



Prof. FEDERIGO BOCCHETTI

# ET LUX IN TENEBRIS LUCET: SALERNUM

---

*(Estratto da "Le Forze Sanitarie", - N. 8 del 30 Aprile 1937-XV)*

---



Ms  
B  
55  
84



Prof. FEDERIGO BOCCHETTI

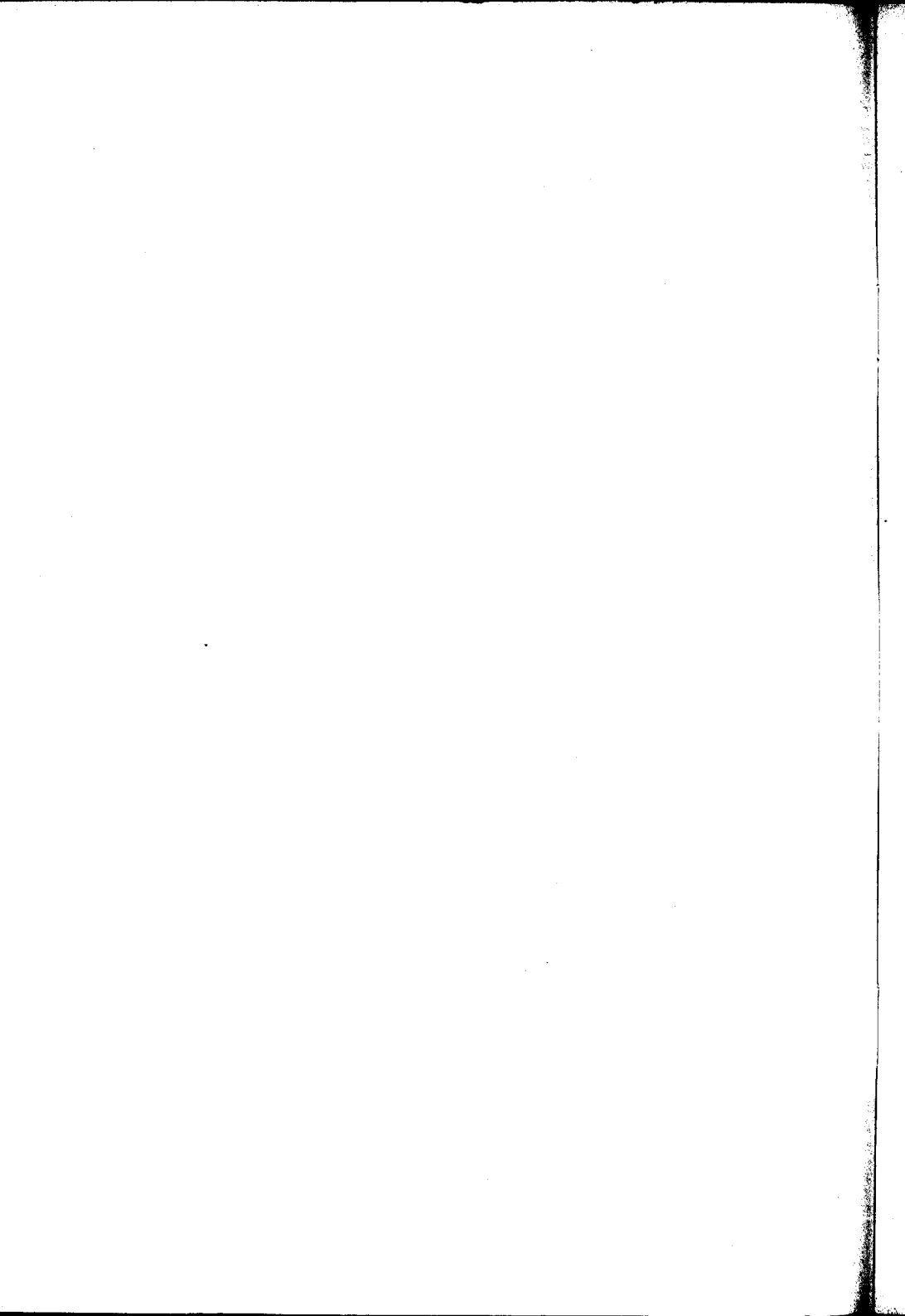
# ET LUX IN TENEBRIS LUCET: SALERNUM

---

(Estratto da "Le Forze Sanitarie", - N. 8 del 30 Aprile 1937-XV)

---





---

*La storia, un tempo ritenuta romanzata o leggendata, della Scuola salernitana, rappresenta una pagina veramente interessante della grande storia della cultura e dell'umano pensiero.*

*Tappa di civiltà, faro di luce, lotta contro l'umano dolore!*

*Le norme igieniche ricordate nei codici antichi quali "Hammurabi", in cui erano indicate le malattie dello schiavo che potevano far annullare qualsiasi contratto di lavoro, "Levitico", in cui sono enunziate le leggi contro la lebbra, "Deuteronomio", in cui si parla del riposo sabatico quale una necessità fisica ad intervalli determinati, erano scomparse nei millenni passati.*

*La Scuola greca in Alessandria era distrutta e sepolta.*

*La medicina ippocratica, emanazione della filosofia del tempo, che si era distaccata dalla concezione divina o demoniaca della medicina teurgica e si era approfondita nello studio delle cause etiologiche, era anch'essa dimenticata.*

