.

Alcune cose giovano ai robusti, oltre agl'infanti.

Altra vita, altra dieta.

Gli alimenti s'accordano coi medicamenti in ciò, che gli uni e gli altri si prendono contro i difetti della natura corporale.

Alimenti, medicamenti.

Gli alimenti inghiottiti, finchè perdurano nella loro qualità e nuòtano sul sòlido stòmaco, sono pesi; ma dal momento in cui sono mutati da ciò che èrano, allora passano in forze e sangue.

Si usa mescolare aglio ai cibi per i mietitori, affinchè pòssano riposare sicuri dai vermi nocivi, se mai il sonno li abbattesse stanchi.

L'aglio, la noce, la ruta, le pere, il ravenello, la teriaca, questi sono antidoti contro il veleno mortale. *La teriaca, inventata da Andròmaco, mèdico di Nerone, era un intruglio di un centinaio di ingredienti e fu considerata come il medicamento celeste, la panacèa di tutti i mali diversi e contrari.*

L'aglio giova meravigliosamente a coloro che fanno viaggio, riparandoli dal freddo dell'aria sferzante.

L'Altissimo creò dalla terra i medicamenti e l'uomo prudente non li avrà a schifo.

E' l'uso e non la natura che fa gli ambidestri.
L'anatomia pratica è il vero lume della medicina.

Un angelo sei tu. Buono o cattivo, Galeno?
Sei custode dell'umana salute e quindi angelo buono. Però oh quante volte, o Galeno, con arte errata rovini l'umana salute! Dunque sei un angelo cattivo. *Così il più grande latinista inglese Giovanni Owen scherza sul nome di Galeno, anagramma, in latino ed in italiano, di Angelo.*

L'angina è un genere precipitoso di malattia.

E' gravissima e prestissimo uccide l'angina che nulla di rilevante presenta nè nelle fauci, nè nella cervice, ma produce gravissimo spàsimo e difficoltà di respirazione, che si effettua a cervice eretta.

Le anguille e la maggior parte dei molluschi hanno carne molto nociva per coloro che vogliono usare una dieta salubre.

Le anguille non sono mai di succo buono, quantunque vivano in acque pure; ma tanto meno quelle che si muovono nell'acqua che riceve i rifiuti e gli spurghi delle città.

La vecchierella spesso sopporta l'inedia per due o tre giorni. Sottrai per un sol giorno il cibo ad un atleta: invocherà Giove

Olimpio, quello stesso per cui si esercita; griderà ch'egli non ne può più: grande è la forza dell'abitudine.

Nessun medico nega all'ammalato le soddisfazioni dell'animo.

I costumi dell'animo seguono la costituzione del corpo.

Prima di cadere in languore prendi la medicina.

Bisogna prima conoscere le malattie che i loro rimedii.

Ognuno conosca anzitutto la natura del suo corpo.

La pazienza è l'antidoto della vita.

Il poeta Antipatro di Sidone tutti gli anni era assalito dalla febbre solamente nel giorno suo natalizio. *Febbre genetica*.

Gli antichi medici non sapevano dare il cibo più spesso e sostenere col vino le cadenti vene; non sapevano cavar sangue e portar sollievo alla lunga malattia col bagno e con sudoriferi; non sapevano con legature alle gambe ed alle braccia richiamare alla periferia il vigore latente e sedente in mezzo al corpo.

Difficile e tarda è la cura delle vecchie malattie.

L'anello s'infila al quarto dito, perchè in questo una certa vena del sangue si spinge fino al cuore.

Si diventa apoplétici principalmente nell'età che va dall'anno quarantésimo al sessantésimo.

Si deve giudicare piuttosto *a posteriori* che *a priori* se l'apoplezia è forte o leggera; perciò nè si devono omettere i débiti medicamenti, nè è da precipitarne il giudizio.

L'apoplezia leggera si scioglie col sopravvenire di emorroidi larghe e che lungamente fluiscono, col rinnovarsi delle mestruazioni e con la diarrea.

L'acqua è ciò che più spesso usiamo tanto nei cibi che nelle bevande; perciò, all'infuori della purezza dell'aria, non vi è nulla di più conferente alla sanità della regione che la salubrità delle acque.

L'acqua si produce sotto l'epidèrmide, quando è resa impossibile la generazione del sangue.

L'acqua è vorace. *Chi beve acqua ha più appetito.*

L'acquoso languore. *L'idropisia.*

Non può avvenire che si apprenda prestamente l'arte medica, perchè in essa non si può dare alcuna sicura dottrina; infatti non fa la stessa cosa ora e dopo, fa cose contrarie a sè stessa e fa cose contrarie tra di loro.

Secondo l'arte della medicina le cose calde si curano con le fredde e le fredde con le calde.

La natura sùpera l'arte senza violenza, senza affannarsi.

Sono arti congetturali: la medicina, la negoziazione e simili,

Le arti hanno i loro decreti e non solo dei precetti come la medicina.

L'arida febbre consuma le membra.

L'artéfice considera la régola dell'opera prima di operare secondo la regola.

Indicano le malattie dell'arteria aspra: la difficile respirazione, la tosse, il suo

dolore, ciò che si emette con lo sputo e i difetti della voce.

L'astrologo considera le cause supreme; il medico le cause prossime.

L'atra bile agita l'uomo.

Il succo di sàlice, infuso nelle orecchie, uccide i vermi; la sua corteccia, cotta nell'aceto fa sparire le verruche, il succo de' suoi frutti ed il suo fiore producono l'aborto.

Ricòrdati di mischiare zolfo ed orpimento; a questi unisci calce e sapone; con questi quattro ingredienti ben mischiati si cura la fistola, se per quattro volte ne la riempi.

La costituzione degli atleti è pericolosa, perchè eccedono lo stato dell'uomo sano con la robustezza delle forze e con la pienezza dei succhi.

La salute degli atleti, giunta al sommo, è lùbrica, non potendo rimanere nello stesso stato, nè fermarsi. E poichè non si ferma, e non può ormai progredire in

miglio, non le rimane che cadere in peggio.

Agli atleti è necessario molto cibo, molta bevanda, molto olio, molto esercizio.

I corpi estenuati per lungo intervallo di tempo si devono rinvigorire lentamente; quelli che si sono estenuati in breve tempo, si devono ricostituire celermente.

Guardati dei frutti dell'autunno, affinchè non t'accàdano lutti.

L'autunno opprime moltissimi; infatti nelle ore meridiane vi è calura; è fredda invece la notte, il mattino e la sera.

L'autunno è fatale ai tìsici; anche la primavera è loro fatale quando le foglie del fico sono simili ai piedi della cornacchia.

L'autunno grave, triste vendemmia di Libitina, *Libitina era la Dea, che presiedeva alla morte; nel suo tempio si comprava quanto occorreva per i funerali e si pagava una moneta per ogni defunto.*

B

I bagni réndono più molli gli agricoltori; le osteria più delicati.

I bagni, i vini, vénere, il vento, il pepe, l'aglio, il fumo, i porri con le cipolle, le lenticchie, il pianto, la fava, la sénape, il Sole, la còpula, il lavoro al fuoco, le botte, le punture, la polvere: tutto ciò nuoce agli occhi, ma soprattutto la veglia.

Prendo il bagno perchè giova; bevo vino perchè non nuoce, ma pochissimo.

La birra è bevanda sana per tutti. *Purchè fatta con acqua salubre, con débita cottura de' suoi ingredienti e sia fermentata in giusta misura.* Hoffmann. *Medicina ragionevole sistematica* 2-6-17.

Dorme bene chi non sente quanto dorma male.

Bevi i succhi che purgano il petto.

Dio non proibisce il bere, ma il bere fuori misura.

Bere e sudare è vita di cardiaco.

Beve e rece.

Calma la bile col cibo.

La stanchezza eccita principalmente la bile, sia perchè spinge in calore in mezzo al corpo e nuoce al sangue e ne arresta il corso nelle stanche vene; sia perchè il corpo estenuato e débole pesa sull'animo; senza dubbio i più iracondi sono i malaticci e gli stanchi per età.

Si deve curare l'atra bile e bisogna rimuòvere la causa del furore.

La zuppa fa due cose: pulisce i denti, dà chiara vista, riempie il vuoto, e toglie l'eccedente.

I funghi sono un veleno volontario.

La buona digestione è prima fonte della salute;

Sono buone queste uova: càndide, lunghe, fresche.

La buona salute è data per i buoni costumi a coloro che non furono viziati nè dall'ozio nè dalla lussuria.

La buona salute è più gioconda a coloro che sono guariti da una grave malattia, che a quelli che non si sono mai ammalati.

I fichi primaticci sògliono esser buoni.

Sono contrarii alla buona salute gli alimenti varii e di sostanza ben diversa da quella dei nostri corpi.

E' veleno per la buona salute il mangiare prima che sia concotto il cibo precedente.

Il médico fa breve la malattia col troncarla.

C

Rinvigorisci col vino le vene cadenti.

La lavatura calda è adatta ai fanciulli ed ai vecchi.

Il calore giova a tutto ciò che soffre per il freddo.

Il calore dell'estate nuoce a chi troppo mangia.

Il calore ed il freddo sono in modo speciale principii di corruzione negli altri corpi.
Cioè nei corpi terrestri.

Durante il sonno il calore è richiamato nelle parti interne del corpo e le riscalda, contrariamente a ciò che succede durante la veglia.

Ogni calore in fiacchisce la mente e fa sì che l'anima venga meno e che il sangue prorompa.

Ogni calore, se è troppo, effémina il corpo, indebolisce i nervi.

Al capo nulla egualmente giova quanto l'acqua fredda; perciò, colui che soffre di capo, durante l'estate deve ogni giorno per alquanto tempo sottoporlo ad un canale d'acqua discretamente largo.
Doccia antica.

Tutte le membra préstano servizio al capo, come al loro consigliere; lo pòrtano in giro come un nume e ad esso, collocato in alto, réndono onore.

Il capo è il membro principale.

Il capo ha una certa causalità sopra le membra.

Il capo umano è quasi fastigio di tutta l'opera divina. *Nelle cose sensibili.*

Il capo è così chiamato perchè da lui prendono inizio sensi e nervi.

Per *carne a lessò* s'intende quella che si prende senza brodo; poichè quella col brodo si deve ritenere più umida.

La carne (*del nostro corpo*) deve essere nutrita e ben trattata non per i vizi, ma per il servizio che ci deve.

Le carni degli animali che nascono sulla terra e vi respirano e le cose che da essi procedono, come i latticini dagli animali camminanti e le uova dagli uccelli, sono più gustose e più conferiscono al nutrimento del corpo umano, perchè sono più conforme ad esso.

Le carni porcine con le cipolle sono medicine.

Carnefici e ladroni procedano di pari passo.
Così il domenicano Padre Rocco interrogato se nella processione di S. Genaro in Napoli avessero precedenza i medici o gli avvocati.

Il formaggio e l'anguilla troppo nuòciono quando si mangiano senza bere e ribere.

Il formaggio è cibo freddo, ingombrante, grossolano ed indigesto; formaggio e pane è buon cibo per i sani; se non sono sani, allora non aggiungere formaggio al pane. I medici ignoranti dicono che

io sono nocivo, ma non sanno il perchè. A stomaco languido il formaggio reca aiuto; se lo si mangia alla fine del pranzo, è di chiusa alle altre pietanze. Coloro che non ignòrano la fisica, testificano ciò.

Quel formaggio è sano che è dato da una avara mano.

Il formaggio è pietanza non meno spiacevole che insalubre in un pranzo.

Con la castrazione la concupiscenza non diventa più mansueta, ma più molesta.

Il conòscere la propria malattia fu causa di morte a molti.

Anche la scoperta della causa scioglie spesso la malattia.

Non può curare la malattia chi ne ignora la causa.

Scoprite le cause delle cose.

Agli avvocati ed al fisco è lécito vivere di rapina; ai soldati ed al medico è lecito uccidere; agli astròloghi, ai pittori ed ai poeti è lécito mentire.

L'avvocato ama le liti, il vignaiolo sogna le viti dovunque; il medico ama le ferite, il prete le morti.

I medici pratici evitano prudentemente di nutrire più abbondantemente gli ammalati nel fervore del parossismo.

Durante la buona salute bisogna badare che non siano distrutti i presidii della cattiva.

L'affrettata maturità tramonta più presto.

Se mangi ciliege, ti fai questi grandi regali: purghi lo stòmaco; il nòcciolo ti toglie il mal di pietra, e la loro polpa ti darà buon sangue.

Il cérebro, il cuore, i polmoni, il fégado: questi i domicili della vita.

Il cérebro è più molle delle altre parti, perchè riceve tutti i sensi; da esso si dipartono tutti i nervi e a lui riferiscono tutto ciò che l'occhio ha visto, l'orecchio ha udito, l'odore ha alitato, la lingua ha detto, la bocca ha ricevuto di sapore.

Il cérebro è la più umida in tutte le parti del corpo.

La chiragra contunde le articolazioni.

Il chirurgo deve essere adolescente o molto vicino all'adolescenza; di mano robu-

sta, ferma nè mai tremante e pronto ad adoperare la sinistra, quanto la destra; di vista acuta e chiara; intrépido di ànimo; così misericordioso da voler sanare colui che ha ricevuto in cura, ma insensibile alle sue grida; tagli né più né meno di quanto è necessario; ma tutto òperi come se nessun sentimento in lui si produca ai lamenti altrui.

Diàulo una volta era chirurgo; ora fa il becchino: ha cominciato ad essere clinico nel solo modo che gli era possibile.

La quantità del cibo sia proporzionata alla fatica, affinchè ricùperi quanto hai perduto.

I cibi siano dati in quella quantità che il corpo può concuocere.

I cibi non diminuiscono il calore del ventricolo, ma piuttosto lo auméntano.

Nessuno deve essere rimpinzato di tanto cibo, che non vi rimanga più posto.

Il cibo meglio incomincia da salati, erbaggi e simili; poi si deve mangiare carne, che

è ottima sia arrostita che a lessò.

Il cibo è accettato diversamente dal sano e dall'ammalato.

Il cibo ha strangolato il vorace; la frugalità l'astinente.

Cibo e bevanda si devono prendere nella misura che giova alla salute del corpo.

Il cibo sedi la fame, la bevanda estingua la sete.

Da quando si è incominciato a cercare il cibo non per sedare la fame, ma per irritarla, e si sono scoperti mille condimenti, coi quali eccitare l'avidità, tutto ciò che era alimento per chi lo desiderava, ora è peso ai rimpinzati.

La cicuta fece grande Sòcrate. *Altri leggono: La cicuta uccise Sòcrate.*

Le cose prestamente nate, prestamente periscono; quelle che sono state lungamente elaborate, sfidano i sécoli. *Lunga gestazione, lunga durata.*

Le cose subitamente nate non dūrano. *Come i funghi.*

La lattuga solleva chiùdere le cene degli avi. *Si aprivano con le uova.*

E' piacevole una cena breve ed una dormitina sull'erba presso il ruscello.

Sono riposanti per gli occhi quei colori che contengono metà bianco e metà nero; perciò la vista, quando gli si offre questo colore mediocre e lene, non ne resta debilitata, anzi ne è rinvigorita e ristorata.

Fra tutti i colori il verde riposa la vista e salutarmente lo diletta.

Il color rosso indica abbondanza di sangue.

Il color verde, che più di tutti tempera il nero col bianco, apporta questi due benefici: diletta e conserva l'acutezza degli occhi.

La deficienza del cibo impedisce la salute del corpo, che è il fine principale della commestione, ed il sentirsi bene nell'esercizio dei proprii doveri, che ne è il fine secondario.

Nessuno ha mai proibito la composizione dei rimedii, affinchè non ne fossero sanati gl'indegni.

Il digiuno è condimento del cibo.

La fame condisce le pietanze; per i sazii niente è appetitoso.

L'inerzia corrode il corpo.

I medici giustamente si attribuiscono la contemplazione della natura delle cose.

Pecca contro la legge naturale chi mangia smoderatamente, quantunque costui, consumando cose sue, faccia ingiuria a nessuno.

Vivono contro natura coloro che bevono digiuni, che immettono vino nelle vuote vene ed ubbriachi si mettono a tavola.

Contro la forza della morte non vi è medicina negli orti.

Contro la forza della morte non nasce erba negli orti.

E' piacere degno dell'uomo salvare il suo simile; in nessun altro modo si acquista meglio il favore popolare.

La convulsione nasce da replezione o da vacuazione; così pure il singulto.

La convulsione, che succede alla febbre, denuncia il pericolo; ma non nei fanciulli.

La convulsione, che succede alla ferita, è letale.

La febbre, che pria non c'era, se sopravviene, scioglie la convulsione; o se prima c'era, il suo aggravarsi.

Le convulsioni con febbre acuta denunciano pericolo.

La febbre e la diarrea sciòlgono le convulsioni nate repentinamente.

E' meglio che la febbre sopravvenga alla convulsione, che la convulsione alla febbre.

E' ottima quantità di cibo quella che apporta senso di vigore, non di torpore.

Il cuore è fonte di calore a tutta la vita.

Il cuore è il primo strumento con cui l'anima muove tutte le altre parti del corpo.

Il cuore è il principio dei sensi, del moto, della vita.

Il cuore alquando freddo ed arido rende pulsazioni dure e déboli e la respirazione

rispondente alle pulsazioni; se il torace è discretamente largo, produce pulsazione rara e tarda.

Quando l'acre forza del vino è penetrata nel cuore dell'uomo ed il suo ardore si è sparso per le vene, ne deriva la pesantezza delle membra, s'intorpidiscono le gambe al vacillante, la lingua s'impaccia, la mente s'offusca, gli occhi sono immobili e si sfrénano il clamore, il singhiozzo, il litigio.

Il cuore lesa è immedicabile.

E' necessario che il cuore si formi presto, perchè la sua virtù lavora alla formazione delle altre membra.

Il cuore è l'ultimo a morire. *Come la speranza*: fosti la prima a nascere. — sei l'ultima a morir. *Metastasio*, Demetrio I-15.

L'irregolare movimento del cuore si chiama la sua passione; il movimento regolare si chiama la sua operazione.

La perfezione del cuore consiste nel muoversi; la sua quiete è la sua distruzione.

Le ferite del cuore càusano la morte non il più delle volte, ma sempre.