*Le grandi conquiste della Medicina greca, e fra queste la pulizia delle città, i provvedimenti per l'acqua potabile, l'igiene alimentare, l'educazione fisica della gioventù quale fondamento di ogni legge politica e sociale secondo cui si tendeva a raggiungere nell'individuo e nella collettività la perfetta eutritmia del corpo e dello spirito, tutto era scomparso.*

*Le grandiose installazioni igieniche di terme, bagni, palestre, acquedotti, cimiteri, fondate da Tiberio, Caracalla, Cesare Augusto, Nerone, erano un mucchio di rovine.*

*Siamo nei torbidi tempi del Medio Evo. Gesù, il divino Nazzareno, aveva predicato ai popoli di tutto il mondo le grandi leggi morali su cui si fonda la chiesa cattolica tra cui: "Ama il prossimo tuo come te stesso", L'unico rimedio alle malattie era ritenuto la preghiera e l'olio santo; si crearono poi ospedali, si fondarono ordini monastici per l'assistenza agli infermi, ma il tutto era ispirato più che a norme igieniche a pura pietà religiosa.*

*Salerno fu uno dei punti di Europa, il solo forse in cui il Medio Evo non aveva esercitato il suo inesorato peso fatto di tenebre e di mistero.*

*Et lux in tenebris lucet: Salernum.*

*In questa magnifica città che risorge occhieggiante tutte le mattine dalle spume del mare Tirreno, s'erano dato convegno g'flussi dell'antica Magna Grecia, la sapienza ebraica, l'energia saracena e normanna: nostalgie di tempi passati, ansie di tempi nuovi e la Scuola nacque depositaria della più sacra antichità e del più vivo senso di avvenire.*

*A leggere questo gioiello, il "Regimen Sanitatis", scherzoso, sì, ma che è una vera opera di medicina popolare in rime quasi bislacche, un vero trattato di igiene elementare in cui si intravede un solido fondamento scientifico, si resta sorpresi come in epoca così antica, fra il 1000 e 1100, si sia potuto giungere, pur fra tante tenebre, a tanta chiarezza di idee nel campo dell'igiene!*

*"Si tibi deficiant medici, medici tibi fiant*

*Haec tria: mens laeta, requies, moderata diaeta ...*

*Se ti mancano i medici, ricordati che vi sono i sostituti: l'allegria, il riposo, e la dieta leggera: oppure, la gioia, la temperanza ed il riposo sbattono la porta in faccia al medico!*

*Si resta ancora più sorpresi quando si nota che molti sprazzi di luce del "Regimen Sanitatis", siano rimasti poi infecundi per tanti secoli, come ad esempio quello di pensare che la carne di anitra selvatica mangiata in palude desse la febbre quartana!*

*O fluvialis anas, quanta dulcedine manas*

*Febres quartanas non renovasset anas!*

*I medicamenti prescritti nel "Regimen", sono quasi tutti dei "Simplicia", cioè medicamenti composti di una sola sostanza la quale generalmente consiste di un'erba facile a ritrovare e di uso comune!*

*La fama di questo libro si diffuse nel 1200, per opera di Arnaldo di Villanova, misto di scienziato e ciarlatano; di edizioni se ne contano oltre mille e di traduzioni a decine, cioè tutte le lingue di Europa incluse l'irlandese, il boemo, l'ebreo, l'olandese, il polacco!*

*Libro caro ai nostri avi; caro a tutti i bibliofili raffinati e cultori della storia della medicina; caro soprattutto perchè diffuse norme igieniche naturalistiche, in epoche apocalittiche e misteriose; caro perchè fu la sola luce nelle tenebre prima che il sapere fiammegiasse e trovasse la sua sede nelle grandi università di Napoli, di Bologna, di Padova.*

*Et lux in tenebris lucet: Salernum.*

*Sorga a Salerno nuova, un tempio, un arco, un'ara, che ricordi ai posteri l'antichissima "Civitas Ippocratica", che ricordi l'universalità degli insegnamenti che non potevano essere se non romani e mediterranei.*

*Questa iniziativa ben s'inquadra nel romano pensiero del Duce che in questa nostra gloriosa rinascita, risolveva ovunque, su dalle pietre sacre, il ricordo ammonitore della nostra imperiale missione storica nel mondo!*

# INCIPIT REGIMEN SANITATIS SALERNITANUM

num excellentissimum pro conseruatione sanitatis totius humani generis perutilissimum: necnō a magistro Arnaldo de Villa noua Cathellano omnium medicorū uiuentiū gēma utiliter: ac sm omnium antiquorū medicorū doctrinam ueraciter expositū: nouiter correctum ac emendatum p̄ egregissimos ac medicinę artis peritissimos doctores Montispeffulani regentes. Anno. M. cccc. lxxx. predicto loco actu moram trahentes.

**A** Nglos regi scripsit schola rota salerni  
Si uis icolumē: si uis te reddere sanū  
Curas tolle graues irasci crede p̄phanū  
Parce mero cenato parū: nō sit tibi uanū  
Surgere post epulas: somnū fuge meridianum  
Non mictū retine: nec comprime fortiter ânū.  
Hæc bene si serues: tu longo tēpore uiues.