Vi sono certi segni inseparabili e proprii di un cuore piuttosto caldo: l'ampiezza del respiro e del polso, la celerità e la

frequenza, l'audacia e l'infaticabilità all'azione; ma se il calore è troppo esuberante, allora si ha la precipitosa ed acerba iracondia e la furiosa temerità.

Sono questi i segni di un cuore piuttosto umido: pulsazioni molli, costumi proclivi all'ira, che però facilmente si lascia placare.

Quando si vogliono purgare i corpi, bisogna renderli flüssili; se li vuoi rendere flüssili di sopra, bisogna fermare l'evacuazione anale; se di sotto, bisogna umettarli.

I corpi umani sono sotto l'influsso dei corpi celesti e perciò dal moto di questi si può avere spiegazione su ciascuna disposizione del corpo umano. *Questa dottrina, già derisa, è presa in considerazione dalla scienza moderna.*

Per l'ignavia i corpi impallidiscono.

I corpi che crescono, hanno in sè moltissimo calore; perciò richiedono moltissimo alimento, altrimenti il corpo va in consumazione.

I corpi che sono prosperosi a tipo atlético, celermente invecchiano e s'ammàlano.

I corpi ancora vicini alla nàscita, sono umidissimi, caldissimi e créscono moltissimo.

I corpi sani, di sangue puro ed irrobustiti dall'esercizio, ricevono bellezza da quelle medesime cose, da cui tràggono le forze. *Non dal belletto.*

Certi corpi a stento si sanano col ferro acuto; a molti fu salute il succo e l'erba.

La guarigione corporale talora si effettua tutta dall'interno; quando cioè uno è curato dalla sola forza della natura; talora invece dall'interno e dall'esterno, il che avviene quando l'opera della natura è aiutata dall'ausilio esterno della medicina.

Concedete al corpo soltanto quello che basta alla buona salute.

Al corpo, che desidera il moto, l'esercizio è salubre e la quiete insalubre; se invece ha bisogno di riposo, la quiete è salutare, il moto nocivo.

Ai corpi rigonfi di abbondante umore vizioso,
la malattia non è ingrassamento, ma
pestilente abbondanza.

Per umettare i corpi è più indicata la carne
arrostita; per asciugarli la carne les-
sata.

La gonfiezza spesso imita la buona salute.

Allo scopo di curare e difendere il corpo si è
cercata l'arte médica e la sua utilità fu
consacrata all'invenzione degli Dei im-
mortali.

L'armonia del corpo, quando vanno d'accordo
i diversi elementi di cui siamo formati,
si chiama *sanità*.

La corpulenza è piuttosto un mal che un
bene.

La corpulenza senza abbondanza di carne na-
sce da abbondanza di sangue.

Il corpo estenuato ed infermo pesa sull'animo.

Esercitano bene il corpo: la lettura a voce alta, le armi, il pallone, la corsa, la passeggiata; ma questa non è la più salutare se fatta in pianura, poichè l'ascesa e la discesa con la varietà muove meglio il corpo, a meno che questo sia molto debole.

E' cattivo segno quando il corpo di coloro che, hanno febbre non affatto leggera, sta fermo nello stesso grado e non diminuisce, oppure si esténua più di quanto sarebbe ragionevole; il primo caso indica diuturnità di malattia; il secondo debolezza.

Il corpo si riscalda per ira e si raffredda per timore.

Il corpo abilissimo è quadrato; nè gràcile nè obeso.

Il corpo è perfettamente sano quando ogni giorno al mattino l'orina è bianca, e poi è rossa; quello significa che si cuoce; questo che si è concotto.

Il corpo è più gravato da otto libbre di cibo assunte in una sola volta nella giornata, che da dieci libbre assunte in tre volte in un sol giorno.

Il corpo dei melancònici è come corroso da umore maligno.

Il corpo, per star sano, ha bisogno di molte cose.

Il corpo ozioso ed immoto è deforme e soggetto a malattie.

Il corpo, contrattosi per l'uso di acqua fredda, si riscalda più di prima.

Il corpo, quando è pingue e végeto, allora più celermente cade in malattia.

Il corpo, solito ad essere coperto, avversa quanto non gli è abituale e che di gran lunga si scosta dal calore a lui famigliare e che è invece prossimo al freddo, a lui antipatico; perciò si diletta del caldo e lo può sopportare.

Un corpo sano vale di più che un grande patrimonio.

Un corpo carnoso senza molto àdipe e pinguedine, è caldo ed umido.

Al nostro corpicciuolo frágile e mortale sarà inflitto dolore non solo da ingiuria o da forze più potenti; gli stessi piaceri si mutano in tormenti; le pietanze producono indigestioni, le ubbriacature torpore e trémuto di nervi, le libidini deformazioni dei piedi, delle mani e di tutte le articolazioni.

Si dice che la purpùrea violetta sia atta a vincere l'ebbrezza, a curare il mal di capo e l'epilessia.

La carne grassa è indicata per coloro che lavorano molto; la magra a coloro che passano la vita più nell'ozio e nella quiete che nel lavoro.

Il grasso ventre non génera mente acuta.

Creda chi vuole alla lodata potenza della Luna sui corpi umani nello stabilire i giorni critici.

Credi al vigore della donna: nessuna prova abbatte l'amore casto.

La cremazione presso i Romani non fu d'istituzione antica.

Il crudele idròpico, indulgente con sè stesso, continua a gonfiare, nè riesce a scacciare la sete, se prima la causa della malattia non si sarà ritirata dalle vene ed il languore acquoso dal corpo.

Le membra créscono con le fatiche.

Capelli crespi, sentimenti crespi.

La materia della malattia si chiama *cruda* quando è di tale mole, figura, coesione, mobilità, inerzia da produrre od aumentare il male; lo stato in cui si trovano queste cose si chiama *crudità*.

La crudità àcide ed ipocondriache provengono per la maggior parte da colluvie àcida formàtasi nel ventricolo.

L'ammalato intemperante fa il medico crudele.

La ferita ancora cruda paventa le mani del medico; in séguito le tòllera ed anche le richiede.

Il letto, che è contro la consuetùdine, nuoce, sia esso molle o duro.

Quando di una cosa non si hà sicura scienza, l'opinione non ne può scoprire il sicuro rimedio.

Quando la natura volge verso la crisi, oppure l'ha già sorpassata, allora bisogna guardarsi, come da una peste, dall'abondanza dei rimedii.

Quando l'estate è simile ad una primavera, bisogna aspettarsi sudori copiosi nelle febbri.

La robustezza delle forze non può sussistere con la *cacochimìa*. *Così gli antichi medici chiamavano l'impurità piuttosto grave del sangue e degl'altri umori.*

Quando la natura di qualche cosa si muta e si corrompe, allora si producono dolori e sono sanati con rimedii contrarii, e ciò è proprio a qualunque malattia.

Quando sono ammalate le fauci, oppure nel corpo spuntano tubércoli, bisogna prendere in considerazione le feci; se queste sono biliose, anche il corpo è ammalato; se invece sono simili a quelle dei sani, nutrisci pure con sicurezza il corpo.

Siccome la febbre s'appressa, incomincia, cresce, si mantiene stazionaria e poi se ne va, e nell'andarsene talora staziona oppure vien troncata, conviene sapere che il tempo più indicato per il cibo è a febbre finita; poi, quando nel partirsene staziona: in terzo luogo ogni qualvolta se ne va; tutti gli altri tempi sono pericolosi.

Quando ora siamo congelati dal freddo, ora

siamo cotti dal caldo, il languore invade i corpi per questi sbalzi di temperatura.

Quando la veemenza della malattia è all'apice, allora è necessario ridurre al minimo il cibo.

Quando la malattia è acutissima, richiede subito cure estreme ed è necessario somministrare il più tenue vitto possibile. Quando invece non è tale, ma è concesso dare vitto più abbondante, allora bisogna aumentare il vitto in egual misura con cui diminuisce il male.

Quando si pùrgano quei corpi che è bene siano purgati, allora si fa cosa utile e gli ammalati facilmente tollerano il purgante; dove succede il contrario, difficilmente.

Se alcuno vorrà mutare qualche cosa, dovrà abituàrvisi a poco a poco.

Il puleggio bevuto col vino scaccia l'atra bile; dicono poi che, applicato verde esteriormente, calma la podagra.

Perchè muore l'uomo, a cui cresce la salvia nell'orto? Perchè contro la forza della morte non v'ha medicina negl'orti.

D

Galeno dà ricchezze, Giustiniano onori.

Galeno dà ricchezze, ne dà pure la sanzione giustiniana; — dalle altre professioni raccoglierai paglia, da queste grano. *La sanzione giustiniana è la giurisprudenza.*

Pare che i medici vādano d'accordo riguardo alle cipolle; Galeno dice che non sono indicate per i collerici ed insegna invece che sono molto salubri per i flemmatici, principalmente pel loro stòmaco e che dànno un bel colore. Se con cipolle peste spesso fregherai i luoghi denudati dalla calvizie, potrai riavere il decoro del capo.

Di coloro che hanno febbre ardente, quattordici giorni decidono o alleviando o uccidendo.

In tempo di bruma mangia quanto vuoi.

Dalla mensa àlzati sobrio, dal letto pudico. Se bevi birra, bévine tanta da non gravarti lo stòmaco.

Sappiate che molti sono periti per pieni boccali; di spada càdono molti, ma di gola ne perirono di più.

Coll'indebolirsi del corpo la malattia s'irrobustisce.

Ai déboli si diano medicamenti di natura débole; a morbi gagliardi medicamenti gagliardi.

Le delizie ci apportarono debolezza ed abbiamo cessato di potere ciò che per lungo tempo non abbiamo voluto fare.

Crediamo cosa inutile e delicata cuocere il corpo nel bagno ed esinarirlo coi sudori.

Dispera il médico, se ha cessato di curare.

Un'unica espettorazione, nè ancora passata in costume, costituisce la tosse; quando è assidua ed inveterata, la tisi.

Con la dieta si curano moltissime malattie.

Si digerisce facilmente il polmone; è migliore il cervello specialmente quello dei polli.

La scienza del médico lo innalzerà agli onori ed ei sarà celebrato dinanzi ai grandi.

Imparate con quanto poco si può allungare la vita e quanto la natura domanda.

Gli antichi chiamarono così la malva perchè rammollisce il ventre; le sue radici espulsero le feci, eccitarono l'utero e spesso la mestruazione.

I medici, amici di casa, curano non come è ottimo e celerissimamente, ma come è loro permesso.

La dissenteria lienosa, se dura a lungo, produce l'idropisia. *Si chiama lienosa se proviene dalla milza o la interessa.*

Dormir supino è male per tutti.

E

L'ubbriacatura continua corrode i vèsceri e convertendosi in bile infiamma i precordii.

L'ubbriacatura, finchè dura, è demenza.

L'ubbriacatura è fuoco sul fuoco.

Mangia al di qua della sazietà; bevi al di qua dell'ebrietà.

Mangia per vivere; non vivere per mangiare.
Non vi è alcun piacere nel mangiare e nel bere, se non vi precede la molestia della fame e della sete.

L'anice rischiara la vista e conforta lo stomaco; migliore è quello che contiene più dulcore.

Tu compri dal medico una cosa di valore inestimabile, la vita e la buona salute; dal professore di belle lettere gli studii liberali e la cultura dello spirito; perciò all'uno e all'altro tu sborsi non il prezzo della cosa che compri, ma quello della loro fatica.

La carne porcina senza vino è peggiore dell'ovina; se l'accompagni col vino, allora è cibo e medicina; dei maiali sono buoni i quarti, sono invece scadenti quelli degli altri animali.

Il morire è di tutti; la morte risparmia nessun onore; il debole ed il forte vengono alla casa della morte.

La scabbia è cosa cattiva; la donna cattiva è cosa pessima; quella morde la cute, questa cruccia l'animo.

La sénape è un piccol grano, secco e caldo; éccita le lagrime, purga il capo e toglie il veleno.

E' cosa sana per gli occhi il lavar spesso le mani.

E' certamente tarda ma tuttavia grand quella medicina che viene dalla longiquità del tempo.

L'epilessia è il sommo grado dei moti convulsivi.

La medicina talora toglie la salute, talora la dà e mostra quale erba giovì e quale nuocia.

Gli eunuchi non sono soggetti a podagra, nè diventano calvi.

La medicina andò oltre il male.

L'esercitazione si effettua meglio allo scoperto che sotto un portico; è migliore al Sole che all'ombra, purchè il capo non ne soffra; è migliore all'ombra data da pareti o da verzura che da un tetto; è migliore diritta che flessuosa.

L'esercizio è causa di sanità e viceversa.

La flebotomia esilara i tristi, placa gli irati e fa che gli amanti non diventino amenti.

Le malve esònerano il ventre.

L'esperienza génera l'arte; l'inesperienza va a casaccio.

F

La fava génera una grande inflazione, contraria alla tranquillità della mente, che cerca la verità.

La fava, già creduta colpevole di inebetire i sensi e di causare l'insonnia, secondo alcuni fu da Pitagora proscritta anche perchè in essa vi sono le anime dei morti; ed è perciò che la si mangia in occasione di funerali.

La fava, la favorita di Pitagora. *In senso ironico.*

Nel fiore della fava si leggono lettere fùnebri.

Facciamo esperimento su un anima vile.

Così un chirurgo ignaro della condizione del paziente. Ma questi, l'umanista Marco Antonio Muret, alzandosi ed andandosene, gli gridò: E tu chiami vile un anima redenta dal sangue di Cristo?

Più facilmente rinvigoriscono i cibi liquidi che i sòlidi.

Le pietanze sono condite dalla fame e dalla sete.

La fame uccide la fame.

Una bevuta di vino scaccia la fame.

La fame asciuga i corpi.

La fame rende dolci le fave.

La fame è il migliore dei cuochi.

La fame talora è causata dalla tenia, o verme piatto, ed il vino puro, preso in misura un pò abbondante, gli è contrario.

E' proprio dello stomaco nauseato degustare molti cibi, che, essendo varii e diversi, inquinano, non nutriscono.

Per la persona stanca il letto solito è molto riposante; invece l'insolito affatica.

Se alle febbri succede la rigidezza, la febbre si scioglie.

Conviene nutrire i febbricitanti con sorbizioni e bevande, e lasciar da parte il cibo sòlido, giusta il precetto: « Al febbricitante non offrir cibo ».

Se al febbricitante càpita di sudare e non diminuisce la febbre, ciò è male; infatti la malattia si prolunga ed è segno di molta umidità nel paziente.

Le febbri non intermittenti, se nel terzo giorno diventano più veementi, sono soggette a pericolo; l'intermettersi in qualunque modo della febbre indica che non c'è pericolo.

Quando le febbri cessano, il vitto deve cominciare da materia leggerissima; bisogna poi passare a cibi di media leggerezza, avendo però sempre riguardo alle forze del paziente e della malattia.

Si chiama febbre acuta quella che ha decorso veloce e con pericolo.

Febbre, pigrizia, mal di capo e catarro: ecco i frutti del sonno meridiano. Perciò sia breve o nullo il tuo sonno meridiano.

Il fiele eccita l'ira.

Il fiele giallo eccita la collera; il fiele nero la melanconia.

Il nostro pero produce pere; sono veleno le pere senza vino; se le pere sono veleno, sia maledetto il pero; se le cuoci, le pere sono antidoto, ma crude sono veleno; crude gravano lo stomaco; cotte lo sgravano se gravato.

Il sopore irriga le stanche membra.

I robusti stanno bene da sè e non vanno in cerca di alcun medico.

Il fisco è come la milza, perchè quando essa cresce, le altre membra si struggono.

Spremendo finocchio, verbena, rosa, chelidonia e ruta ne esce un succo, che rende acuti gli occhi.

Fonti di vita sono la luce, l'acqua, l'aria, il moto.

Il singulto frequente ed insolitamente continuo, indica che il fegato è infiammato.

Raffréddati adagio adagio.

Il freddo è nemico e fatale.

I freddi, i vini, la lussuria réndono podagrosi i nostri corpi.

Il freddo è nemico al vecchio, al débole, alla ferita, ai precordi, agl'intestini, alla vescica, alle orecchie, alle coscie, alle scàpole, ecc.

Invano moltiplichi i medicamenti: per te non vi sarà più salute.

Fuggi i medici e le medicine se vuor star sano.

Il fungo, qualunque esso sia, è sempre maligno.

G

E' gloria del medico se cura molti.

Il vino migliore génera umori migliori; se è nero, ti rende pigro il corpo; il vino sia chiaro, vecchio, sottile, maturo, ben linfato, spumante, bevuto con moderazione.

Si ammalano più gravemente coloro, che, mentre sembravano avviarsi a guarigione, sono ricaduti nella malattia.

I corpi dei ricchi, ingrassati dalla lussuria, son più fétidi.

H

Bisogna badare alla salute.

Quella sete idròpica, quell'abisso di fame porta con sè questo inconveniente: quanto

più beve, tanto più lo stòmaco insaziabilmente si agita per bere.

Quest'acqua è salutare per tutte le infermità, cominciando dal capo sino ai piedi.
L'acqua di Montecatini.

Chi sana le emorroidi inveterate, badi a lasciarne funzionare una; altrimenti vi è pericolo di idropisia o di tabe.

Inutilmente cerca l'elléboro chi ha già la pelle gonfia; bisogna prevenire la malattia.

Il lapazio è un'erba che ama i prati e le malve sono salubri al corpo imbarazzato.

Tu vivi di erbe e di ortiche.

Morbo erculàneo. *Morbo incurabile.*

Ippocrate, illustre nell'arte della medicina, ha agito onestissimamente confessando certi suoi errori, affinché i pòsteri non errassero.

Ippocrate, principalmente nella cura delle febbri acute, usava pochissime medicine, e, ad eccezione di un leggero emético, clistere o simile rimedio, che era costretto a somministrare all'inizio della

malattia, nel decorso della medesima, accontentandosi di una sola tisana variamente confezionata secondo il tipo del male, e rimettendo tutto il resto all'opera della natura, da quieto spettatore attendeva la crisi.

Giace in questo tùmulo Trémolo Borella, che nel mondo fu così bravo nell'arte medica da poter vincere, nel curare, il vecchio Galeno; mille uomini ha spedito impunemente al nero Orco; non lasciava stentare lungamente gli ammalati, poichè soleva finire con la malattia anche l'ammalato.