Uste libellus est editus a doctoribus Salernitensibus in quo inferiunt multa & diuersa p̄ conseruatione sanitatis humanę. Et editus est iste liber ad usum Regis Anglię. Et in textu lecto auctor posuit octo documenta

cumēta g̃fialia p̄ conseruatione sanitatis: de qbus postea sp̄aliter p̄ ordinē determinabit. Primū ergo documentū est q̄ hō sanus uolēs uiuere debet ab eo remouere graues curas. Nā curę exsiccant corpora ex quo tristificant spūs uitales: mō spūs tristes exsiccat ossa. Et sub isto documento etiā cōprehendi debēt tristitie q̄ similiter corpora exsiccat & in frigidat mādē & extenuationē inducūt: cor strigūt: & spūm obtenebrant: ingenium ebētāt: & rōnē impediūt: iudiciū obscurant: & memoriā obtundūt. Vex est aliq̄ pingues & carnosī sunt spūs adeo nobiles & callidos hñtes q̄ eis interdū bonū est tristari: ut spiritus calor ebetēt: & corpus aliq̄lter maccet. Secūdū documentū est nō irasci. Primo q̄ ira similiter corpora exsiccant: cū ipsa summe singula mēbra sup̄calefaciat. Nlma autē calefactio siccitatē inducit: teste Auic. i. doc. iii. c. i. Secūdo q̄ ira p̄p̄ feruorem cordis oēs aītus rōnis cōfundit. Aduertēdū itē est q̄ qdā frigidi sunt & malleciāt: qbus interdū irasci p̄dest in regimine sanitatis: ut in eis calor ex ciet. Tertiū est parce uti potu uini minima. n. repletio uini somnolētiā



UNA LEZIONE DI ARNALDO DI VILLANOVA  
NELLA SCUOLA DI SALERNO

# LA REGOLA SANITARIA SALERNITANA

DA "LA SCUOLA SALERNITANA,, OSSIA "PRECETTI PER CONSERVARE  
LA SALUTE,, POEMETTO DEL SECOLO XI RIDOTTO ALLA SUA VERA  
LEZIONE E RECATO IN VERSI ITALIANI DAL CAV. P. MAGENTA

## CAPO I

### DEI RIMEDI GENERALI

Questo scrisse al Re anglicano  
L'Ateneo salernitano:  
Se dai mali vuoi guardarti,  
Se vuoi sano ognor serbarti,  
Le rie cure da te scaccia,  
Di frenar l'ira procaccia:  
Sii nel ber, nel mangiar parco:  
Quando al cibo hai chiuso il varco  
Lascia il desco, e il corpo avviva:  
Del meriggio il sonno schiva:  
Mai non stringere a fatica  
L'intestin nè la vescica.  
Tutto ciò se ben mantieni  
Di vivrai lunghi e sereni.  
Se non hai medici appresso,  
Farai medici a te stesso  
Questi tre: mente ognor lieta,  
Dolce requie, e sobria dieta.

ANGLORUM Regi scripsit Schola tota Salerni:  
*Si vis incolumem, si vis te reddere sanum,  
Curas tolle graves, irasci crede profanum,  
Parce mero, coenato parum, non sit tibi vanum  
Surgere post epulas, somnum fuge meridianum,  
Non mictum retine, nec comprime fortiter anum:  
Haec bene si serves, tu longo tempore vives.  
Si tibi deficiant medici, medici tibi fiant  
Haec tria, mens laeta, requies, moderata diaeta.*

CAPO II  
DELL'ALLEVIAMENTO DEL CEREBRO

*Lumina mane manus surgens gelida lavet aqua,  
Hac illac modicum pergat, modicumque sua membra  
Extendat, crines pactat, dentes fricet. Ista  
Confortant cerebrum, confortant caetera membra.  
Lote, cale: sta, pranse, vel i; frigisce, minute.*



Al mattino in fresche stille  
Le man lava e le pupille;  
Indi un po' qua e là ti rendi,  
Ed i nervi alquanto stendi,  
Il tuo crin pettina e arriccias,  
Ed i tuoi denti stropiccia:  
Tutto ciò confortar sembra  
Sì lo spirto che le membra.  
Scalda il bagno, e dopo il desco  
Sta o passeggia, e temprà il fresco.

CAPO III  
DEL SONNO MERIDIANO

*Sit brevis aut nullus tibi somnus meridianus.  
Febris, pigrities, capitis dolor, atque catarrhus,  
Haec tibi proveniunt ex somno meridiano.*

Sempre il sonno ti prefiggi  
Nullo o breve nei meriggi:  
Perocchè da sonni tali  
Ne trarrai parecchi mali:  
La pituita molesta,  
Febbre, ignavia, e mal di testa.

CAPO IV  
DEL FLATO TRATTENUTO

*Quatuor ex vento veniunt in ventre retento,  
Spasmus, hydrops, colica, vertigo, quatuor ista.*

A ben quattro mali origine,  
Cioè a colica, vertigine,  
Timpanite, e spasmo acuto,  
Dar può il flato trattenuto.

CAPO V  
DELLA CENA

*Ex magna coena stomacho fit maxima poena.  
Ut sis nocte levis sit tibi coena brevis.*

Son le cene sontuose  
Allo stomaco dannose.  
Perchè il sonno ti sia lieve  
La tua cena esser vuol breve.



## CAPO VI.

## DELLA DISPOSIZIONE AL CIBO

Tu a mangiar non sii mai tratto,  
 Se non hai stomaco affatto  
 Vuoto e libero dei pasti  
 Donde innanzi lo aggravasti.  
 Di ciò avrai nell'appetito  
 Segno certo e non mentito:  
 Chè le fauci ognor discreta  
 Son misura della dieta.

*Tu nunquam comedas stomachum nisi noveris ante  
 Purgatum, vacuumque cibo quem sumpseris ante.  
 Ex desiderio poteris cognoscere certo:  
 Haec tua sunt signa, subtilis in ore diaeta.*

## CAPO VII.

## DEI CIBI DA EVITARSI DAGL'IPOCONDRIACI

Pesche, mele, pere, e latte,  
 Cacio, e carni, o di sal tratte,  
 O cervine, o leporine,  
 O caprine, ovver bovine,  
 Tutti questi cibi erronei  
 Son per gli egri malinconici.

*Persica, poma, pyra, lac, caseus, et caro salsa,  
 Et caro cervina, leporina, caprina, bovina,  
 Haec melancholica sunt, infirmis inimica.*

## CAPO VIII.

## DEI CIBI NUTRITIVI

L'uova fresche, ed i sugosi  
 Brodi, e i vini generosi,  
 Con focaccia schietta e pura  
 Giungon forze alla natura.

*Ova recentia, vina rubentia, pingua jura,  
 Cum simila pura, naturae sunt valitura.*

## CAPO IX.

## DEI CIBI NUTRITIVI ED INGRASSANTI

Nutre e ingrassa il grano eletto,  
 Latte e cacio giovinetto,  
 Il maiale, ed i granelli,  
 Le midolla, ed i cervelli,  
 L'uovo al guscio, il vino dolce,  
 Il piattin che alletta e molce,  
 Il buon fico mel stillante,  
 L'uva còlta poco innante.

*Nutrit et impinguat triticum, lac, caseus infans,  
 Testiculi, porcina caro, cerebella, medullae,  
 Dulcia vina, cibus gustu jucundior, ova  
 Sorbilia, maturae ficus, uvaeque recentes.*

## CAPO X

## DELLE QUALITA' DEL BUON VINO

Fan palese il vin sapore,  
 Limpidezza, odor, colore.  
 Se il buon vino conoscer brami,  
 Cinque cose ei ti richiami:  
 Sia formoso, sia fragrante,  
 Forte sia, fresco e frizzante.

*Vina probantur odore, sapore, nitore, colore.  
 Si bona vina cupis, haec quinque probantur in illis,  
 Fortia, formosa, fragrantia, frigida, frisca.*

## CAPO XI

## DEL VINO DOLCE E BIANCO

Più del grosso e colorato  
 Nutre il vin bianco e melato.

*Sunt nutritiva plus dulcia, candida, vina.*

CAPO XII  
DEL VINO ROSSO

*Si vinum rubens nimium quandoque bibatur  
Venter stipatur, vox limpida turbificatur.*

Il vin rosso, a chi sovente  
Lo bee troppo allegramente,  
Stringe il ventre, ed anche nuoce  
Al metallo della voce.

CAPO XIII  
CONTRAVVELENI

*Allia, nux, ruta, pyra, raphanus, et theriaca,  
Haec sunt antidotum contra mortale venenum.*

Contro ai tossici funesti  
Buoni antidoti son questi:  
Ruta, rafano, aglio, e vera  
Teriaca, e noci, e pera.

CAPO XIV  
DELL'ARIA

*Aer sit mundus, habitabilis ac luminosus.  
Nec sit infectus, nec olens foetore cloacae.*

L'aria sia lucida, schietta,  
Abitabile, nè infetta  
Degli effluvj di vicina  
Sempre fetida latrina.

CAPO XV  
DEL VINO ECCESSIVAMENTE BEVUTO



*Si tibi serotina noceat potatio vini  
Hœra matutina rebibas, et erit medicina.*

Se ti par, che il vin bevuto  
Alla sera ti ha nociuto,  
Troverai che medicina  
E' il riberne alla mattina.

CAPO XVI  
DEL MIGLIOR VINO

*Gignit et humores melius vinum meliores.  
Si fuerit nigrum, corpus reddet tibi pigrum.  
Vinum sit clarumque vetus, subtile, maturum,  
Ac bene lymphatum, saliens, moderamine sumptum.*

Soglion gli ottimi liquori  
Generar ottimi umori.  
Però il vin nero ti avverte  
Ch'egli rende il corpo inerte.  
Il vin sia maturo, annoso,  
Leggier, limpido, e spumoso;  
Ma lo annacqua, e mai nol bere  
Fuor che in modico bicchiere.

CAPO XVII  
DELLA BIRRA

Chiara assai, non acetata  
Sia la birra, e fermentata  
Di buon grano colla pasta,  
E sia vecchia quanto basta.

*Non sit acetosa cervisia, sed bene clara,  
De validis cocta granis, satis, ac veterata.*

CAPO XVIII  
DELL'USO DELLA BIRRA

Se ne bei, sì non ne bevi  
Che lo stomaco n'aggrevi.

*De qua potetur stomachus non inde gravetur.*

CAPO XIX  
DELLE STAGIONI DELL'ANNO

Quando regna primavera  
Usa tavola leggiera.  
Nell'ardor dei giorni estivi  
Troppi cibi son nocivi.  
Nell'autun bada che i frutti  
Non t'apportin gravi lutti;  
Ma nel tempo delle nevi  
Quanto vuoi manduca e bevi.

*Temporibus veris modicum prandere juberis,  
Sed calor aestatis dapibus nocet immoderatis.  
Autumni fructus caveas; ne sint tibi luctus.  
De mensa sume quantum vis tempore brumae.*

CAPO XX  
DEL MODO DI CORREGGERE LE CATTIVE BEVANDE

Salvia e ruta nel bicchiere  
Ti faran sicuro il bere:  
Se di rosa aggiungi il fiore,  
Secmerai l'estro d'amore.