E' crimine d'omicidio peccare contro la salute dell'uomo.

E' omicidio affrettato l'impedire la nascita di una creatura, nè importa se chi fa ciò tolga l'anima già nata o la disperda nel suo nascere; è già uomo anche colui che è per esserlo; anche il frutto è già tutto nel suo seme.

Gli uomini in nessun altro modo più diventano simili agli Dei, che col dare la sanità ai loro simili.

Gli uomini di tatto delicato e di carne molle sono bene disposti di mente.

Gli uomini sono divenuti più sporchi da quando furono inventati i bagni.

Il cibo semplice è il più salutare all'uomo.

Rendi onore al medico per ragione della necessità; perchè egli è stato fatto dall'Altissimo.

L'umidità è il veicolo dell'alimento.

L'issopo è un'erba che purga il petto dalla flemma; per aiutare il polmone usa issopo cotto col miele; si dice ch'esso ridona ai volti un magnifico colore.

I

I cibi deboli danno vita corta.

I deboli, ed in questo numero è la maggior parte degli abitanti di città e quasi tutti gli amanti delle lettere; i deboli, dico,

devono usare maggior attenzione, affinché la cura restituisca al loro corpo ciò che l'ambiente cittadino o lo studio gli ha tolto.

Il membro incurabile va reciso col ferro, affinché la parte sana non ne resti contaminata.

Il non sentire l'acerbità della ferita è segno di male incurabile.

Il mosto impedisce l'urina, allarga subito il ventre, ostruisce fegato e milza e genera calcoli.

La forza improvvisa della morte rapisce e rapirà le genti.

Quanto più nutrisci i corpi impuri, più rechi loro nocumento.

Nell'astinenza bisogna sempre osservare la discrezione.

Nell'affrontare i pericoli bisogna imitare la consuetudine dei medici, i quali curano leggermente i leggermente ammalati, ma sono costretti ad adoperare cure pericolose e d'esito incerto nelle malattie più gravi.

Negli ammalati l'opportunità di cibo salutare e l'acqua tempestivamente somministrata tiene luogo di rimedio.

Nel capo han fondamento tutti i sensi.

Il chirurgo impara sulla pelle dell'orfano.

Nel corpo non vi è nulla di inutile, niente
senza ragione, niente di superfluo.

Nei corpi certi sintomi precorrono la malattia
grave: pigrizia fiacca, stanchezza pro-
dotta da nessuna fatica, sbadiglio e bri-
vido per le membra.

Grandi dissomiglienze vi sono nei corpi; ne-
gli animi esistono anche maggiori va-
rietà.

In piena crisi il medico deve essere spettatore
più che disturbatore.

Nella cura dell'epidérmode la gioventù s'affa-
tica più del giusto.

Alcuni durante il sonno prevedono virtual-
mente certe cose future.

Nel dubbio astienti.

Nel cibo la forza.

In questo luogo la Morte gode nel soccorrere
la Vita. *Inscrizione dell'anfiteatro ana-
tómico della Sorbona.*

Nei mesi dell'erre non rimanete fermi al Sole. *Cioè: Gennaio, Febbraio, Marzo, Aprile, Settembre, Ottobre, Novembre, Dicembre.*

E' cosa crudele e superflua sezionare i corpi dei vivi; è necessario invece ai discenti sezionare quelli dei morti; infatti devono conoscere il posto e l'ordine delle diverse parti; il che è rappresentato meglio da cadaveri che da un uomo vivo e ferito.

Il siero mollifica, lava, pénétra e monda.

Va a finire in Scilla, desiderando evitare Cariddi, colui che, per levarsi la malattia, casca in man del medico.

Soppòrtano più facilmente l'inedia le mezze età, meno i giovani, niente affatto i fanciulli e i decrepiti.

Quanto meno alcuno sopporta l'inedia, tanto più sovente deve prender cibo e principalmente ne ha bisogno chi è nella crescita.

Gl'infermi più facilmente si rattristano.

Una piccola causa nuoce agl'infermi.

L'infermità corporale scioglie la necessaria armonia degli umori.

La grave infermità rende sobrio l'uomo.

L'infermità è l'officina della virtù.

La cura degl'infermi anzitutto e soprattutto.
Così la regola dell'Ordine di S. Benedetto.

Curate gl'infermi.

L'infermo non fa all'amore, non aspira ad onori, trascura le ricchezze e, come chi sta per abbandonar tutto, di tutto si contenta, anche se poco; si ricorda degli Dei e di esser uomo; invidia a nessuno, ammira nessuno, disprezza nessuno; non bada a discorsi maligni e tanto meno ne gode: sogna bagni e fonti.

L'infermo mangi erbaggi.

Sono inflativi quasi tutti i legumi, quanto è pingue, tutti i dolciumi, tutti i brodi grassi, il mosto ed anche il vino nuovo; tra gli erbaggi sono inflativi: l'aglio, la cipolla, il cavolo, tutti i radicchii, ecc.

E' principio di sanità il voler essere sanato.

Essenziali alla vita umana sono l'acqua, il pane, il vestito e la casa che cela ciò che non è onesto a vedersi.

Non ti meravigliare che innumerevoli siano le
malattie; nùmera i cuochi.

Innumerevoli malattie sono il supplizio della
lussuria.

A B R A C A D A B R A
A B R A C A D A B R
A B R A C A D A B
A B R A C A D A
A B R A C A D
A B R A C A
A B R A C
A B R A
A B R
A B
A

(Amuleto contro la febbre emitrea o semiterziana)

Comprendi che Dio è medico e che la tribo-
lazione è medicina salutare.

La sanità integra dà vivacità e forze.

L'intemperanza accende la libidine, génera
umori cattivi, crea la corruzione.

L'intemperanza è la nutrice dei medici.

L'intemperanza infiamma, conturba, àgita o-
gni stato dell'animo; perciò tutte le in-
disposizioni provengono da essa.

L'intemperanza è fonte di ogni perturbazione.

Durante il pranzo bevi poco e sovente; se non vuoi ammalarti, non bere fra due pasti; se non vuoi sentirne pena, inizia la cena bevendo; ad ogni uovo un bicchiere di nuovo.

Di giorno conviene vegliare, di notte dormire.

Talora il lavoro continuato irrobustisce; spesso l'ignavia distrusse ciò che l'esercizio aveva corroborato.

Spesso uccide il crépito del vento, trattenuto nel ventre.

Di quando in quando inserisci qualche sollievo alle tue cure, affinchè tu possa sopportare animosamente ogni fatica.

I figli rachitici tradiscono i digiuni dei padri.

E' buon medico chi sa curare le proprie ferite.

J

All'inflammazione del fegato sopravviene il singulto.

Digiuna, veglia, prendi cibi caldi, lavora molto, respira aria calda, bevi parcamente,

trattieni il fiato; osserva bene queste regole, se vuoi scacciare il reuma. Quando scende al petto, si chiama *catarro*; se alle fauci, *branco*; se al naso, *corizza*.

Col digiuno si sanano le pesti del corpo. *Egli infatti, nonostante le gravi occupazioni diurne e notturne, arrivò con l'assidua astinenza ai novant'anni.*

Il digiuno è sollievo all'infermità.

Rimedio salutare è il digiuno.

Lo stomaco digiuno raramente sprezza i cibi volgari.

Il succo del cavolo è lassativo; astringente la sua materia; quando si somministrano ambedue, si dispone il ventre all'evacuazione.

I giovani sono specialmente tratti alle dilatazioni, per le molte trasformazioni che si operano in essi, mentre sono in crescita.

I giovani vanno soggetti agli sputi di sangue, alla tabe, alle febbri acute, ai morbi comiziali, ad altri, ma specialmente ai già detti.

L

Il lavoro irrobustisce il corpo.

Il lavoro è cibo alle articolazioni ed alle carni; il sonno ai visceri.

Tutte queste cose siano moderate: le fatiche, i cibi, le bevande, il sonno, gli sfoghi venerei.

Al lavoro non bisogna dedicare maggior tempo di quanto sopravvanza al sonno o gli si detrae.

Il latte migliore è quello che non differisce molto dal mulso, nè è usato subito dopo il parto. *Il mulso era una miscela di vino e miele.*

Il latte è reso nutriente dall'orzo, dalla stoppia e dal mangime asciutto e solido consumato dalla bestia.

E' utile dare latte a coloro che sono oltremodo estenuati.

Conviene dar latte ai tìsici, purchè non siano troppo febbricitanti.

Il latte è fra tutti i liquidi, che prendiamo come cibo, il più nutriente; in primo grado il pecorino, poi il caprino.

Per gli étici è latte sano il caprino, poi quello di camello; ma nutritivo più di tutti è l'asinino; molto nutriente è pure quello di mucca e di pecora, ma, se vi è febbre o mal di capo, è poco salubre.

Latte migliore è quello di bestie sane e non ancora vecchie.

Il latte dopo il vino è veleno.

Si racconta che gli antichi si cibavano di latte puro e dell'erbe, che la terra produceva spontaneamente.

La lattuga, mangiata dopo il vino, galleggia sull'acre stomaco.

Languivo, ma tu, o Sîmmaco, subito sei venuto da me, accompagnato da cento scolari; cento mani gelate dall'Aquilone mi toccarono; Sîmmaco, non avevo febbre: adesso l'ho.

Languiscono i corpi ingrassati dall'inerzia.

Il cibo non digerito e aderente all'ardente stomaco ha prodotto il languore.

Il tipo sanguigno è liberale, amante, ilare, di color rosso, cantante, carnosio, abbastanza audace e benigno.

La stanchezza del corpo distrugge quanto vi è in noi di mite e di plàcido ed eccita la bile.

Mi lavo in quell'ora adatta e salubre, che mi conserva il calore ed il sangue; a irrigidirmi ed impallidire lo posso fare comodamente da morto.

Tutti i legumi ed ogni pane di frumenti sono di genere valentissimo; chiamo valentissimo quello che contiene moltissimo alimento; parimenti ogni animale quadrupede domestico, ogni grande fiera, ogni grande uccello, tutte le grandi bestie marine; così dicasi del miele e del cacio; per cui non è da meravigliare che sia pane valentissimo quello che è fatto di frumento, grasso, miele e cacio.

I legumi sono inflativi.

Il vino è un tormento lene.

Il male nascente si sarebbe potuto domare con una medicina più blanda; ora invece bisogna combatterlo più energicamente, perchè inveterato.

Il burro lenisce, umetta e scioglie senza febbre.

Lebbroso genera lebbroso, podagroso podagroso, iracondo iracondo e da amanti nascono amenti.

I funghi furono causa della mia morte.

Il pepe bianco giova allo stomaco, lenisce il dolore della tosse, previene il moto ed il brivido della febbre.

Con la pazienza divien lieve quanto non si può correggere.

Il carico che si porta bene, divien leggero.

Le malve leggere. *Perchè alleggeriscono il ventre.*

Le libidini apportano deformazioni ai piedi, alle mani, a tutte le articolazioni.

L'adolescenza libidinosa ed intemperante passa alla vecchiaia un corpo esausto.

La libidine fu data all'uomo non per il piacere sessuale, ma per la propagazione della razza.

Lecitamente possiamo usare rimedii costosi, quando sono necessari a conservare il nostro corpo.

La lingua aiuta le bestie a bere; con essa infatti protesa in fuori assorbono l'acqua, che per entro il còncavo della lingua, spingono al palato con celerità mossa, affinché non ne defluisca per tardità di movimento.

La lingua è come il plettro di chi parla, ed è come la mano di chi mangia; essa appresta e rivolta il cibo che altrimenti defluirebbe.

La lite, l'oste, il medico ci costringono a ciò che non si vorrebbe.

Vegezio insegna che il luogo più salubre è elevato, non soggetto a nebbia nè a brina, rivolto verso i punti cardinali nè caldi, nè freddi, nè vicino a paludi.

Il lavarsi dopo la mensa ti porta due regali:

ti monda le mani e ti rende acuta la vista.

Luca, medico carissimo.

M

Un bambino sùbito formato con tutte le membra suole minacciare in seguito magrezza e debolezza.

Magrezza d'ammalato d'antica data, cui da lungo tempo cuoce la febbre quartana e già quotidiana.

E' da personare di più al medico che poco riesce nei morbi acuti che nei lunghi; infatti nelle malattie acute vi è breve spazio, entro il quale, se qualche rimedio non ha giovato, l'ammalato se ne va; nelle malattie lunghe vi è tempo per la deliberazione e mutazione di rimedii.

E' lodato di più il medico che con più pochi e più blandi rimedii può guarire l'infermo.

Teme di più la morte chi in casa sua ha di
che poter vivere beatamente.

Cattiva digestione, nessuna felicità.

E' cattiva medicina quella che distrugge qual-
che cosa della natura.

I mali sono vicini ai beni.

Sta male il medico se nessuno sta male.

Malamente agisce con sè stesso l'ammalato
che fa erede il medico.

I cattivi medici, quando si tratta di mali al-
trui sfoggiano scienza medica, ma poi
non sanno curare sè stessi.

E' segno di brutta malattia sudar molto e spe-
cialmente sudar freddo.

E' cattivo indizio l'escremento che dopo lun-
ghe febbri è sincero.

Il cancro è un male inguaribile.

Chi ha sperimentato un cattivo medico, teme di affidarsi anche al buono.

Al mattino va ai monti, a mezzogiorno ai boschi, a sera alle fonti.

La chiragra è infesta alle mani.

Madre di sanità è l'astinenza; madre d'indisposizioni la voluttà.

Mio cibo sono: olive, cicoria e malve leggere.

Mi sono lungamente curato con riposo ed ortica.

Anticamente la scienza della medicina era stimata una parte della sapienza, così che la cura delle malattie e la contemplazione della natura delle cose è nata sotto i medesimi autori.

I medicinali ledono quasi lo stomaco.

Le migliori medicine sono la quiete e l'astinenza, e, se si deve bere, acqua.

Le terre sono pienissime di medicinali salutari.

Ottima medicina è il cibo dato opportunamente.

La medicina che calma una malattia, dà forze ad un'altra, ed il pane, che irrobustisce la vita dei forti, uccide quella dei pargoli.

Ai forti rimedio forte, ai deboli debole.

Affinchè la medicina possa scacciare la malattia, deve essere presa e diffusa per mezzo delle vene in tutto il corpo.

Medico, cura te stesso.

Vivere medicalmente è vivere miseramente.

I medici hanno preso nome da Erisistrato, i grammatici da Aristarco, i cuochi da Apicio.

I medici legano e fanno violenza ai nostri corpi, per guarirli.

I medici antichi cercavano nei soggetti degni di morte o già condannati in qual modo potessero giovare ai vivi, mettendo in

luce ciò che in essi si celava, per conoscere le cause della malattia e far sì che la pena del morente giovasse alla salute del vivente.

L'arte del medico interessa coloro ch'egli cura.

I medici, scoperta la causa del morbo, credono di averne trovata la cura.

I medici usarono imporre agli ammalati di coprirsi i piedi prima delle febbri, perchè da quelli incominciano i brividi.

I medici trattano con gli ammalati e tuttavia non si ammalano. *Così Antistene a chi gli faceva colpa di bazzicare coi cattivi.*

I medici imparano a nostre spese e fanno esperienza per mezzo delle morti. *I medici del tempo di Plinio.*

I medici prescrivono diverse medicine, quando una non basta.

E' proprio del medico, del pilota e del capitano presentire le cose fortuite.

I medici ed i precettori, staccandosi dai loro affari, attendono a noi; ricevono la mercede non del loro merito, ma della loro occupazione.

E' gloria del medico essere ricercato dagli ammalati.

E' gloria del medico se cura molti.

I medici l'hanno rovinato, anzi il fato; poichè il medico non è altro che la consolazione dell'animo.

I medici curano leggermente gli ammalati leggeri; ma sono costretti ad applicare cure pericolose e dubbie alle malattie più gravi.

I medici non si decidono a tagliare se non dopo aver tutto tentato.

E' dovere del medico di non gravare di materia inutile l'infermo e di non causarne con la fame la debolezza.

E' dovere del medico di curare con sicurezza, celermente e giocondamente.

I medici ottimi, quantunque le malattie altrui fruttino loro la mercede, preferiscono che i loro amici godano buona salute.

I medici ottimi non usano un solo sistema di cura.

Medico pietoso fa cancrenosa la ferita.

I medici prudenti accondiscendono ai desiderii degli ammalati nelle cose leggere, onde averli ubbidienti nelle gravi.

I medici rendono fàcile il trànsito a coloro ai quali non hanno potuto largire la vita.

Anche i médici scélgono i momenti adatti.

I medici somministrano qualunque cibo, pietanza e bevanda che gli ammalati desiderano, purchè non ne sia per derivare noncumento al corpo.

I medici spesso, contrariandosi per invidia, rovìnano l'infermo.

Spetterà alla sapienza del medico che il vitto sia ora umettante, ora secco, abbondante o parco, debole o eccitante; in poche parole, deve essere tale che non lasci venir meno le forze necessarie a superare la malattia.

E' dovere del medico incominciare dalle medicine più leggere e meno pericolose.

Sono tre gli strumenti del medico; la regola del vitto, la medicina, l'operazione della mano.

La medicina antica fu solita curare con erbe e succhi.

La medicina deve essere proporzionata alla malattia.

La medicina deve essere adatta alla malattia.

La medicina è un'arte congetturale, ed il più delle volte non solo non le risponde la congettura, ma anche l'esperienza.

La medicina è causa efficiente della sanità.

La medicina è la sottrazione di ciò che esùbera e l'addizione di ciò difetta.

La medicina e tutte le arti operative considerano le condizioni delle cose o delle persone particolari, in cui si effettua il loro atto.

La medicina apporta il suo aiuto anche ai scellerati.

La medicina è stata scopertaa dall'osservare le cose salubri ed insalubri, e, come dicono alcuni, è tutta fondata su esperimenti.

La medicina è nata dall'esperienza, discernendo le cose perniciose dalle salutari in séguito alla guarigione di alcuni ed alla morte degli altri.

La medicina fu solita applicare alle brucianti ferite medicamenti calmanti, onde alleviarne il dolore.

La medicina assiste sempre con grazia materna i pericolanti di malattia.

La medicina non vince i morbi insanabili; pure la si usa in alcuni per rimedio, in altri per sollievo.