*Salvia cum ruta faciunt tibi pocula tuta,  
Adde rosae florem minuit potenter amorem.*

CAPO XXI  
DELLA NAUSEA MARINA

Mai non fia che incomodare  
Colui debba il mal di mare,  
Che da pria flutto marino  
Preso avrà misto col vino.

*Nausea non poterit quemquam vexare marina,  
Antea cum vino mixtam si sumpserit illam.*

CAPO XXII  
DEL CONDIMENTO UNIVERSALE

Agljo, salvia, e pepe fino,  
Sal prezzemolo, e buon vino,  
Se il miscuglio non si falsa,  
Forma sempre buona salsa.

*Salvia, sal, vinum, piper, allia, petrose linum;  
Ex his fit salsa, nisi sit commixtio falsa.*

CAPO XXIII  
DELLA LAVATURA DELLE MANI

Se gli umor serbar vuoi sani  
Lava spesso le tue mani.  
Recar suol dopo le cene  
Tal lavacro un doppio bene:  
Alle man toglie l'untume,  
E degli occhi aguzza il lume.

*Si fore vis sanus ablue saepe manus.  
Lotio post mensam tibi confert munera bina,  
Mundificat palmas, et lumina reddit acuta.*

## CAPO XXIV

## DEL PANE

*Panis non calidus, nec sit nimis inveteratus,  
Sed fermentatus, oculatus sit, bene coctus,  
Modice salitus, frigibus validis sit electus.  
Non comedas crustam, choleram quia gignit adustam.  
Panis salsatus, fermentatus, bene coctus,  
Purus sit sanus, quia non ita sit tibi vanus.*

Mai non fare l'apparecchio  
Di pan caldo troppo vecchio;  
Ma che sia ben fermentato,  
Sia ben cotto e bucherato;  
Di bastante sal condito,  
E di grano ben cernito.  
Non far uso della crosta,  
Che talor doglie ti costa.  
Che sia, replico, salato,  
Sia ben cotto e fermentato,  
Sia salubre, sia sincero:  
Senza questo vale un zero.

## CAPO XXV

## DELLE CARNI PORCINE

*Est caro porcina sine vino pejor ovina:  
Si tribuis vina, tunc est cibus et medicina.  
Illa porcorum bona sunt, mala sunt reliquorum.*

Senza vino la porcina  
Carne è della pecorina  
Ben peggiore: se al vin si mesce  
Quasi farmaco riesce.  
Del maial son buoni i quarti,  
Son cattive l'altre parti.

## CAPO XXVI

## DEL MOSTO

*Impedit urinam mustum, solvit cito ventrem,  
Hepatis emphraxim, splenis generat, lapidemque.*

La vescica stringe il mosto.  
Ed il ventre allarga tosto.  
Milza e fegato ostruisce,  
E la pietra partorisce.

## CAPO XXVII

## DEL BEVER L'ACQUA

*Potus aque sumptus fit edenti valde nocivus,  
Infrigidat stomachumque cibum nititur fore crudum.*

Nuoce molto l'acqua fresca  
Quando è presa insieme all'esca:  
Chè il ventriglio agghiaccia, e i presti  
Cibi rende anche indigesti.

## CAPO XXVIII

## DELLE CARNI DI VITELLO

*Sunt nutritivae multum carnes vitulinae.*

Del vitello sommamente  
E' la carne nutriente.

## CAPO XXIX

## DEI VOLATILI BUONI A MANGIARSI

*Sunt bona gallina, et capo, turtur, sturna, columba,  
Quiscula, vel merula, phasianus, ethigoneta,  
Perdix, frigellus, orix, tremulus, amarellus.*

Sono augelli a mangiar buoni  
Le galline, ed i capponi,  
Storni, tortore, e pernici,  
Piccion, merli, e coturnici.  
Ballerine, tordi, e ralli  
Fagian, smerghi, ed uragalli.

## CAPO XXX

## DEI PESCI

Quando i pesci a fibre molli  
 Han gran corpo, ten satolli:  
 Se le carni han dure, allora  
 I più piccoli assapora.  
 Sieno lucci a tinche uniti,  
 Sieno persici, e cobiti,  
 Morve, raie con carpioni,  
 Gorni, sfoglie, e salamoni.

*Si pisces molles sunt magno corpore tolles,  
 Si pisces duri, parvi sunt plus valituri:  
 Lucius, et parca, saxaulis, et albica, tenca,  
 Sornus, plagitia, cum carpa, galbio, truca.*

## CAPO XXXI

## DELL'ANGUILLA

Quella lingua, che ben dice  
 Dell'anguilla, è mentitrice:  
 Far di questo potrà fede  
 Chi la fisica possede.  
 Approvar non deve il saggio  
 Nè l'anguilla nè il formaggio,  
 Senza ingiungere di bere  
 E votar più d'un bicchiere.

*Vocibus anguillae parvae sunt si comedantur.  
 Qui physicam non ignorant haec testificantur.  
 Caseus, anguilla, nimis obsunt si comedantur,  
 Ni tu saepe bibas et rebibendo bibas.*

## CAPO XXXII

## DELL'UOVO

Se recar fai l'uovo al desco  
 Che sia molle e che sia fresco.