La medicina non deve essere proporzionata alla misura del tempo, ma alle fasi della malattia.

La medicina non si dà che a coloro che sono già ammalati. *Ora vi sono anche le medicine profilattiche.*

La medicina non fu trovata in séguito a ragionamento; ma, scoperta la medicina, vi si ragionò sopra.

Il medicamento non sempre si applica dove vi è il male, ma più utilmente dove s'annida la radice del male.

La medicina non sottrae mai un bene maggiore per promuovere un bene minore.

La medicina rinsalda le membra pericolanti, corrobora le scosse.

La medicina che si dà ai già sfebbrati per rinvigorirli, nuocerebbe se la si desse a febbricitanti.

La medicina talora apporta nocumento in parti minori allo scopo di portar aiuto alle migliori.

La medicina deve essere razionale; essa è dettata da cause evidenti; scartate, non da considerazioni del medico, ma dall'arte stessa, tutte le cause oscure.

La medicina sanativa deve essere ripetuta ogni qual volta si ripete la malattia.

La medicina opera la salute e scaccia la malattia.

La medicina, senza la cognizione della natura delle cose, è debole e tronca.

Vi sono medicine che esigono robustezza naturale; altre si prendono con pericolo di morte, e vi sono quelle che si possono dare ai deboli.

Essenza della medicina è la scienza di ciò che si deve fare, non la perizia nel fare.

Le medicine, date al corpo umano, lavorano per la sanità come strumento; la natura invece ne è l'agente principale; perciò si devono usare quelle che possono essere esercitate dalla natura; se di più se ne usassero, non servirebbero alla sanità, ma piuttosto l'impedirebbero.

La sanità è il fine della medicina.

Le cure si fanno per mezzo di cose contrarie.

Le medicine stabilite in arte non convengono a tutti, ma devono essere variate a giudizio del medico, che deve seguire non la propria volontà, ma la scienza della medicina.

Oggetto della medicina è la sanità, perchè la medicina niente considera se non in ordine alla sanità.

Ottimo sistema di medicina è non solo tagliare

e bruciare, ma lenire con calmanti i dolori emergenti.

Parte difficilissima, ma anche eccellentissima della medicina, è quella che cura le malattie col vitto.

Molti rifiutano l'aiuto della medicina; infatti molti sono stolti, molti timidi o malamente verecondi.

Serapione fece consistere la medicina solo nella pratica e negli esperimenti. *Medicina empirica.*

Pochi professano la medicina; tuttavia moltissimi dicono di conoscere alcuni rimedii.

Rifiuta la medicina chi si diletta di star ammalato.

Era dogma per i medici Greci considerare i movimenti della natura come vero indice e guida della via che si doveva percorrere nella cura di qualsiasi malattia, nè mai mutavano metodo, se non allorchè la natura avesse loro suggerito che cosa, quando e come dovessero fare.

I medici devono curare non solo le malattie visibili, ma devono trovare anche le na-

scoste, che sono celate da coloro stessi che devono essere sanati.

Molti non possono essere curati da un sol medico, e questi, se è un artista, è idoneo se non si allontana molto dall'infermo; ma coloro, che per lucro volentieri se ne allontanano, abbracciano quei precetti, che non esigono l'assiduità.

Il medico diligente, prima di dare la medicina al paziente, deve conoscere non solo le malattie di colui che vuol curare, ma anche il suo tenore di vita da sano e la natura del suo corpo.

Al medico non si deve imputare il caso di morte.

Il medico deve tentare nulla nel tempo della crisi, quando questa è in pieno sviluppo.

Per sè il medico è tenuto a sanare; propter aliud è tenuto a dare la medicina per sanare. In altre parole: La sanità è lo scopo del medico; la medicina ne è il mezzo.

Se il medico non mi tocca che la mano e mi tratta come quelli che incontra per strada, nè mi prescrive con qualche interessamento quanto devo fare od evitare, non gli devo nulla di più della mercede, perchè non mi considera come amico, ma come cliente.

Sono disonorevoli per il medico i molti funerali.

E' dovere dei medici di curare cento volte chi cento volte s'ammala.

E' dovere dei medici conoscere il potere delle erbe.

Noi approviamo la scienza dei medici non per sè stessa, ma per la sanità, che ne è lo scopo.

Gli antichi medici usavano due diete nella cura delle malattie; la *exquisita*, che consisteva in cibi poco nutrienti e quasi unicamente in succo di tisana; e quella di *extremae tenuitatis*, durante la quale permettevano talora il melìcrato; ma più frequentemente la dieta consisteva tutta nell'inedia. *Ossia nel supplizio del conte Ugolino e soci.*

Noi ammiriamo il medico quando riesce ad estinguere e quasi sedare la febbre giunta al parossismo.

Il medico deve godere buona salute, affinché possa curare le malattie degli altri.

Io stimo medico colui che non permette che gli ammalati si disfacciano, ma al più presto li seppellisce. *Degno precursore di Lutero.*

Il Signore ha istituito il medico, ed egli non si parta da te, perchè l'assistenza di lui è necessaria.

Conviene che il medico riesca bene accetto all'ammalato nel modo di presentarsi, nel discorso, nel portamento, nel vestito, nel taglio dei capelli, nelle unghie, negli odori.

Noi ammiriamo grandemente il medico, quando vediamo che ridona la sanità ad infermi incurabili.

Io stimo principalmente quel medico che molto meglio degli altri si diporta nella cura delle malattie acute, per la cui virulenza il più delle volte gli uomini muoiono.

Conviene assolutamente che il medico con la sua prudenza vada incontro alle malattie che stanno per scoppiare, alle nature, alle stagioni dell'anno ed alle età; che svuoti i corpi dalle materie morbifiche e, svuotàteli, li rinforzi.

Fabio Massimo, il temporeggiatore, sapientemente insegnò che il medico talora

giova di più con la quiete che col muoversi ed agire.

Il medico vien curato da un altro, non come medico, ma come infermo.

Il medico rettamente ed utilmente recide il membro pùtrido, se ne deriva la corruzione del corpo.

Talora prudentemente il medico non dà la medicina così efficace, che basterebbe alla liberazione dal morbo, e ciò per evitare un pericolo maggiore, data la debolezza della natura.

Per liberare il paziente dall'infermità, il medico gli reca qualche nocumento e procede anche al taglio.

Il medico causa la sanità in quanto somministra certi amminicoli, di cui la natura si serve per operare la salute, e perciò il medico si diporta nel sanare, come la natura sanerebbe.

Badi il medico a non apportare la dissoluzione delle parti coll'affannarsi a rilas-

sare smoderatamente la buona costituzione del corpo.

Il medico esige la confessione.

Il medico considera principalmente le cose in particolare, per chi non riceve immediatamente i principii dal primo filosofo, ma dal naturale, il quale ha dei principii più ristretti che il primo filosofo; invece il filosofo naturale, la cui considerazione è più universale che quella del medico, può ricevere immediatamente dal primo filòsofo i principii della sua considerazione. *Il primo filòsofo è il metafisico; il filosofo naturale il fisico.*

Il medico, a cui è affidato l'infermo, è tenuto a sovvenire alla sua malattia, anche s'egli non lo chieda.

Il medico cura, la natura sana.

Il medico deve assecondare l'opera saluberrima della natura; opera che, per mezzo degli umori, è diretta alla correzione e risoluzione della materia morbifica e finalmente all'evacuazione della medesima.

Il médico, che ha applicato alla malattia la cura del tempo, ha somministrato più di rimedio che chi òpera col ferro. *Teo-*

ria patrocinata da Harvey (pronuncia Arvì) nel suo libro «Ars curandi morbos expectatione».

Il medico causa la sanità nell'infermo con l'opera della natura.

Il medico, mentre raccoglie erbe, intende confezionare la pozione e forse non pensa affatto alla sanità; tuttavia egli l'ha virtualmente di mira e per causarla somministra la pozione.

Il medico, mentre vede l'orina, non può considerare meno le regole dell'arte intorno ai colori delle urine, ma di più.

Il medico non si darà fastidio per la pinguedine in colui che di sua natura è gracile; ed invece s'interesserà di ridonare la corpulenza a colui che è nato corpulento; e non si curerà della gracilità in chi è vissuto gracile.

Il medico è ministro della natura nel sanare.

Il medico e le altre persone di questa categoria ricevano un modesto compenso, avuto riguardo alla condizione delle persone, dei loro affari, della fatica impiegata e della consuetudine del luogo.

Il medico, se per malvagità estorce alcunchè, pecca contro giustizia.

Se l'infermo è insistentemente loquace, lo sia un pò anche il medico.

Bisogna che il medico sia fortunato. *Tante forme ambigue ed involute occorrono nell'arte medica!*

Rettamente curerà quel medico che non si sarà ingannato riguardo alla prima origine della causa del male.

Il medico nell'opera sua ha di mira la sanità, e questa consiste nell'ordinata concordia degli umori.

Il medico, per curare il capo, permette l'infermità del corpo.

Il medico aiuta la natura a sanare, alterando e disponendo con l'applicazione di quelle cose, che hanno una virtù naturale per tale scopo.

Il medico aspetta il tempo di curare, affinchè, diagnosticate bene le malattie, apporti l'ausilio della medicina.

Il medico non copra con empiastri il male che deve aprirsi col ferro.

Il medico avrebbe meno fastidii, se fosse chiamato a malattia recente.

Il medico con la ragione prevede l'aggravarsi della malattia, il capitano le imboscate, il pilota le tempeste, e tuttavia spesso s'ingannano quegli stessi che niente opinano senza un sicuro motivo.

Il medico, ministro della natura, deve osservare il moto della natura, sua signora, e, quando essa opera, nulla deve mutare, ma limitarsi a frenarla quand'essa galoppa, eccitarla se s'attarda.

Il medico non deve situarsi né a fianco né a capo dal letto del paziente, ma in posizione illuminata e di fronte a lui, per poter cogliere dal volto tutti gli indizi, anche quando giace o dorme.

Il medico non usa misura in quanto a sanare, ma calcola quanta medicina o quale dieta deve usare per sanare.

Il medico non cura l'uomo in genere, ma questo uomo, ed a ciò è diretta tutta l'essenza della medicina.

Il medico non impone alcun termine alla sanità, ma la fa perfetta al possibile; impone però un limite alla medicina; in-

fatti non somministra tanta medicina quanta può, ma in misura adatta alla sanità; misura, che sarebbe smoderata se la medicina fosse eccessiva o deficiente.

Il medico non deve contare i giorni, ma badare alle accessioni e da esse congetturare quanto deve darsi il cibo.

Il medico non può sapere come curare le malattie, se ignora donde esse provengano.

Non si domandi il medico, se non quando ne incombe la necessità.

Il medico non applica subito i medicamenti alla malattia; se il dolore ferve, vi appone fomenti per calmarlo; se la febbre è al parossismo, aspetta il tempo giusto per il rimedio; usa persino rifiutare la bevanda agli assetati.

Il medico non sana tanto di più quanto maggiore medicina somministra, ma quanto più la medicina è proporzionata al male.

Il medico conosca non solo quella malattia, contro cui deve dare la medicina, ma anche universalmente tutta la costituzione dello stesso infermo, perchè il morbo si aggrava dall'aggiunta di un altro e la medicina, che spetterebbe ad un male, porterebbe nocumento ad un altro.

Il medico esperto suole scacciare mali contrarii con rimedii contrarii.

Il medico scongiura gl'infermi a diportarsi bene, affinchè possano riacquistare la salute.

Il medico peritissimo conosce quasi tutte le malattie come sono conosciute dall'arte; ma, come sono sentite dal corpo, ne ignora moltissime, ossia tutte quelle ch'egli non ha sofferto.

Il medico permette che vi sia infermità nel piede, se ciò è utile per sanare l'occhio.

Il medico preconosce la sanità o la morte futura in alcune cause, delle quali ha già conosciuto per esperienza la coordinazione a tali effetti.

Il medico recide un membro, affinché non si corrompa tutto il corpo.

Il medico, nelle malattie leggere, tenta di non mutar molto della consuetudine quotidiana, ma di imporre ordine ai cibi, alle bevande, agli esercizi e di restaurare la salute solo col mutamento del modo di vivere. *Medicina dietética.*

Il medico, quantunque dia nulla, dice: *Récipe.*

Il medico, che non dà alcun rimedio, è migliore di quello che ne dà di perniciosi.

Se il medico, che ha operato il tuo schiavo, ne tronca la cura e per questo lo schiavo muore, è responsabile della colpa.

Il medico, che non taglia dove bisogna tagliare e taglia dove non bisogna, rovina tutto.

Il medico insegnerà che cosa si deve fare in ogni genere di malattia e che cosa e per quali indizii di deve prevedere e provvedere.

Si reputa migliore quel medico che può sanare maggior numero di ammalati e maggiormente distanti dalla sanità.

Il medico salutare, quando taglia la pelle, mitiga con la speranza e con le blandizie il dolore arrecato, affinchè l'infermo si lasci curare.

Il medico sana in quanto egli ha già la sanità non in atto, ma nella cognizione dell'arte.

Il medico cerca la salute dell'infermo; tuttavia, se per la virulenza del morbo, o la intemperanza dell'ammalato o per qualche altro caso non raggiunge lo scopo, s'egli ha fatto tutto ragionevolmente, non ha fallito allo scopo dell'arte.

Il medico sapiente applica rimedii più forti a più forti mali.

Il medico sapiente, a rimedio di un male maggiore, permette che l'infermo cada in un male minore.

Il medico sa che cosa i poveri esseri umani abbiano entro i loro visceri e quando verrà la febbre.

Se il medico vede che l'infermo si diporta contro le sue prescrizioni, dice: Val la pena di venire a casa tua? Sino a quando sprecherò la mia arte dal momento

che io comando una cosa e tu ne fai un'altra?

Se il medico non capisce che l'infermo vien meno, in arte pecca di più che se dissimula di capire ciò.

Il medico, se i rimedii più blandi non riuscirono, indice la vena e mette mano alle membra che nuociono a quelle vicine e nessuna cura gli par dura il cui effetto è salutare.

Il medico, se la moderazione e l'ordine non giovano, sottrae e diminuisce alcunchè nel cibo e nella bevanda; se neppure in questo modo riesce, vieta i cibi e con l'astinenza alleggerisce il corpo.

Se il medico curerà con unti ed empiastri, il male che ha bisogno di taglio, in breve renderà incurabile il male.

Il medico, se vuole far bene il suo dovere ed imitare la natura, non deve mai agire violentemente e principalmente deve procurare le evacuazioni.

Se il medico somministrasse all'infermo la

medicina subito al principio della malattia, gioverebbe meno o recherebbe più nocumento che sollievo.

Se sarà necessaria l'evacuazione, il medico osserverà verso quale direzione si diriga principalmente la natura e farà in modo che gli umori da evacuare sieno guidati per vie convenienti, ossia per quelle per cui la natura è solita espellere la materia morbosa.

Il medico, ti prescriverà quanto devi passeggiare, quanto esercitarti.

Il medico si desidera maggiormente quando una grave malattia è sopravvenuta al languente.

Il medico cura bene allorquando somministra rimedii contro la causa del male.

Io, che mi credevo medico, ero turpemente ammalato.

Il medico si propone un solo scopo, la sanità dell'ammalato.

Il medico solo per via di congettura può arrivare a conoscere quale quantità di cibo si deve dare; poichè quanto più acuto è il male, tanto più parcamente si deve nutrire l'infermo.

Se il medico vuole che gli ammalati gli obbediscano, deve principalmente far in modo di acquistarsi la loro fiducia.

I melanconici desiderano ardentemente le dilettazioni per scacciare la tristezza, perchè il loro corpo è quasi corrosivo dall'umore maligno.

O maestro, non voler dormire nei mesi, in cui vi è l'erre. *Cioè: non voler concederti il sonno meridiano in tali mesi.*

E' bugiarda quella menta che è lenta a scacciare i lombrichi del ventre ed i vermi nocivi dello stomaco.

Vi saranno mille forme di male, mille di salute.

Bevi un pò di vino per curare il tuo stomaco e le tue frequenti infermità.

Il cibo parco e temperato è utile al corpo ed all'anima.

Un piccolo eccesso nella bevanda nuoce di più che nelle altre cose.

Chi è parco con sè stesso, è medico di sè medesimo.

I morbi acuti si decidono entro quindici giorni.

I morbi acutissimi non oltrepassano i quattro giorni; i quasi acutissimi i sette, gli acuti i venti; tutti gli altri di dicono cronici.

I morbi autunnali o sono lunghi, o sono fatali.

I morbi devono curarsi all'inizio; in quelli, che provengono da flussioni; prima bisogna sedare le medesime; in quelle che provengono da altra causa, bisogna sedarne e curare il principio; di poi ciò che influì, se è copioso, bisogna farlo uscire; se è poco, bisogna curarlo con dieta.

Poche sono le malattie mortali, se non errano nè i medici, nè gli ammalati, nè chi li serve, oppure se non sopraggiunge qualche nocumento estrinseco.

Le malattie precipitose ed acute, se esce sangue dal naso, non hanno più bisogno di giudicazione.

Le malattie inclinano verso la sanità allorquando erompono dal nascondiglio e manifestano la loro virulenza.

La vecchiaia è più esposta alle malattie lunghe; l'adolescenza alle acute.

Come l'evacuazione cura le infermità che provengono da replezione, così la replezione cura quelle che provengono da evacuazione; e così in tutte le malattie la contrarietà è rimedio.

La quiete sana le malattie, che nascono da sopravoro.

Sintomi precòrrono le malattie, come indizii precorrono la tempesta e la pioggia.

Una malattia può essere incurabile o per imperizia del medico o per indisposizione del soggetto.

Una malattia breve e precipitosa farà una delle due: o sarà estinta, o estinguerà.

La malattia è impedimento legale.

La malattia lunga ha intercapédine, dà luogo a rinvigorimento, dona molto tempo, e, come nasce, così è necessario che finisca.

La malattia è maestra di modestia.

Dicono i medici che è incurabile ogni malattia, che opera contro la sua cura.

La malattia che viene sputacchiata. *Così era chiamato il mal caduco o comiziale perchè i Romani sputavano al solo sentirlo nominare.*

Il moto delle membra genitali non si assoggetta alla ragione.

Il moto, la lunga fame, il vomito, la percussione, la caduta, l'ebrietà ed il freddo causano ronzio alle orecchie.

Il dormire subito dopo il cibo, il troppo moto e l'ubbriachezza sogliono rendere duro l'udito.

La donna non diventa ambidestra.

La donna non soffre di podagra, se non quando le cessano le mestruazioni.

Il medico deve avere esperienza di molte cose.

Molte difficili malattie si curano con l'astinenza e la quiete.

Le nespole sono molto diurétique ed astringenti; le dure sono buone, ma le molli sono migliori e lassative.

Molti sono stati sterminati dal vino.

Molte cose fortuite risanano, ma non perciò si devono porre tra i rimedi; anche la caduta in un fiume in pieno inverno fu causa di salute.

Molti intingoli crearono molte malattie.

N

Si dice che il succo del nasturzio arresta la calvizie, seda il dolore dei denti e risana la squame se unte di questo succo unito a miele.

Quelli che sono di natura molto grassi muoiono più presto che i gràcili.

La natura quando è occupata nella crisi, deve essere bensì aiutata con medicine e cibi adatti, ma non deve essere onerata.

La natura tende tutte le sue forze.

Qualunque natura non vien meno nelle cose necessarie.

La natura scompone quanto ha composto e ricompone quanto ha scomposto.

Il mal di mare non potrà assalire chi prima avrà bevuto acqua marina mista con vino.

Neanche nel corpo i medici approvano quella salute che tiene l'animo in ansietà.

Non si prescriva lungamente un vitto speciale.

Non curarmi come un bifolco e come un bec-camorto, ma prima spiegami il perchè; solo con una facile dimostrazione mi avrai condiscendente. *Così Aristotele al suo medico.*

Nè gli ammalati si lascino curare da medici, di cui non si fidano; nè i medici accettino in cura ammalati diffidenti.

Non sono ammalato e no son sano. *Così possono dir molti.*

Nessun ammalato sogna alcunchè di così manicomiale, che non sia insegnato da qualche filosofo.

Nessuno prende cibo se prima non sarà sanato.

Nessuno dice al medico del suo corpo in qual modo deve essere curato.

Nessuno, mentre è sano, trascuri la cura del suo corpo.

Nessuno col digiunare cade in indigestioni, nessuno per causa della continenza è stato colpito da apoplezia; anzi tutti col digiuno e la continenza l'hanno repressa e scacciata.

I nervi, le articolazioni e quant'altro, vi è di éstile, spàsima acerbissimamente, quando ha generato una malattia in un punto ristretto.

Un pò di vino fa bene ai nervi.

I nervi sono strumenti del moto.

Niente solleva ed aiuta l'ammalato quanto l'affetto degli amici; niente egualmente gli toglie l'aspettazione ed il timore della morte.

Niente impedisce tanto il risanamento, quanto il frequente mutar rimedio.

Niente più giova agli ammalati quanto l'esser curati da chi vogliono.

Stima turpe nulla per rimedio della salute.

La troppa cura fa più male che bene.

E' pericoloso se la ferita gonfia troppo; è pericolosissimo se non gonfia; quello è indizio di grande infiammazione; questo di corpo quasi morto.

Il troppo amore tinge i corpi di fango. *Di color cretaceo.*

Il troppo uso delle dilettazioni è stimato vizioso ed è anche nocivo al corpo ed impeditivo di simili dilettazioni.

Se non vi è buona salute, non vi può essere bellezza e venustà.

E' nobile la ruta, perchè rende la vista acuta; infatti con l'aiuto della ruta l'uomo vedrà acutamente; mangiata cruda e fresca purga gli occhi dalla caligine; la ruta sminuisce la libidine all'uomo e la aumenta alla donna; la ruta rende casto, dà lume ed infonde astuzia; la ruta cotta rende puliti i luoghi dalle pulci.

A noi, una volta interdetto l'omicidio, non è lecito rovinare il feto nell'utero, mentre

ancora il sangue sta formandosi nell'uomo.

Nuocere è facile, difficile giovare.

L'uso assiduo del latte nuoce ai denti ed alle carni che li circondano e che noi chiamiamo gengive.

Nocumento, documento.

La nodosa chiragra.

Non v'ha tesoro che superi il tesoro della salute del corpo.

Non dipende sempre dal medico il guarire lo ammalato; talvolta il male è più forte che la dotta arte.

Non hanno bisogno del medico i sani, ma gli ammalati.

Non si vince facilmente il morbo quand'è inveterato.

Tu stesso, quando sei ammalato, non fai quel che da sano hai consigliato all'infermo.

Non ignara del male, imparo a soccorrere i miseri.

E' nulla la cura di una malattia non capità.

Non sono meno turpi molti supplizii ad un Principe, che molti funerali ad un medico.

La sanguisuga non si staccherà se non piena di sangue.

Non hanno bisogno del médico i sani, ma gli ammalati.

Non può il medico prescrivere per lettera il tempo del cibo o del bagno; bisogna che tocchi il polso.

Il cibo, che appena preso viene emesso, non giova, nè fa carne.

L'ammalato non cerca un medico eloquente.
Ma dotto e coscienzioso.

Non sana l'occhio ciò che sana il calcagno.

Non si cicatrizza la ferita, sulla quale si provano medicamenti.

La nostra pelle delicata, contratta dal freddo, beva il Sole primaverile.

Nessuna carne da sè sola piace, ma viene con una cert'arte corrotta e conciliata allo stomaco contrario.

Nessuna salute è più robusta di quella che è irrobustita da alimenti salubri.

Nessun umore basterebbe a saziare colui, il cui desiderio non nasce da inopia, ma dal bruciore dei visceri ardenti; questa non è sete, ma morbo.

Crédimi: mai un ammalato guarirà, se una sola febbre è curata da molti medici.

Mai i punti malati si toccano senza lamento.

Mai è utile la troppa sazietà; spesso è inutile la troppa astinenza.

Poco fa Diàulo era medico; ora fa il beccamorto; ciò che fa ora da becchino, lo aveva fatto da medico.

Il nutrimento del cibo è necessario al corpo per restaurare ciò che ogni giorno si consuma per l'azione del calore naturale.

Nùtrono ed impinguano: il frumento, il latte,

il cacio giovane, i testicoli, la carne porcina, le cervella, le midolle, i vini dolci, il cibo che più piace, le uova al guscio, i fichi maturi e l'uva appena colta.

La noce, l'olio, il freddo del capo, l'anguilla, il troppo bere, la frutta acerba rendono l'uomo quasi rauco.

La noce ornava le seconde mense col doppio fico; poi si giocava a chi beveva di più.



O medici, aprite la grossa vena.

O quando mi sarà servita la fava, così simpatica a Pitagora, e con essa gli erbaggi conditi di lardo assai pingue!

O stolti, voi credete che sia febbre! E' gola.

Il più delle volte gli obesi sono strangolati da morbi acuti e da difficoltà di respiro e spesso muoiono subitamente; ciò che difficilmente accade in un corpo più asciutto.

La luce, che è amabile agli occhi sani, è odiosa a quelli ammalati.

La fortezza dà vigore agli occhi.

Cura i dolori degli occhi con la flebotomia, dopo un bicchiere di vino puro ed un bagno di molt'acqua calda.

Nel vino e nel canto trova sollievo ad ogni male.

La medicina sana tutti gli umani dolori; solo l'amore non ama il medico della sua malattia.

Con ogni vigilanza custodisci il tuo cuore, perchè da esso viene la vita.

La fame addolcisce ogni cosa.

Tutte le cose, che sorpassano la misura, nuòciono.

Tutto è sano ai sani.

Per gli assediati tutto è succulento.

Principalmente la debolezza è soggetta a tutte le infermità.

Penso che tra tutte le cose, che vi sono nel corpo, nessuna più conferisca alla prudenza che il sangue.

Le malattie insanabili sono l'obbrobrio dei medici.

La fame è il miglior condimento dei cibi.

Per star bene di corpo è necessario che tu stia prima bene di animo.

Si deve pregare che vi sia mente sana in corpo sano.

Bisogna che i medici òrdinino e che gli ammalati oro diano; così una cosa chiede l'aiuto dell'altra.

Orlando, armato di scudo, di lancia e di spada, guerreggiando regalò molti corpi alla morte; tu, in pace, ammazzi innumerevoli uomini; non mériti di esser chiamato più grande di Orlando?

L'uomo consta di duecento diciannove ossa, di trentadue denti e di trecento sessantacinque vene.

Gli ozii alimentano il corpo; anche il corpo si nutre in essi; ed invece il troppo lavoro deteriora uno e l'altro.

Uova fresche, vini rosseggianti, brodi sostanziosi con sémola pura sono di natura fortificante.

Il nutrimento che dànno le uova ed i testicoli
gallinàcei è quasi eguale al loro peso.

P

La pallida morte picchia con giusto piede alle
capanne dei poveri ed alle torri dei re.

La natura desidera pane ed acqua; di questi
due generi nessuno è povero.

Il pane corròbora il cuore dell'uomo.

Il pane non sia caldo, nè troppo vecchio, ma
fermentato, occhiuto, ben cotto, poco
salato e fatto di buon grano.

Il pane, che corròbora la vita dei forti, uccide
quella dei pargoli.

Il pane sia mondo, salato, ben impastato, fer-
mentato, ben cotto e di ieri.

Pane ténero e nìveo.

Il pane è vita.

Chi è coperto di ulceri, bada alle pàpule altrui.

Sii spesso un pò astinente e vivrai di più.

Sii parco nel mangiare, parchissimo nel bere.

L'uva passa nuoce alla milza, cura la tosse e
giova al rene.

La pazienza è l'alunna di Dio.

Poche cose pretende la salute, molte la voluttà.

Il medico perito, appena entrato non prende
con la mano il braccio, ma prima si sie-
de con ilaro volto, chiede all'infermo
come sta; se ha timore, lo calma con
una conversazione persuasiva; poi met-
te mano al suo corpo.

Il modo giusto di mangiare le pesche è di
prenderle col mosto, come pure è uso
che si associno l'uva fresca con le noci.

Le pesche mature sono utili tanto allo stoma-
co quanto al ventre.

Sono da consigliati agli ammalati melanconici: le pesche, le mele, le pere, il cacio, la carne salata, la carne di cervo, di lepore, la bovina e la caprina.

Un mediocre esercizio éccita una salubre respirazione di tutto il corpo.

Per un infermo è pessima quella regione in cui si è ammalato.

E' cosa molto grave se l'ammalato non può prender sonno nè di notte, nè di giorno; infatti ciò non può essere senza un continuo delirio; non è neppure buon segno l'essere oppresso dal sonno oltre misura, ed è peggio quanto più il sonno continua notte e giorno.

I farmaci si devono somministrare al male nascente.

E' letale la diarrea che sopravviene alla tisi.

La tisi nasce generalmente dal capo; di lì passa al polmone, dove si produce un ulcerazione; da questa nasce una febbretta, che si rinnova, anche dopo che è cessata; vi è tosse frequente, vi espettora catarro, talvolta qualche cosa di sanguigno; l'espettorato se è posto sul fuoco, tramanda cattivo odore; perciò chi dubita di questa malattia, usa questo sistema.

I nostri sogliono dire che la lingua è simile al plettro, i denti alle corde, le narici a quei corni, che fùngono da cassa armonica.

Il ventre pieno facilmente disputa intorno ai digiuni.

Il ventre piano non studia volentieri.

Il più delle volte le erbe che nutriscono questi animali, ne uccidono altri.

A moltissimi fu cavato sangue impuro; morti e sezionati, tutte le loro parti furono trovate ìntegre; ad altri fu cavato sangue puro, e furono loro trovati putrescenti i visceri ed i polmoni; da donne formosissime si trae sangue impuro.

I rimedi continuati giovano moltissimo.

Vi è più alimento nel pane che in ogni altro gènere.

Procuriamo di ridare salute agli infermi più con la dieta ed il regime di vita che con la farmacia.

Il più delle volte la podagra è la malattia di coloro, che più del dovere assecondarono i loro capricci.

Gli accessi della podagra si hanno per lo più in primavera ed in autunno.

I podagrosi maledicono ai loro piedi; i chira-
grosi alle loro mani.

Noi distruggiamo i parti difettosi ed affoghia-
mo anche i figli, se sono nati deboli o
mostruosi.

Dopo cena starai in piedi o farai mille passi.

Dopo cena starai in piedi; dopo pranzo pas-
seggerai.

Dopo la mezzanotte i sogni sono veri. *Presso
al matin del ver si sogna.* Dante: In-
ferno 26-7.

Dopo la mensa riposa; non stare in piedi e
non camminare senza causa.

Dopo morte la medicina.

Il latte dopo i pesci è veleno.

Dopo i pesci vi sia la noce; dopo le carni il
formaggio.

E' cosa volgare bere dopo pranzo o dopo la
cena; fanno ciò i padri di famiglia rù-
stici ed ignari del vero piacere; è gio-
condo quel vino che non nuota al diso-
pra del cibo, ma che liberamente péne-
tra fino ai nervi.

Se dopo il pranzo ti senti freddo, buon segno.

Dopo il pranzo starai in piedi, o camminerai a passo lento.

Si è più inclinati a riempirsi di bevanda che di cibo.

Il bere acqua fredda causa il vomito.

Il bere acqua fredda reca due inconvenienti: raffredda lo stomaco e rende indigesto il cibo.

I corpi troppo robusti sembrano tetràggoni ai colpi esterni; ma sono aggravati dalle loro stesse forze.

Prima cura del corpo è l'esercizio.

La prima digestione si fa in bocca.

La prima potenza del sentire risiede nel cuore.

La prima potenza del sentire risiede nel cervello.

Oppòniti ai principii: troppo tardi si somministra la medicina quando le malattie si sono fatte forti per i lunghi indugi a curarle.

Recidere le radici del male è l'ideale della medicina.

Si bevano le acque alla maniera antica.

Si cerca la medicina adatta a ciascuna malattia.

E' medicina il dolore che ammazza il dolore.

Giova alla propria salute il non conoscere il pericolo.

Giova usare talvolta il bagno, talvolta le acque fredde ed anche trascurare ciò, rifuggire da nessun genere di cibo usato dal popolo; andare talora a banchetto, talora ritrarsene; giova talora prendere più del giusto, talora non di più; prender cibo piuttosto due volte al giorno che una volta sola e prenderne sempre più se ne può, purchè lo stomaco lo concuoca.

Giova conoscere la propria malattia.

Molti morirono di cràpula; ma chi è astinente prolungherà la sua vita.

Il mosto provoca l'orina, muove presto il ventre e lo gonfia.

La tisana è acqua in cui è stato cotto l'orzo.

I fanciulli abbisognano di molto cibo preso poco per volta.

Al fanciullo sia dato anzitutto vitto tenue.

Quando i medici si sforzano di dare ai fanciulli i tetri assenzii, prima aspergono di dolce e giallo liquore melleo l'orlo del bicchiere, affinchè l'ingenua età sia ingannata a fior di labbra; intanto beve l'amaro liquore dell'assenzio e l'inganno non le è nocivo; anzi dall'inganno suo vita riceve.

Ai fanciulli concederemo qualche sollievo, ma non li licenzieremo alla pigrizia ed all'ozio e li terremo lontani dal contatto delle delizie.

Ai fanciulli si deve negare il vino. *Per non eccitare fuoco con fuoco.*

Sanità di fanciulli, salute di nazione.

Rimpinzare di smodato cibo e bevanda i fanciulli non solo li fa pigri ed inabili alle fatiche, ma rende i loro corpi deformi e grassi.

Il polmone perfeziona il corpo in quanto serve al cuore.

I polmoni sono l'organo immediato della respirazione; l'aria reciprocamente e suc-

cessivamente vi entra e ne esce, e sono un corpo puramente vescicoloso e vascoloso.

Il polso célere e veemente è indice sicurissimo di febbre.

La pupilla, che riceve tutti i colori, è incolore.

La pupilla è così piccola che facilmente evita quanto le potrebbe nuocere.

Nelle malattie acute, se la materia ribolle, bisogna purgare nello stesso giorno; l'indugio in tali casi è male.

Fu molto famigliare ad Ippòcrate purgare agli inizi del morbo.

I pitagòrici facevano gran conto dei numeri sette e nove; di qui Ippòcrate trasse la numerazione dei giorni in certe malattie.

Q

Nel prescrivere il vitto il medico deve indicare la qualità, la quantità, il tempo, le volte e come deve esser dato.

Quale cibo si prende, tale salute ne segue.

Quale colore fiorisce nella cute, tale umore si nasconde sotto cute.

Quale è la compressione del cuore e l'espulsione del sangue nell'arteria, tale è pure il polso.

Niente v'è di meglio nella vita che sentirsi bene.

Di quanti continui e quanto grandi mali è ripiena una lunga vecchiaia!

Come sono deboli d'animo coloro, di cui ammiriamo le braccia e le spalle!

Quando al cuore od alle arterie arrestàtesi si riesce a procurare a tempo e di nuovo un'unica sistole, subito gli animali prossimi alla morte sono restituiti alla vita.

E' letale quando nella febbre non intermittente sopravviene la difficoltà di respirazione ed il delirio.

Quando il latte grasso e copioso è la causa del male, l'infante deve essere nutrito con meno latte e si devono somministrare alla nutrice nutrimenti che lo

réndano più fluido e più sieroso.

Quanto più alcuno ama la propria salute, tanto più ne évita i pericoli.

Quanto è più avida l'appetenza, tanto più il cibo è giocondo.

Quant'è meglio aver salute senza danaro, che danaro senza salute!

Perchè al medico ed al precettore devo qualche cosa di più, nè mi sdébito da essi con la sola mercede? Perchè da medico e da precettore passano in amico e ci òbligano, non con l'arte che vendono, ma con la loro volontà benigna e familiare.

La quartana estiva è breve, l'autunnale è quasi lunga, principalmente quella che è scoppiata all'avvicinarsi dell'inverno.

La quartana è la più sicura, la più placida e la più lunga di tutte.

La quartana risana il giovane, seppellisce il vecchio.

La quartana uccide nessuno. *Dei giovani.*

La quartana non dura oltre l'anno. *Vi è chi pensa che la perpetua febbre di Mece-nate fosse quartana.*

Coloro che eruttano acido, non diventano molto pleurìtici.

Chi ha concotto bene il cibo, può alzarsi al mattino; chi ha concotto poco, deve riposare e, se la necessità lo costringe ad alzarsi al mattino, deve tornare a letto.