*Si sumas ovum molle sit atque novum.*

## CAPO XXXIII

## DEI PISELLI

Al pisello non ci gode  
 Di dar biasimo nè lode:  
 Se ne svesti la semente  
 Sano sia bastantemente;  
 Nuoce e il ventre stende e cruccia  
 Se lo mangi con la buccia.

*Pisam laudare decrevimus ac reprobare.  
 Pellibus ablatis est bona pisa satis,  
 Est inflativa cum pellibus atque nociva.*

## CAPO XXXIV

## DEL LATTE

Giova al tifico il caprino  
 Latte, e poscia il cammellino.  
 Nel nutrir, sopra ogni greggia,  
 Quello d'asina primeggia.  
 Quel di vacca è pur nutriente,  
 Quel di pecora egualmente.  
 Per chi ha febbre o mal di testa  
 Esca è il latte ognor funesta.

*Lac ethicis sanum, caprinum post camelinum:  
 Ac nutritivum plus omnibus est asininum.  
 Plus nutritivum vaccinum, sic et ovinum.  
 Si febricit caput et doleat non est bene sanum.*

## CAPO XXXV

## DEL BURRO

*Lenit et humectat, solvit sine febre butyrum.*

Scioglie il burro, ammolta e lava,  
Se la febbre non aggrava.

## CAPO XXXVI

## DEL SIERO

*Incidit, atque lavat, penetrat, mundat quoque serum.*

Anche il siero rammollifica,  
Lava, penetra, e mondifica.

## CAPO XXXVII

## DEL FORMAGGIO

*Caseus est frigidus, stipans, grossus, quoque durus.*

*Caseus et panis, bonus est cibus hic bene sanis.*

*Si non sunt sani tunc hunc non jungito pani.*

*Ignari medici me dicunt esse nocivum,*

*Sed tamen ignorant cur nocumenta feram.*

*Languenti stomacho caseus addit opem,*

*Si post sumatur terminat ille dapes.*

*Qui physicam non ignorant haec testificantur.*

Cibo è il cacio freddo, agresto,  
Grossolano, ed indigesto:

Però il cacio al pan frapposto

E' pel sano un buon composto;

Ma per quei che non è sano

Anche il pan v'unisci invano.

Posto il cacio fra i nocenti

Cibi han medici inscienti:

Pure questi unqua non sanno

Per qual causa porti danno.

Allo stomaco sfinito

Egli aggiunge util prurito:

Dopo il pasto se si assuma,

L'altre dapi egli consuma.

Far di questo potrà fede

Chi la fisica possede.

## CAPO XXXVIII

## DEL MODO DI MANGIARE E DI BERE

*Inter prandendum sit saepe parumque bibendum.*

*Ut minus aegrotas non inter fercula potes.*

*Ut vites poenam de potibus incipe coenam,*

*Singula post ova pocula sume nova.*

*Post pisces nux sit, post carnes caseus absit,*

*Unica nux prodest, nocet altera, tertia mors est.*

Mentre pranzi allegramente

Bevi poco ma sovente:

Perchè il corpo men si guasti,

Mai non bere fra' due pasti.

Dà col ber principio a cena,

Se non vuoi sentirne pena.

Al disopra a ciascun uovo

Bevi sempre un bicchier nuovo.

Pon la noce sovra i pesci,

Alle carni il cacio accresci:

Una noce ai ghiotti arride,

Nuocon due, la terza uccide.

## CAPO XXXIX

## DELLE PERE

*Adde potum pyro, nux est medicina veneno.*

*Fert pyra nostra pyrus, sine vino sunt pyra virus.*

*Si pyra sunt virus sit maledicta pyrus.*

Un buon farmaco è la noce

Pel velen: la pera nuoce,

E in veleno va conversa,

Se non è di vino aspersa.



Se velen la pera è detta.  
 Sia la pera maledetta.  
 Cruda è tal, ma quando è cotta  
 Ad antidoto è ridotta.  
 Il ventricolo ti aggreva  
 Cruda, e cotta lo solleva.  
 Se la pera il vino anela,  
 Scior ti dèi dietro la mela.

*Si coquas, antidotum pyra sunt, sed cruda venenum.  
 Cruda gravant stomachum, relevant pyra cocta gra-  
 [vatum,  
 Post pyra da potum, post pomum vade faecatam.*

## CAPO XL

## DELLE CILIEGE

La ciliegia, se l'assaggi,  
 Ti apporta ampi vantaggi:  
 Il ventricolo ti lava:  
 Il suo nocciolo ti sgrava  
 Della pietra, e il sangue ognora  
 Di sua polpa il tuo migliora.

*Cerasa si comedas tibi confert grandia dona:  
 Expurgant stomachum, nucleus lapidem tibi tollit,  
 Et de carne sua sanguis eritque bonus.*

## CAPO XLI

## DELLE PRUGNE

Son le prugne rinfrescanti,  
 Profittevoli, e purganti.

*Infrigidant, laxant, multum prosunt tibi, pruna.*

## CAPO XLII

## DELLE PESCHE, E DELLE UVE FRESCHE ED APPASSITE

Ben a retto fine intendi  
 Se la pesca col vin prendi;  
 Com'è l'uso che s'associ  
 L'uva fresca con le noci;  
 Non la milza, ma gran beni  
 Dalla passa han bronchi e reni.