Coloro che spesso e con veemenza càdono in deliquio senza una causa manifesta, muoiono repentinamente.

Chi vuole evacuare, dapprima prenda quei cibi e quei vini che sono lassativi; se questi non riescono, prenda l'àloe.

Chi pecca sotto gli occhi di Chi lo creò, cadrà nelle mani del medico.

Chi vive medicalmente, vive miseramente.

Peccano coloro che si arrogano falsamente la sapienza di medico; infatti il falso crédito principalmente nell'arte medica, è crimine per chi ne spécula e porta la morte a coloro che, credendovi, vi si affidano.

Chi non è uomo dabbene può tuttavia essere medico.

E' conveniente un sonno più lungo a coloro che all'indomani eruttano i cibi ed i cui visceri si gonfiano per mancata concozione.

Coloro che sono sempre ammalati, vivono lungamente.

Coloro ai quali l'angina passa al polmone, o muoiono entro sette giorni, o accumulano pus nel polmone, a meno che il catarro non venga espettorato.

Coloro, che hanno cancri occulti, òperano meglio se non li curano; poichè, se li curano, periscono presto; se non li curano, durano più a lungo.

Soffrono di mente coloro che hanno motivo di stanchezza e non la séntono.

Coloro che hanno difficile il sonno, si voltano e rivoltano finchè per stanchezza trovano quiete.

Coloro che hanno il ventre gonfio d'acqua, più bevono e più sitiscono.

Coloro che hanno uno stomaco traditore, quando stanno per recarsi a lavori di

maggior lena, moderano col cibo la bile, che viene principalmente eccitata dalla stanchezza.

La vista inferma si riposa su certi colori; da altri è conturbata.

Ad alcuni i rimedii si devono indicare, ad altri inculcare.

Che cosa ti augurerò che sia degno del tuo ventre e della tua gola? Che tu possa mangiare un fungo eguale a quello che fu mangiato da Claudio.

Non è necessario ricordare quanti morbi e quanti dolori diffonda nelle membra il troppo bere ed il troppo mangiare.

Tutto ciò che solleva l'animo, giova anche al corpo.

Le nature calde ripòsino.

Quale medico cura gli ammalati passando?

Chi è fra i timidi che non éviti il contagio dell'ammalato, per timore che la vicinanza gli comunichi il male?

Chi nella Alpi si meraviglia se vede il gozzo?

Quando alcuno non ritiene gli alimenti, è spedito.

Chi vuole preservare o difendere i corpi umani da malattie, dolori e tristezza, non deve far altro che conservare con salutare premura e convenienti aiuti, specialmente dietétici, il moto circolare del sangue, col mantenere le escrezioni nella debita proporzione e moderazione.

Quanto più acuta è la malattia, tanto più parco deve essere il vitto; viceversa quanto più lunga è la malattia, tanto più largo vitto si deve concedere.

E' letale la malattia in cui il sonno produce stanchezza; se invece il sonno giova, non è letale.

Quanto meno facilmente uno sopporta l'inedia, tanto più spesso deve prender cibo e principalmente ne ha bisogno chi cresce.

Quanto più con rimedi il ventre si costringe alle escrezioni, ne consegue tanto maggiore difficoltà ad evacuare e tensione di ventre.

Nella cura degli ammalati m'impegno di difenderli da ogni danno ed ingiuria.

L'alimento che a stento si muta, difficilmente è consumato; quello che facilmente si somministra, facilmente si consuma.

Ciò che non ha riposo alternato, non è durevole.

La Medicina non sana ciò che ignora.

I medici promettono ciò che è proprio dei medici; i fabbri trattano le cose da fabbri.

L'AUREA VENA sana ciò che nient'altro sana.
*Iscrizione della fonte « VENA D'ORO »
presso Belluno, dettata da Paolo Mantegazza.*

Il pepe nero è un dissolvente pronto, purga la flemma ed aiuta la digestione.

Come può il medico sanare la ferita, che l'infermo non può lasciar vedere?

L'esperienza quotidiana ci prova che l'acutezza della mente si ottunde con la sazietà

del bere e che il troppo cibo indebolisce il vigore del cuore.

In qualunque malattia è meglio che le parti che stanno verso l'ombilico ed il basso ventre abbiano della grassezza; è male averle magre e scheletrite.

Non potendo le stesse cose essere utili a tutti, talora la temerità guarisce coloro che l'arte non risanò.

Allorquando la natura, vero medico della malattia, ne ha cominciato essa stessa l'assalto e senz'istruzione e senza maestro fa ciò che salutarmente deve farsi, allora bisogna assolutamente muover nulla, ma lasciarle tutta la libertà.

A parità di scienza, è più utile il medico amico che l'estraneo.

R

La radice della rapa è buona ed apporta tre beni a chi la mangia: chiarifica il vino, mollifica il ventre e fa bene flatulare.

Raramente si deve purgare in principio della malattia.

Le raucédini ed i raffreddori di testa nei de-
crépiti non si concuòciono.

Per troppo cibo ed ubbriachezza anche l'età
più che matura si riscalda; la ferocità
della gioventù si mitiga con la parsimonia delle pietanze e con l'acqua fresca.

Ha molta importanza la quantità di umido e
di caldo che ciascuno ha in sè: i suoi
costumi s'intoneranno all'elemento pre-
valente; la fervida natura dell'animo
farà gl'iracondi poichè il fuoco è attivo
e pertinace; il temperamento freddo fa-
rà i timidi perchè il freddo è pigro e
restringente.

Noi restauriamo le quotidiane rovine del cor-
po col mangiare e col bere.

Gli occhi s'abbagliano all'insolito Sole.

Rinfréscano quegli erbaggi, di cui si mangia-
no i crudi gambi, come la cicoria, l'in-
divia, la lattuga, ecc.

Le regioni male situate riguardo alle sta-
gioni dell'anno, génerano quelle malat-
tie, che hanno somiglianza con la sta-
gione.

La regola del prete comanda di tenere ciò co-
me legge: sono buone le uova càndide,
lunghe, fresche.

I rimedii sono egualmente pronti a giovare ed a nuocere, ma l'effetto risulta dall'azione del rimedio e dalla reazione che fa il corpo e dalla sua disposizione.

Rimedi estremi ed eroici sono: il ferro, il fuoco, quelli con oppio o con mercurio.

I rimedi giovano nei momenti di diminuzione del male, nè tentiamo gli occhi rigonfi per incitarne col moto la forza irrigidità, o le altre malattie mentre fèrvono: la quiete cura gli inizi delle infermità.

Meglio adoprerà i rimedi chi conosce ciò che nuoce.

I rimedi non giovano se non si férmanno sul male. *Perchè niente ha tanta virtù da sanare in passando.*

E' inutile cercar rimedio contro il fulmine.

Il rimedio che è efficace contro un male maggiore, è molto più efficace contro un male minore, *Purchè i mali siano dello stesso genere.*

Piuttosto che abbandonare nella disperazione un ammalato, si deve tentare qualun-

que rimedio anche con pericolo.

Rimedio di veleno è veleno.

Quest'acqua salutare giova ai reni, allo stomaco, alla milza, al fegato, a mille mali.
Iscrizione della fontana dell'«Acqua acetosa» di Roma.

Le malattie dei reni e della vescica difficilmente si curano nei vecchi.

Riempiamo di nutrimento il corpo, affinché non si esténui e venga meno; lo assottigliamo con l'astinenza, affinché rigonfio non ci opprима.

Le scorpacciate all'ultimo grado sono gravi.

Se la natura ricàlcitra, la medicina a nulla giova.

La quiete è necessaria all'uomo; allo stanco è grata.

La quiete ridona le forze e ristora le stanche membra.

Bisogna resistere alla vecchiaia e compensare con la diligenza i suoi difetti.

Nelle donne i brividi cominciano dai lombi, perchè queste parti sono più fredde e sentono maggiormente la lesione degli umori acri.

La natura rafforzata espelle più validamente la restante materia della malattia.

S

Spesso la solerte cura dei medici abbandonò qualche ammalato; eppure non gli venne meno la speranza, quantunque gli venisse mano il polso.

Spesso, quando fui ammalato, ò bevuto, quantunque di mala voglia, succhi amari e mi fu negato il cibo non ostante le mie preghiere. Per salvare il corpo l'assoggetti al ferro e al fuoco nè rinfrescherai con l'acqua le aride labbra; per star bene di animo ricuserai di tollerare alcunchè? Ma questa parte dell'uomo ha un prezzo ben maggiore del corpo.

Spesso le femmine, alle quali il sangue non esce per mestruazione, lo sputano.

Se gli ammalati gravi quando bruciano pel calore della febbre, bevono acqua fred-

da, sembrano dapprima riaversi, ma poi sono tormentati più gravemente e con maggior veemenza.

Spesso si ottiene maggior profitto protraendo e temporeggiando con rimedii leggeri, che forzando ed affrettando con più gravi.

Spesso la ferita imputridisce per la pietà del medico.

Spesso il succo amaro ridonò le forze alle persone stanche.

Il sale deve per primo porsi in tavola e per primo esserne levato; senza sale non si apparecchia bene una tavola.

La saliva è il fermento degli alimenti; la pròvvida natura lo produce in modo generosissimo e lo mischia ai cibi.

La stagione più salubre è la primavera; in secondo luogo viene l'inverno; più pericoloso è l'estate, l'autunno è di gran lunga pericolosissimo. *Per nostra norma Cornelio Celso viveva a Roma.*

Il flusso emorroidale è grandemente salutare, perchè libera il corpo dalla pletora e preserva perciò dalle malattie, che nascono da essa.

La salute del corpo è lo scopo principale della comestione; il sentirsi bene nelle debite occupazioni ne è il fine secondario.

La salute è la causa del mangiare e del bere, ma vi si accompagna come pedissequa pericolosa la giocondità, e il più delle volte tenta passar avanti per diventare essa la causa di ciò che io dico o voglio fare a scopo di salute; ne è medesima la misura di ambedue; infatti ciò che basta alla salute, è poco per la diletta-zione, e spesso diventa incerto se la ne-cessaria cura del corpo domanda an-cora aiuto, o se la voluttaria fallacia della cupidità esiga un ministero.

La salute è più giocanda dopo le prove della malattia.

A scopo di salute si può far ingiuria all'uomo.

La disperazione della salvezza precipita au-dacemente l'uomo a tentare qualunque cosa.

Se il muscolo è sano ed ìntegro, ma è lesò il cervello o il nervo di una parte, l'ani-ma può far nulla.

Le apoplezzie sanguìnee, che non sono altro che eruzioni di sangue nel mezzo del cervello, succedono verso gli equinozii

e specialmente in primavera; invece i vomiti e le urine sanguinee più in autunno che in primavera.

Il sangue muove il cuore ed il sangue è mosso dal cuore; in questo modo la causa produce l'effetto, il quale a sua volta di nuovo risuscita la causa. *Così si ha il moto perpetuo animale.*

Il sangue più denso e più caldo concorre a produrre il vigore, ma non a formare l'intelligenza; quello più sottile ha maggior forza di sentire e d'intendere.

Il sangue che fluisce dalle nari, toglie il male al capo dolente, tronca la febbre ardente e mitiga i dolori delle parti inferiori.

Il sangue è tanto peggiore quanto è più vicino alla parte ammalata, ed è tanto migliore quanto ne è più distante.

Il sangue splendido emesso dal ventre per evacuazione, è cattivo segno, specialmente se vi è qualche dolore.

Il sangue emesso di sopra, qualunque esso sia, è male; emesso inferiormente, se è nero, è bene.

I sani sono più ricchi degli ammalati.

I sani hanno tutto secondo natura; gl'infermi, in quanto infermi, hanno tutto fuor di natura.

La sanità consiste nell'ordinata concordia degli umori. *Questa concordia risulta dalla debita proporzione di essi.*

Si ha la sanità di corpo quando gli elementi, di cui siamo formati, vanno tra loro d'accordo.

E' sanità d'anima e di corpo bere sobriamente.

La sanità è un bene che si conosce quando si è perduto.

La sanità è fine della medicina.

La Medicina promette la sanità agli ammalati.

Sono segni di sanità del corpo: trovarsi bene il corpo stesso ed essere salvi ed integri tutti i circuiti degli umori e del sangue e tutte le escrezioni e secrezioni.

Si dice sano non solo ciò che ha la sanità, ma anche tutto ciò che la perfeziona, la conserva e la significa.

Bisogna che l'uomo sano abbia un vario genere di vita: ora starsene in villa, ora

in città e più spesso in campagna; navigare, cacciare, riposarsi talora; ma più frequentemente esercitarsi; poichè l'ignavia indebolisce il corpo, il lavoro lo rafforza.

E' sano di mente chi sa che cosa sia la pazzia.

L'uomo sano, che è padrone della sua volontà, deve obbligarsi a molte regole e non aver bisogno nè del medico, nè del servo untore.

La sapienza viene annebbiata dal vino.

Sono sapientissimi professori dell'arte loro coloro che stimano i proprii studii con verecondia e gli altrui con astuzia.

E' molto insipido ogni cibo che viene somministrato senza sale. *Il che vale anche per il cibo dello spirito.*

E' meglio curare la malattia agl'inizii che alla fine.

La scienza fa sapere; l'opinione fa ignorare. Il cataplasma di fico guarisce carcinoma, tumori e glàndole. Se vi aggiungi il pappavero, fa uscire le ossa infrante, crea pidocchi, eccita la libidine, ma a chiunque è d'impaccio.

Giace quasi più nessuna puérpera nel letto dorato; tanto giovano le arti e le me-

dicine dell'infame che rende sterili e serve ad uccidere gli uomini nel ventre; godi, infelice, e tu stesso porgi la pozione, qualunque essa sia.

Fuggi l'accidia, che è chiamata l'ignavia della vita; infatti, quando l'animo languisce, l'inerzia consuma il corpo.

Una volta apoplético, sempre apoplético.

Una volta all'anno cava sangue; una volta al mese fa il bagno; una volta al giorno prendi cibo.

Il seme proviene dal supérfluo dell'alimento.

Il seme mal conformato produce il parto mostruoso.

La forza del seme è tanto grande che, qualunque sia piccolissimo, pure se cade in una natura che lo concepisce e fomenta e trova materia, che lo possa nutrire e far crescere, tramuta e plasma ogni cosa nel suo genere.

Sempre le mense abbondanti generano la nausea.

E' sempre più conveniente dare alle nutrici quegli alimenti producono l'umore

latteo abbastanza sottile, scorrevole e dolce.

Sempre il sistema di cura, che non apporta salute, deve essere cambiato.

Il rider sempre è una malattia nè elegante, nè urbana.

La vecchiaia è un morbo insanabile.

La vecchiaia stessa è una malattia.

La vecchiaia è una lunga infermità.

Ogni genere di malattie assale il vecchio in fitta schiera.

I vecchi canuti raramente sono sani.

I vecchi sono intrattabili e quéruli, come gli ammalati, i convalescenti e quelli che o per stanchezza o per sangue detratto sono esausti di calore; nello stesso stato si trovano i rabbiosi per sete e fame e coloro il cui corpo è esangue, denutrito e decrescente.

I vecchi sono freddi non in quanto all'atto della generazione, ma in quanto alla

generazione della prole, e perciò il matrimonio non si scioglie perchè possono unirsi carnalmente.

E' vecchio o di corpo infermo colui che, quando vuole camminare, corre.

Ai vecchi quasi non viene febbre, perchè hanno poco calore.

Il dolore si esténua adagio ed insensibilmente.

E' un aiuto eccellente per difendere la salute il variare spesso la vita quotidiana cambiando insensibilmente le abitudini.

Le cose sensibili troppo forti corrompono il senso.

Il senso quando è impressionato da un troppo forte sensibile, si corrompe in modo che poi non può conoscere i sensibili minori.

Eccitano i sensi la népeta, il timo, la santoreggia, l'issopo e principalmente il puleggio, la ruta e la cipolla.

Il senso non s'inganna mai nei sensibili proprii.

I sensi, interpreti e nunzii delle cose, sono stati fatti e collocati nel capo, come in una fortezza adatta meravigliosamente per gli usi necessari.

I sensi sono quasi finestre dell'animo; ma per mezzo di essi la mente non può sentire alcunchè, se essa stessa non faccia ciò e sia presente. *Non è il senso che sente, ma la mente per mezzo del senso, come non è lo scalpello che scolpisce, ma lo scultore per mezzo dello scalpello.*

Il senso ignora che cosa sia utile, che cosa inutile; non può sentenziare se non ha presente la cosa stessa.

I sensi ricevono soltanto; l'immaginazione e la memoria ritengono.

I sensi sono satelliti e nunzii dell'uomo.

I sensi, a guisa delle corde negli strumenti musicali, nascono dal cervello ed attraverso le parti del corpo si spingono al proprio ufficio.

I sensi sono quasi strade aperte che vanno dalla sede dell'animo agli occhi, alle orecchie, alle nari.

Il serpente produce il veleno, ha morsi nocivi, ferisce la carne, ma nello stesso suo veleno ritroverai l'antidoto, se lo cerchi.

Si abbrucia la carne del serpente e con la polvere che ne risulta si confeziona la teriaca, con la quale si fu soliti annullare la forza del veleno.

Nuociono i veleni dei serpenti che erompono dalla tana; sono innocui i loro denti quando il morso frequente ne ha esaurito il veleno.

Il serpillio fu chiamato così perchè serpeggia.

Bada alla tua salute.

Dormire sei ore è sufficiente al giovane ed al vecchio; sette ne concediamo al pigro; a nessun otto.

Se ben ricordo, cinque sono i motivi di bere: l'arrivo dell'ospite, la sete presente e futura, la bontà del vino e qualunque altra causa.

Sarai sobrio, se berrai il vino moderatamente.

Se duole il capo, tutte le membra dolgono.

Se soffri il flusso, ne morirai, se non eviti queste cose: il concùbito, il troppo bere, il moto con tempo freddo.

Se vuoi conservarti sano, lava spesso le mani.

Se gli uomini usassero esercizio e lavoro, po-

trebbero far a meno di molti medici e medicamenti.

Se non vorrai correre sano, correrai idròpico.

Il medico ha fatto tutto il suo dovere, se ha fatto tutto per sanare. *Purchè abbia fatto anche tutto il suo dovere di studiare con impegno e di tenersi in esercizio in teoria ed in pratica.*

Se aspetti l'opera del medico, bisogna che tu gli scopra la malattia.

Se un membro soffre, tutte soffrono.

Se un medico di poche parole conosco bene teoria e pratica, questi un giorno sarà miglior di chi senza pratica avrà imparato a chiacchierar bene.

Se mangi un uovo, sia molle e fresco.

Se desideri divenir vecchio tardi, bisogna che tu ti serva della moderazione come di medico, o con moderazione del medico.

Se ti mancano medici, ti servano da medici queste tre cose: animo lieto, riposo e moderata dieta.

Se il bere della sera ti ha nuociuto, al mattino bevi di nuovo e sarà medicina.

Se gli uomini sono sani, l'arte tua, o Febo,
val nulla.

Se talora si beve troppo vino rosso, il venire
si stringe, e la voce si fa rauca.

Se vuoi essere salvo e sano, scaccia le gravi
cure, stima empia cosa adirarti; poco
vino, cena breve; non ti rincresca al-
zarti dopo il cibo, fuggi il sonno meri-
diano, non ritener l'orina, nè compri-
mere fortemente l'ano; se osserverai
bene queste cose, vivrai lungamente.

Sorbisci il vino in modo da non esserne assor-
bito.

Devi digiunare in modo che il tuo cuore non
pàlpiti e la tua respirazione non di-
venti difficile.

Cura così i denti: prendi grani di porro, bru-
ciali con giusquiamo e per mezzo d'im-
buto aspirane il fumo.

La natura, di noi amantissima, ha disposto
che il dolore sia o tollerabile o breve.

Tutte le cose che si nutrono e crescono, con-
tengono in sè la forza del calore, senza

la quale non potrebbero esser nutrite,
nè crescere.

Dio ha disposto che tutte le cose siano difficili per gli astemi, nè altrimenti che col vino se ne vanno i fastidi; chi dopo aver ben bevuto se la prende con la milizia o con la povertà?

Non si deve imputare al medico il caso di morte; ma si deve imputargli ciò che per imperizia ha commesso di male, *o ha omesso di bene.*

Simili con simili si curano. *Malattie calde con caldo, fredde con freddo.*

Dopo ogni uovo un bicchier di nuovo.

Il singulto ed il vomito degli infanti hanno origine dallo stomaco e dalla materia indigesta ivi accumulata.

Il singhiozzo è troncato dallo sternuto.

Sia breve o nullo il tuo sonno meridiano.

Bevi con moderazione.

Sia vecchio il medico, giovane il barbiere.

Sia moderato il cibo, nè mai il ventre ripieno.

Causa della sete è la mancanza di umidità non nel sangue, ma nelle fauci e nell'esòfago.

L'acqua è sobria.

Si esige la sobrietà più nei giovani e nelle donne, perchè in essi vi è maggior propensione alla concupiscenza.

Sobrietà di mente, medicina di corpo.

La sobrietà riguarda specialmente la bevanda, non qualunque, ma quella che per la sua fumosità è atta a conturbare il capo, come il vino e quanto può inebriare.

Sobrio si dice chi serba la *bria* ossia la misura. *Il sobrio è come il cavallo imbriagliato.*

Il sobrio non salta.

Il bere sobrio è sanità dell'anima e del corpo.

Unici e genuini fondamenti della verità e della certezza sono: l'esperienza e la ragione.

Il vomito è il sollievo dello stomaco rigurgitante.

Sollievo di un grande dolore è che cesserai di sentirlo, se l'avrai sentito troppo.

Col sole e col sale. *Iscrizione di colonia marina.*

Il cibo, quando si prende, suole render taciuti, la bevanda loquaci.

Un goccio di vino puro fa ritornare il polso.

Con esercizi si aumenta la solidità e la forza.

E' solidissima quella parte del corpo, che è stata agitata da frequente esercizio.

Il calore del Sole nutre i corpi e comprime gli umori eccessivi.

Il fuoco vitale e salutare del Sole conserva tutte le cose, le nutre, le fa crescere, le conserva e dà loro il senso.

Solo l'amore non ha chi lo risani.

E' solo l'esercizio che fa gli artisti.

O sonno, quiete delle cose, o il più placido degli Dei, o pace dello spirito, tu scacci i fastidii, tu carezzi le membra rotte dai duri lavori e le rifai per le nuove fatiche.

L'influsso più languido del fluido nérveo sulle parti, che sono domicilio dei sensi, costituisce la causa del sonno.

E' il lavoro che procaccia il sonno.

Segni di sonno sufficiente sono: corpo agile, mente àlacre e nessuna ulteriore propensione al medesimo.

La pioggia concilia il sonno.

Il silenzio apporta il sonno.

Il sonno sarà morte, se lo continuerai giorno e notte.

Utilissimo è il sonno dopo il bagno; poichè niente vi è che egualmente concuocia ciò che può essere concotto e più eli-

mini per mezzo dell'alito i succhi maligni, che il sonno dopo il bagno.

Il dolce sonno non schiva le umili case dei campagnuoli, nè l'ombrata riva, nè la valle di Tempe agitata dai Zéfiri.

Il sonno meridiano non solo ad alcuni non è pernicioso, ma grandemente necessario.

Il primo ed ultimo sonno notturno deve farsi sul destro lato del corpo; il medio sul sinistro; in tutti col capo sempre elevato.

Il sonno è necessario alla nutrizione.

Sonno di sanità nell'uomo parco.

Il sonno vien meno davanti alle case angustiate.

Il sonno temperato conserva la salute non solo del corpo ma anche quella dell'animo.

Sonno e veglia, se eccedono la misura, sono ambedue dannosi.

Il sopore troppo profondo è da riprovarsi.

Il papavero è soporifero.

Le sorbe fanno gonfiar troppo i molli ventri.
*Perchè contengono molto acido màlico,
specialmente se immature.*

Talora la speranza delude e muore l'individuo, di cui il medico fu dapprima sicuro.

La speranza, una volta sposata, è dura a morire; è una Dea fallace, ma utile.

La speranza è l'ultima Dea.

Solo la speranza non abbandona l'uomo neanche nella morte.

La speranza della vita ritorna col Sole.

Il vino bevuto moltiplica il vigore. *Ma per poco.*

Lo spirito è pronto, ma la carne è inferma.

La melanconia asciuga le ossa.

Il vigore migliore esce per mezzo della flebotomia.

E' la milza che fa ridere.

La birra, che spumeggia troppo, non è grassa.

Dopo che hai mangiato, sia in piedi o cammina.

Non può stare in piedi lungamente chi talora non si riposa.

E' fissata per ognuno la propria giornata.
Quella del trapasso.

Otri di sterco. *Così Arnobio chiamava i corpi umani.*

Sterco ed orina sono i primi pranzi dei medici. *Complimento dei giureconsulti. Ma i medici lo restituivano così: Per noi sono segnali; per voi sono i più bei pranzi. Com'era basso il morale!*

Lo sternuto proviene dal capo per riscaldamento del cérebro o per troppa umidità nel vuoto del capo; l'aria ivi contenuta ne esce con strepito perchè passa per un angusto meato.

Lo sternuto, che per natura è una specie di convulsione, se eccede la misura, può facilmente degenerare in vera convulsione.

Sono contrarie allo stomaco tutte le cose tiepide, salate, brodose, troppo dolci, pin-

gui, il brodetto, il pane fermentato, il pane di miglio o di orzo; le radici degli erbaggi, ecc. *Intendiamoci: allo stomaco ammalato: altrimenti bisognerebbe deciderci a morire di fame.*

Sono indicatissimi per lo stomaco tutti i cibi austeri, anche quelli che sono acidi e quelli un pò salati; parimenti il pane senza lievito, ecc.

Il cibo dolce nuoce.

Sono segni di stomaco ammalato: il pallore, la magrezza, i dolori viscerali, la nausea ed il vòmito involontario, il dolor di capo in chi digiuna; chi non ha questi difetti, è di stomaco sano.

Lo stomaco è, come dicono i medici, quasi il teste ed il confidente dei segreti del capo, ed il consorte della compassione; ed al capo trasfonde quanto gli càpita di salubre e di avverso.

Lo stomaco, che è rovinato della malattia e che accumula bile, corrompe tutti i cibi che riceve e trasforma ogni alimento in causa di dolore.

I sudori freddi, che si manifestano nella febbre acuta, significano morte; in febbre più mite indicano lunghezza della malattia.

Bisogna custodire sommamente l'occhio, perchè è la porta del cuore.

La medicina, presa come cibo, rovina la salute; invece il cibo, preso come medicina, giova.

Non badare a spese in tutte le cose che riguardano la salute; penso che anche al medico si deve dare qualche cosa *in più della mercede*, affinchè sia più premuroso.

Sono buoni bocconi: la gallina, il cappone, la tortora, lo storno, la colomba, la quaglia, il merlo, il fagiano, l'ortigòmetra, la pernice, il fringuello, l'òrice, il tremolo, l'amarello.

Vi sono eunuchi, che tali sono nati; vi sono eunuchi che sono stati resi tali dagli uomini e vi sono eunuchi, che si sono castrati per il regno dei cieli. *Origéne ha preso alla lettera queste ultime parole, e si è castrato.*

I vini candidi sono nutritivi e più dolci.

Sono molto nutritive le carni di vitello.

Vi sono individui, pei quali il vino è alimento; ve ne sono altri, pei quali non lo è.

Il vino è cosa superflua e non necessaria agli uomini.

L'uso supérfluo del vino è incentivo alla voluttà venérea.

La sordità è malattia una e millécuple.

L'ammalato, che si alza, ricade in peggio.

Alzarsi di buon mattino e passeggiare a sera, fanno l'uomo sano ed ilare.

Insensibilmente la tua pelle diventa gialla.

Accogliete gl'infermi. *Anche quelli d'animo; sono questi i più e veri infermi.*

Ottima misura del vitto è quella che sostiene le forze; ma bisogna andare anche all'abitudine, poichè le cose a cui si è da

lungo tempo abituati, anche se peggiori, sogliono essere meno dannose di quelle migliori, a cui non si è fatto l'abito.

Sopporta ed astieni. *Molto della scuola stoica e vuol dire: Sopporta i mali fisici ed astieni da tutti quei piaceri, che possono indebolire la forza del tuo animo.*

La carne dei maiali domestici nutre più robustamente che quella di tutti gli altri cibi, perchè ha in sè molto lentore, sia per la loro vita oziosa, sia per la molta umidità di questo cibo.

T

Il tabacco è il clistere del naso. *Così lo chiamavano i farmacisti.*

Il tabacco, erba panacéa, ammirabile e affatto divina.

Il tabacco, l'erba della Regina. *Così la si chiamava in Francia, onore di Caterina de' Medici, che la fiutava.*

Il tabacco, l'erba santa. *Così era chiamata in Italia.*

La tabe si sviluppa principalmente nell'età che va dai 18 ai 31 anni.

Il tatto è detto il più materiale tra gli altri sensi, perchè ha con sè maggiore mutazione materiale.

Tanto più si loda il medico, quanto più si disperava dell'infermo.

Tanto si può scostarsi dal vitto tenue, quanto il morbo avrà perduto di virulenza.

Bisogna prendere tanto cibo e bevanda quanto serve a ristorare le forze, non ad opprimerle.

La tarda podagra. *Così è detta perchè rende tardo chi ne soffre.*

La tarda vecchiaia stampa le rughe ed imbianca le chiome.

Adagio, ma sicuramente.

La Medicina si può chiamare l'arte del tempo: dato a tempo, il vino giova; fuor di tempo nuoce; anche le passioni tu irriti ed infiammi resistendo loro, se non le assalti a tempo giusto.

Il tempo di lavarsi col bagno è stabilito da mezzogiorno a sera.

La terzana di primo grado si giudica, alla più lunga, a sette circùiti; od al massimo, a nove.

E' tollerabile la sofferenza del morbo, se disprezzerai ciò che il suo colmo minaccia.

Togli le malattie, toglie le ferite e la medicina non ha più ragione di essere.

Togli le cose superflue, affinchè vigoréggino le salubri.

La medicina non sa togliere la nodosa podagra.

La malattia si toglie con l'arte.

Le còliche, nate dall'atra bile, sono mortifere.

Non si deplorerebbero tante morti di bambini, se spesso non le causassero gli stessi medici col nuocere.

Tutto il nostro corpo è perspirabile. *Oltre ad essere traspirabile.*

Tutto l'uomo fin dalla nascita è una malattia continua.

I miei tre tumori e carcinòma. *Così Augusto chiamava la figlia Giulia e nipoti Giulia junior ed Agrippina.*

A pranzo si richiedono tre cose: appetito, le-
tizia e grata compagnia.

Tre mali provengono dalla varietà dei cibi;
si mangia troppo, si concuoce meno e
meno si perspira. *La perspirazione è l'e-
screzione quasi votatile, che si compie
continuamente dall'epidérmine.*

La triste sostanza della còllera nera rende
cattivi, melanconici e di poche parole;
végliano a studiare e poco sonno si con-
cédono; sono di volontà calda, ma pa-
ventano tutto e tutti; sono invidiosi e
tristi, di destra tenace, non privi di
frode, timidi e di color térreo. *Il cosi-
detto tipo melanconico.*

Non mangiare se ti consta che lo stomaco non
s'è svuotato del cibo preso prima; se-
gno certo: appetito e saliva sottile.

La turba dei medici ha rovinato Cesare. *Così
diceva di sè stesso l'imperatore Adriano.*

La tosse ansimante.

U

Dove si sente il dolore, là corre il dito.

Dove è lo stimolo, là vi è il flusso.

Le ulcere d'òlgono anche a leggero contatto ed anche al sospetto del contatto.

Il flemmone, quantunque tùmido, porta refrigerio allo spasimo, quando aperto svapora.

La dissenteria che dura un giorno ed anche più giorni, spesso è causa di salute, purchè non vi sia febbre e cessi entro i sette giorni.

Una noce giova, due nuòciono, tre sono mortali. *Questa è troppo grossa.*

Quando sta male un membro, tutto il corpo quasi languisce ed alla sede della malattia confluiscono, come per aiuto, le forze e gli umori.

Uno solo è il sollievo dei grandi mali: sopportarli e rassegnarsi alla loro inevitabilità.

L'urina copiosa, emessa di notte, significa poca evacuazione del ventre.

L'urina è segnale di malattia lunga se ora è liquida e pura, ora ha qualche sedimen-

to; se leggere e bianche o rosse sono le materie sedimentarie, se presenta macchie o bollicine.

L'urina, che presenta sedimento bianco, significa dolore o tumore.

Sono diurétiche tutte le erbe di buon odore che nascono nell'orto, come il sédano, la ruta, l'aneto, l'ocimo, la menta, l'issopo, l'ànice, il coriàndolo, il nasturzio, l'eruca, il finocchio, l'aspàrago, ecc.

L'ortica concilia il sonno degli ammalati, toglie il vòmito, calma la tosse inveterata e cura le còliche; scaccia il freddo del polmone, il gonfiore del ventre, e reca sollievo a tutte le malattie articolari.

Che cosa vi può essere di più invisio dell'ortica? Eppure, oltre l'olio, che se ne trae in Egitto, contiene molti rimedii.

L'esercizio fa l'arte e la mammella fa il magistero della Medicina.

L'esercizio presto piega la natura.

L'esercizio e l'esperienza d'ominano nelle arti.

L'esercizio fa gli artisti.

L'esercizio è il miglior maestro.

Come l'Agricoltura promette alimenti ai corpi sani, così la Medicina promette la sanità agli ammalati.

Come nei corpi, così nello Stato è gravissima la malattia, che si diffonde dal capo.
Vedi Russia.

Come i medici recidono le membra incancrenite, così si devono amputare i disonesti e i danneggiatori, anche se uniti a noi per sangue.

Come la Medicina è l'arte della salute, così la prudenza è l'arte del vivere.

Affinchè non t'ammali, non bere mai fra due pasti.

Fa cena breve, se vuoi esser leggero di notte.

Mangia come ti piace; vesti come piace agli altri.

Per star sano, sopporta molte cose spiacenti.

Come vénere snerva le forze, così il troppo vino rende pericoloso l'andare e debilita i piedi.

Incomincia la cena col bere, se non vuoi sentirne pena.

E' utilissimo alle lunghe malattie il cambiamento di clima.

V

Il ventre vuoto trae flemmi grassi.

Coloro che stanno bene rettamente provvedono agli ammalati.

Vale più la salute che la libidine.

Mantengono la salute queste due cose: nutrirsi meno della sazieta' ed esser sempre pronto al lavoro.

La salute si conserva con la cognizione del proprio corpo, con l'osservazione di ciò che suole giovare o nuocere, con la temperanza nel vitto, col vestire il corpo in modo da difenderlo dal caldo e dal freddo, col non darsi alle volutta' e finalmente con l'arte di coloro, la cui scienza si occupa di queste cose.

L'apoplessia forte non si sana in alcun modo; la leggera non facilmente.

Gli affetti veementi dell'animo tengono il primo e principale posto fra le cause, che

apportano malattie e distruggono la sanità.

Il moto troppo veemente precipita gli alimenti dal ventricolo più presto del conveniente, e ciò impedisce la loro debita soluzione.

Il polso delle vene è nunzio di infermità o di sanità.

Iddio ha fatto le vene tubolari e commeabili.
Tali da dare andata e ritorno al sangue.

L'inedia svuota le vene, la sazietà lo ostruisce.

Spesso eccitano le vene il Sole, il bagno e qualunque affetto dell'animo; cosicchè, appena il medico arriva, la preoccupazione dell'ammalato che dubita in qual modo sarà giudicato, le àgita.

I veleni agiscono con la somma sottigliezza delle loro parti, e per mezzo di essa si insinuano profondamente nelle parti nervose e vi producono moti perniciosissimi.

I veleni, comunicati al corpo, recano violenza alla mente e le tolgono l'uso della sana ragione.

La classe dei veleni si estende più di quanto volgarmente si pensa; vi sono infatti cose morbifere che hanno culla ed origine nel corpo umano; altre provengono dall'esterno, ma si moltiplicano in modo meraviglioso nel corpo umano tanto da comunicare ad altri la malattia fatale.

Talora il veleno fu rimedio, ma non per questo si annunera fra le cose salutari.