*Persica cum musto vobis datur ordine justo.  
 Sumere sic est mos: nucibus sociando racemos.  
 Passula non spleni, tussi valet, est bona reni.*

## CAPO XLIII

## DEI FICHI

Sana il fico strume, ghiande,  
 E i tumor su cui si spande.  
 Se il papaver gli si aggiunge  
 L'ossa infrante ad estrar giunge.  
 Crea pidocchi e voglie oscene,  
 Ma chiunque le previene.

*Scrofa, tumor, glandes, ficus cataplasmate cedit,  
 Junge papaver ei contracta foris tenet ossa.  
 Pediculos, veneremque facit, sed cuilibet obstat.*

## CAPO XLIV

## DELLE NESPOLE

Se la nespola ti spinge  
 Fuor l'orina, il ventre stringe.  
 Buona è quando è un po' durezza,  
 Ma la molle è sol perfetta.

*Multiplicant mictum, ventrem dant escula strictum.  
 Escula dura bona, sed mollia sunt meliora.*

## CAPO XLV

## DEL MOSTO

Orinar fa il mosto, mentre  
 Presto scioglie e gonfia il ventre.

*Provocat urinam mustum cito solvit et inflat.*

CAPO XLVI  
DELLA BIRRA E DELL'ACETO

*Grossos humores nutrit cerevisia, vires  
Praestat, et augmentat carnem, generatque cruorem,  
Provocat urinam, ventrem quoque mollit et inflat.  
Infrigidat modicum, sed plus desiccatur acetum,  
Infrigidat, macerat, melan: dat, sperma minorat,  
Siccus infestat nervos, et impiguit siccatur.*

E' la birra che alimenta  
Gli umor pingui e il corpo aumenta,  
Che rinforza un cuor che langue,  
Che produce e accresce il sangue;  
Che l'orina eccita, mentre  
Anche ammolle e gonfia il ventre.  
Ben rinfresca un po' l'aceto,  
Ma più asciuga, e l'umor lieto  
Cangia in tristo; affievolisce,  
E lo sperma sminuisce;  
Reca danno ai nervi adusti,  
E dissecca i pingui busti.

CAPO XLVII  
DELLE RAPE

*Rapa juvat stomachum, novit producere ventum,  
Provocat urinam, faciet quoque dente ruinam.  
Si male cocta datur hinc torsio tunc generatur.*

Son le rape esche dietetiche  
Per lo stomaco, e diuretiche;  
Però molto flatulenti,  
Ed assai nocive ai denti.  
Chi mal cotte le assapora  
Della colica addolora.

CAPO XLVIII  
DEI VISCERI DEGLI ANIMALI

*Egeritur tarde cor, digeritur quoque dure.  
Similiter stomachus, melior sit in extremitates.  
Reddit lingua bonum nutrimentum medicinae.  
Digeritur facile pulmo, cito labitur ipse.  
Est melius cerebrum gallinarum reliquorum.*

Tardo il cuor si digerisce:  
Il ventriglio si smaltisce  
(Ai due stremi specialmente)  
Benchè duro, facilmente.  
E' la lingua una vivanda  
Sustanzial, medica, e blanda.  
Prestamente è il polmon trito  
Da se stesso, e digerito.  
I cervei più ancor son molli,  
E quei massimi de' polli.

CAPO XLIX  
DEI SEMI DI FINOCCHIO

*Semen foeniculi fugat et spiracula culi.*

Del finocchio le sementi  
Caccian fuori per l'ano i venti.

CAPO L  
DELL'ANICE

*Emendat visum, stomachum confortat anisum.  
Copia dulcoris anisi sit melioris.*

Gli occhi l'anice avvalora  
E lo stomaco ristora.  
Fra' sue specie quella apprezza  
In cui trovi più dolcezza.

CAPO LI  
DELLO SPODIO

Se ti vien fuor sangue, prendi  
Spodio, e tosto lo sospendi.

*Si cruor emanat spodium sumptum cito sanat.*

CAPO LII  
DEL SALE

Por si debbono ai conviti  
Piatti semplici e conditi.  
Strugge il sale ogni acre umore,  
E all'insulso dà sapore:  
Poichè il cibo niente vale  
Se si porge senza sale.  
Troppo sal però molesta  
Gli occhi, e il corso al seme arresta,  
Scabbia genera e prurito,  
E fa il corpo irrigidito.

*Vas condimenti praeponi debet edenti.  
Sal virus refugat, et non sapidumque saporat.  
Nam sapit esca male quae datur absque sale.  
Urunt persalsa visum, spermaque minorant,  
Et generant scabiem, pruritus sive rigorem.*

CAPO LIII  
DEI SAPORI

Tre hanno forza riscaldante,  
Cioè salso, amar, piccante.  
Sempre l'acido rinfresca,  
E' l'austero stringent'esca.  
L'unto insipido alimento  
Dolce fa temperamento.

*Hi fervore vigent tres, salsus, amarus, acutus.  
Alget acetosus, sic stipans, ponticus atque.  
Unctus, et insipidus, dulcis, dant temperamentum.*

CAPO LIV  
DELLA ZUPPA

Dalla zuppa hai quattro effetti:  
Gli occhi aguzzi, i denti netti,  
Al mancante essa provvede,  
Essa leva quel ch'eccede.

*Bis duo vipa facit, mundat dentes, dat acutum  
Visum, quod minus est implet, minuit quod abundat.*

CAPO LV  
DELLA DIETA

Quel sistema serba intatto,  
Cui ti sei di già suefatto:  
Segui sempre il primo, e dopo  
Nol cangiar se non è d'uopo.  
L'altra via gran male appresta:  
Anche Ippocrate lo attesta.  
Certo è farmaco la dieta  
Tener sempre ad egual meta.  
Se non fai, ben malamente  
Curi, ed opri da demente.