Il veleno non è assolutamente male, ma solo per colui a cui è nocivo; onde ciò che è veleno per uno, è cibo per un altro.

Il veleno, che gli animali comunicano con percossa o morso, deve la sua origine e la sua natura specialmente e primamente a passione assai veemente, quale è l'ira, e questa, non qualunque, ma estrema, e continuata, la quale degenera poi in morbo, rabbia od insania.

Veleno scaccia veleno.

Il piacere venereo è il più cercato dall'appetito sensitivo, sia per le veemenza di questa dilettazione, sia anche per la

connaturalizza di questo genere di concupiscenza.

L'uso degli atti venerei è grandemente necessario a quel bene comune, che è la conservazione della specie umana, e perciò principalmente in questa materia bisogna osservare l'ordine della ragione; sarà quindi vizioso sconfinerà da tale ordine.

E' dannosa la voluttà venérea.

Nessun uso venéreo è salutare. *Uso, non atto.*
L'uso è la continuazione di atti.

Andate incontro alla malattia che s'avanza.
Prevenire.

Noi crediamo molto alle vene, cose fallacissime, perchè spesso queste sono più leggere o più céleri per l'età, per il sesso, per la natura dei corpi e molte volte per stomaco infermo in corpo discretamente sano; talora, all'inizio della febbre, s'accélerano e si calmano, cosicchè può sembrare debole colui, al quale sovrasta un'accessione, che facilmente sopporterà.

Arriva con tardo piede la curva vecchiaia.

Il ventre è l'officina chilopoiética delle colture.

Il ventre non ha orecchie. *La fame non ascolta ragioni.*

Il ventre e le parti genitali sono tra loro vicine; questa prossimità spiega l'alleanza di certi vizi.

Ventre pingue non genera mente acute.

Il ventre non ascolta precetti; domanda, chiama; non è però un creditore esoso; con poco lo si taccia, purchè tu gli dia ciò che devi, non ciò che puoi.

Se alcuno vorrà far violenza al ventre, susciterà grave malattia.

D'inverno e in primavera i ventri sono caldissimi e i sonni lunghissimi; perciò in tali stagioni bisogna prendere alimenti più copiosi; poichè allora il calore innato è moltissimo e quindi esige maggior nutrizione.

Dichiaro guerra al ventre. *Col digiuno.*

Il ventre compie un ministero tutt'altro che da ozioso, nè più si nutre di quanto nutra. *Apologo di Menenio Agrippa.*

Flatulerai spesso, se ti metti a rape.

Venere snerva.

Venere sminuisce le forze.

Venere con vino è fuoco su fuoco.

Venere lavora notti amare.

Vénere può spezzare le grandi forze degli eroi.

Vénere sostituisce e rinnova il genere umano.

Spesso la primavera si risolve in inverno.

L'elléboro è veleno per gli uomini; forse che per questo non doveva nascere? *Anticamente serviva come drastico, cardiotónico e nella cura della pazzia.*

E' incredibile quanto danno apporti il troppo poco bere principalmente agli addetti all'ozio ed alla vita sedentaria; fra questi le donne tengono il primo posto. *Forse le donne ricche.*

In primavera si deve mangiar meno e bere di più.

In primavera il calore ritorna nelle ossa.

In primavera si devono usare cibi più molli ed in minor quantità che nell'inverno

ed ai cibi arrostiti devono sostituirsi quelli a lessò; il vino deve bersi più copioso, ma più diluito.

I vermi frequentemente ascendono alla bocca del ventricolo ed éccitano affezioni cardiache e tali deliqui che alcuni ne muoiono repentinamente; la morte improvvisa degl'infanti proviene da ventricolo rosicchiato.

Le vertigini sono prossime ai morbi comiziali ed alle apoplessie, cosicchè precedono l'epilessia e l'apoplessia.

La vera robustezza e l'aumento da nient'altro provengono che dall'essere l'alimento bene temperato e dal contenere nulla di intemperato e di forte.

Gli antichi medici prescrivevano il vomito dei cibi ogni mese; alcuni una volta al mese, altri due volte. *Si laureavano all'Università dei gatti.*

La quantità del vitto da dare all'ammalato non si deve determinare a peso ed a misura, ma secondo i poteri, di cui ciascun cibo è dotato.

Il vitto, quanto più s'avvicina alla semplicità ed alla giusta temperie, tanto più giova a conservare la salute dei vecchi.

La giusta dieta è parte della cura, anzi principalissima.

Il regime dietetico ùmido è indicato per tutti i febricitanti, per i fanciulli e per quanti vi sono abituati.

Spesso si possono vedere le barbute capre ingrassarsi con la cicuta, che all'uomo è terribile veleno. *Il prezzemolo è veleno al pappagallo; la foglia d'oleandro all'oca.*

Gli schiavi ed i liberi non differiscono affatto quando sono ammalati, ma tu vedi i medici trattare i liberi più delicatamente e con più clemenza.

La veglia è la libertà dei sensi.

La veglia dell'avarizia consumerà le carni ed i suoi pensieri toglieranno il sonno.

La troppa veglia rende indigeribili e non assimilabili le bevande ed i cibi.

E' vile il corpo di coloro che mirano ad una grande gloria.

Berrai il vile Sabino nei piccoli boccali.

Un pranzo da povero non fa ballare.
Oggi si mangiano uova vili e nere olive.

L'acqua, la più vile di tutte le cose. *Dove ce
n'è in abbondanza.*

Convieni che la villa sia edificata nè vicino
a paludi, nè dirimpetto ad un fiume.

I vini acquosi aumentano le forze degli or-
gani e facilitano l'evacuazione.

Gli uomini bevano i vini; gli animali le fonti;
lungi l'acqua da umano petto.

I vini accendono gli spiriti ed al primo assalto
vòlano le coppe, i fragili bicchieri ed i
curvi bacini, oggetti una volta da men-
sa, ora adatti alla guerra ed alle stragi.
Battaglia dei Lapiti coi Centauri.

I vini esilarano gli animi e scacciano i fastidii.

I vini lavorano gli animi e li dispongono a ri-
scaldarsi; gli affanni fuggono scacciati
dal molto vino; si fanno avanti le risa,
il povero mette fuori le corna; il do-
lore, il fastidio, la ruga della fronte se
ne va e, mentre il Dio Bacco scaccia
quanto vi è di artificioso, apre le menti
la semplicità, così rara ai giorni nostri.

I vini preparano gli animi a vénere a meno che tu non ne tracanni moltissimo ed il cuore s'istupidisca per troppo vino; il fuoco è nutrito ed estinto dal vento; aura leggera nutre la fiamma, forte la spegne.

I vini si controllano all'odore, al sapore, alla limpidezza; se desideri vini buoni, bada che siano: forti, formosi, fragranti, frizzanti, freschi. *Il vino deve avere cinque effe.*

I vini spégno la sete, l'alma vénere serve a creare infanti: oltrepassare questi confini è nocivo.

Gli amatori del vino sono più audaci a causa del calore di esso.

L'utilità del vino può essere eguagliata appena alla potenza degli Dei.

Il vino nutre le forze, il sangue ed il colore degli uomini.

Gli uomini, inebriati dal vino, amano la quiete, scacciano il timore della morte, non sentono le ingiurie, non cercano le cose altrui, dimenticano le proprie.

Poco vino aiuta i nervi; molto vino li lede.

Il vino, bevuto, ha il potere di scaldare i visceri; usato esternamente, refrigera.

Il vino raramente giova agli ammalati; molto spesso nuoce.

Usa talora il vino per richiamare le forze; talora tralascialo per non irritare ed esasperare la tosse.

Ai ragazzi vino alquanto diluito, ai vecchi vino piuttosto puro; nè uno nè l'altro all'età che muove le inflazioni.

Il vino dolce è meno inebriante, ma galleggia sullo stomaco; il vino austero più facilmente si digerisce.

Il vino scaccia gli affanni, sommuove l'animo dal profondo, e, come guarisce certe malattie, così anche la tristezza.

Il vino, bevuto in troppa quantità, produce stupore, epilessia e lesioni del moto e del senso.

Il vino accende l'ira, perchè aumenta il calore.

Il vino entra con grazia, ma alla fine morde
come serpente.

Il vino è il latte dei vecchi.

Il vino letifica il cuor dell'uomo.

Il vino letifica Dio e gli uomini. *Così parla la
vite.*

Il vino, che presto invecchia, è leggerissimo.

Il vino puro, bevuto, colpisce l'uomo d'una
specie di debolezza.

Il vino, che invecchiando diventa dolce, nu-
oce meno ai nervi.

Il vino misto inebria più presto.

Il troppo vino bevuto causa irritazione, ira e
molte rovine.

Il vino sia nè dolce, nè acre, nè amaro.

Il vino ha maltrattato anche il suo autore. *Noè.*

Il vino non è male, ma il suo abuso.

A Roma non si permetteva alle donne di bere vino.

Il vino si deve bere non per voluttà, ma per infermità; per rimedio, parcamente; per piacere, non eccessivamente.

Il vino non sempre riscalda l'animale.

Il vino è stato creato non solo per bevanda, poichè a ciò basterebbe l'acqua, ma affinchè tu ne sia letiziato e lavori placidamente.

Il vino, non temperato da un pò di acqua, aliena la mente.

Il vino porta sicurezza e giocondità in ogni mente e non lascia ricordare alcuna tristezza e debito.

Il vino rende onesti tutti i precordii.

Il vino è creatura di Dio; l'ebrietà è creatura del diavolo.

Il vino pingue e nero è meno utile allo stomaco, ma nutre di più i corpi.

Il vino è stato scoperto, dopo il diluvio, dal giusto a tentazione sua.

Il vino inganna chi lo beve.

Il vino oramai non si beve, ma si versa come in un grande pozzo; non si sorseggia; si tracanna.

Bere sempre vino o sempre acqua, non è gustoso; è dilettevole alternarli.

Il vino è l'ilarità della vecchiaia.

Il vino sia di mezza età, di colore giocondo e nel gusto non ricordi nè l'acqua nè alcuna forte qualità.

Il vino sia chiaro, vecchio, sottile, maturo, ben linfato, frizzante e bevuto con moderazione.

Il dannoso piacere venéreo ruba le forze.

Potenza medica della natura. *Iscrizione dell'Istituto biotipologico di Genova.*

La vista rimane offesa dalle cose troppo fulgide e l'udito dai forti suoni.

La vista gode dell'acqua, si diletta di specchi simili, ed è ricreata dal verde.

La vista è, fra gli altri sensi, il più spirituale ed il più vicino alla ragione, in quanto mostra più differenze delle cose.

Vita breve, arte lunga, occasione fugace, esperienza pericolosa, giudizio difficile.

La sanità del cuore dà vita alle carni.

La vita è contenuta nel corpo e nello spirito.

La vita e la morte s'avvicinano; unite si separano; separate si uniscono; in questo lavoro si svolge l'arte eterna di Dio che tutto regge.

La vita umana è quasi come il ferro: se l'eserciti, si consuma; se non l'eserciti, è corroso dalla ruggine.

Il sonno ed una perspirazione più libera neutralizzano a meraviglia i difetti nati da cattiva digestione.

Con la vociferazione, con il parlare più intense, con la tosse ed il moto più spes-

dito del corpo si promuove la circolazione del sangue e perciò anche il calore e la trapirazione aumentano.
E' molto utile esercitare la voce dopo cena.

L'esercizio moderato della voce è sommente giovevole alla salute.

L'esercizio della voce deve essere praticato specialmente dai letterati e da coloro che soffrono di debolezza di stomaco.

Gli esercizi vocali si facciano a stomaco pieno.

La troppa intensità di voce, continuata senza alcuna pausa, è dannosa specialmente al capo, perchè vi spinge l'impeto del sangue. *Anche al capo di chi ascolta.*

Consensi e plausi al "MEDICUS" e all'opera di Don Carlo Cambiano

Un telegramma:
12 Settembre 1938

D. Cambiano

Medici Artisti adunati Sabaudia plaudono opera vostra che consacra tempio, ricordo perenne camerati scompasi.

Ramorino Piccinini - *Sabaudia*

25 Giugno 1938-XVI

Rev. Signore

... S. M. il Re e Imperatore ha molto gradito il gentile invio di « Medicus » affidandomi l'incarico di porgere a Lei l'espressione dei Suoi ringraziamenti migliori.

Il Ministro di R. Casa: Mattioli

S. Rossore

25 Giugno 1938-XVI

Cav. D. Cambiano

... mi è gradito, rendermi interprete presso la V. S. Rev. dei ringraziamenti del Duce per l'omaggio della pubblicazione « Medicus ».

Il prefetto di Varese: Mario Chiesa.

13 Maggio 1938-XVI

S. E. il card. Schuster le manda una larga Benedizione perchè le sia di conforto in mezzo alle mille spine che porta con sè l'erezione di una Chiesa.

Sac. Terraneo p. S. E. card. Schuster

Milano

9 Maggio 1938-XVI

... Mi compiaccio tanto tanto dello slancio di vita di Duno per l'erezione del Santuario della Madonna del Rosario... Benedizioni.

+ Mons. Alfonso Archi - Vescovo di *Cesena*

8 Settembre 1938-XVI

Il sen. Raffaele Bastianelli Commissario Ministeriale del Sindacato Nazionale Fascista dei Medici trasmette per mezzo del dr. Bobba i ringraziamenti per il telegramma inviatogli in occasione della consacrazione del Tempio che con squisito pensiero è dedicato a tutti i medici d'Italia.

23 Agosto 1938-XVI

Formulo per questa iniziativa i migliori auguri.
dr. P. Agostino Gemelli
 Rettore dell'Università Cattolica del S. Cuore
Milano

23 agosto 1938-XVI

... ringrazio dell'opuscolo « Medicus » assai apprezzato.

dr. Mario Baslini
Segret. Sind. Fasc. dei Medici della Prov. di *Milano*

1 Luglio 1938-XVI

Rev. Cav. Cambiano

La sua magnifica iniziativa non potrà mai essere abbastanza lodata. Tutti i medici d'Italia debbono esserle grati e lo saranno infatti quando la conosceranno.

12 Luglio 1938-XVI

Vi esprimo di nuovo i più vivi compiacimenti per la nobile Vostra iniziativa che ormai è una grande realizzazione.

Prof. Gr. Uff. Prassitele Piccinini
della R. Università di Milano
Presidente dell'A. M. C. A.

8 Settembre 1938

Sac. Cav. Cambiano

... accogliete i sentimenti di viva gratitudine e di piena comprensione di questo Sindacato per l'opera da voi compiuta...

Cav. Uff. dr. Felice Bobba
Segretario provinciale Sindacato Medici di *Varese*

2 giugno 1938

Caro e M. R. D. Cambiano

Mi permetta di chiamarla così... come un collega. Se io sono — infatti — medico del corpo Ella lo è delle anime. La sua idea nobilissima di erigere un Tempio votivo alla memoria dei Medici... merita il più largo appoggio.

25 luglio 1938... tanto io quanto i miei colleghi siamo ammirati della sua opera di Apostolo (con l'A maiuscola) e le auguriamo di condurla a termine trionfalmente. Certo è che le occorrono molti aiuti: il Tempio deve essere degno dell'idea nobilissima che l'ha ispirato

dr. Nando Bennati

Segretario dell'A. M. I. A. - *Milano*

6 Maggio 1938

... auguro nel modo più vivo che la sua nobile iniziativa abbia degno successo.

Prof. Franco d'Alessandro - *Bergamo*

8 Giugno 1938

... faccio voti di prospero coronamento dell'opera...

Prof. Valentino Carminati - *Milano*

10 Agosto 1938

... Il « dono » di Medicus mi è stato assai gradito ed ho scorso con interesse ed anche con diletto quelle pagine che mi sono sembrate scelte con assai fine criterio, con competenza storica e dottrinale e con larghezza di vedute, Nessun medico colto può spregiare queste auree voci del passato: se non sempre coincidono esattamente col pensiero medico attuale son sempre dense di significato ed ebbero nello sviluppo storico della nostra arte un valore che non è possibile negare. D'altra parte vi si impara anche che molte idee che si spacciano per modernissime e magari anche per futuriste hanno sovente dei precedenti più volte secolari.

dr. Ceroni Luigi

primario dell'Ospedale di *Como*

16-7-38

... Apprezzo altamente la bella patriottica iniziativa...

Cav. Giuseppe Agazzi - *Varese*

8 Giugno 1938

Plaudo alla nobile iniziativa...

dr. Antonio Ratti - *Milano*

2 Giugno 1938

Plaudo alla Sua nobile ed alta iniziativa; prego e faccio voti che il suo desiderio venga esaudito chè merita ogni lode.

dr. Bergonzi Carlo - *Legnano*

8 Settembre 1938

... plaudo alla geniale idea della costruzione del Tempio dedicato alla memoria dei Medici.

dr. Ettore Tentonico

S. Elia a Pianelli (Campobasso)

21 Luglio 1938

Sacpe quod datur exiguum est, quod sequitur ex eo magnum est. - (Seneca).

dr. Porzio Mario - *Milano*

DAI GIORNALI:

La « Civiltà Cattolica » Roma - 6 Agosto 1938-XVI.

... « Medicus » è il dono più che altro mai, opportuno ai medici perchè in semplice ordine alfabetico racchiude una collana sceltissima di sentenze e aforismi.

« Micia » - Marzo-Giugno 1938 - Milano.

« Il Convivio Letterario » - 15 Giugno 1938 - Milano.

... « Nobilissima » l'idea di questo Sacerdote, di questo « medico delle anime » che vuole affidare alla Vergine il ricordo perenne di tutti, i morti della nostra grande Famiglia.

dr. Nando Bennati

« Milizia Sanitaria » - 15 Agosto 1938 - Roma.

« Il Medico condotto » - 15 Agosto 1938 - Roma.

« Le forze Sanitarie » - 30 Agosto 1938 - Roma.

... l'idea di don Cambiano merita un vivissimo plauso e l'appoggio specialmente dei medici.

« L'Italie » - 31 Agosto - Roma.

Une noble initiative.

Les très Rev. D. Carlo Cambiano a mis en vente un livre très intéressant « Medicus » qui a rencontré la pleine faveur de tous les Médecins.

Finito di stampare coi
tipi della Tipografia Ar-
civescovile dell'Addolo-
rata in Varese, il 23 di-
cembre 1938 - X VII.