*Omnibus assuetam jubeo servare diaetam.  
Approbo sic esse, nisi sit mutare necesse.  
Est Hippocras testis, quoniam sequitur mala pestis.  
Fortior est meta medicinae certa diaeta:  
Quam si non curas, fatue regis, et mane curas.*

## CAPO LVI

## DELL'ORDINAZIONE DELLA DIETA

*Quale, quid, et quando, quantum, quoties, ubi, dando,  
Ista notare cibo debet medicus diaetando.*

Come e quando, giusta il male,  
Quante volte, e quanto, e quale  
Ad assumer s'abbia il vitto  
Fia dal medico prescritto.

## CAPO LVII

## DEL CAVOLO

*Jus caulis solvit, cuius substantia stingit:  
Utraque quando datur venter laxare paratur.*

Se del cavolo l'umore  
Scioglie, astringe lo spessore:  
Quando l'un con l'altro meschi  
A purgar sempre riesci.

## CAPO LVIII

## DELLA MALVA

*Dixerunt malvam veteres quia molliat alvum.  
Malvae radices rasae dedere faeces,  
Vulvam moverunt, et fluxum saepe dederunt.*

Malva detta al tempo prisco  
Fui perchè 'l ventre ammolliisco.  
Le mie radiche il potere  
Han di scior le feci intere,  
D'eccitar l'utero scusso,  
E di trarne il mensil flusso.

## CAPO LIX

## DELLA MENTA

*Mentitur mentha si sit depellere lenta  
Ventris lumbricos, stomachi vermes que nocivos.*

Medicina fia bugiarda  
Quella menta, che ritarda  
A scacciar lombrici e vermi  
Da' ventrigli e grembi infermi.

## CAPO LX

## DELLA SALVIA

*Cur moriatur homo cui salvia crescit in horto?  
Contra vim mortis non est medicamen in hortis.  
Salvia nofortat nervos, manuumque tremores  
Tollit, et eius ope febris acuta fugit.  
Salvia, castoreum, lavendula, premula veris,  
Nastur: athanasia, sanant paralytica membra.  
Salvia salvatrix, naturae consiliatrix.*

Perchè l'uom morrà, cui fresca  
Nel giardin la salvia cresca?  
Perchè farmaco più forte  
Dallo stral non v'è di morte.  
Della salvia i nervi allena  
L'uso, il tremito raffrena  
Delle mani, ed anche aiuta  
A scacciar la febbre acuta.  
Chi castor, nasturcio, e vera  
Atanasia, e primavera,  
E lavanda a salvia unisce,  
La paralisi guarisce.  
Salvia, inver, sei salvatrice,  
Di natura emulatrice.

CAPO LXI  
DELLA RUTA

Pianta nobile è la ruta  
Poichè fa la vista acuta:  
Se tu meglio or vedi, al certo  
Opra è sua, ed è suo merto.  
Dessa l'estro all'uom rallenta,  
E alle femmine l'aumenta.  
Dessa infonde pudicizia,  
Dà l'ingegno e la malizia.  
Se la cuoci e al suol la getti  
Dalle rie pulci lo netti.

*Nobilis est ruta quia lumina reddit acuta.  
Auxilio rutae, vir, quippe videbis acute.  
Ruta viris coitum minuit, mulieribus auget.  
Ruta facit castum, dat lumen, et ingerit astum.  
Cocta facit ruta de pulcibus loca tuta.*

CAPO LXII  
DELLE CIPOLLE

Sull'oprar delle cipolle  
Disputar sempre si' volle.  
Da Gallien però si scrive  
Che ai biliosi son nocive;  
Ma salubri poi ben bone  
Ai flemmatici le tiene,  
Specialmente pel ventriglio,  
E per dar un bel vermiglio.  
Con cipolle spesso i siti  
Di capei nudi e sguerniti  
Stropicciando ha l'opra loro  
Reso al capo il suo decoro.

*De cepis medici non consentire videntur.  
Cholericis non esse bonas dicit Galienus.  
Flegmaticis vero multum docet esse salubres,  
Praesertim stomacho, pulcrumque creare colorem.  
Contritris cepis loca denudata capillis  
Saepe fricans poteris capitis reparare decorem.*

CAPO LXIII  
DELLA SENAPE

E' il granel piccolo ed alido  
Della senape assai calido:  
Purga il capo, il toscu smuove,  
E le lacrime promuove.

*Est modicum granum, siccum, calidumque, sinapi,  
Dat lacrimas, purgatque caput, tollitque venenum.*

CAPO LXIV  
DELLA VIOLA

Atta a vincere l'ebrezza,  
E del capo la gravezza,  
Non che il mal caduco, è detta  
La porpurea violetta.

*Crapula discutitur, capitis dolor, atque gravedo,  
Purpuream dicunt violam curare caducos.*

CAPO LXV  
DELL'ORTICA

Con l'ortica assonni i desti  
Egri, e il vomito ne arresti;  
Sani tossi inveterate,  
E le coliche ostinate;  
Del polmon sciogli l'agrezza  
E del ventre la durezza;  
E con essa alleggi pure  
Ogni mal delle giunture.

*Aegris dat somnum, vomitum quoque tollit ad-  
[sum,  
Compescit tussim veterem, colicisque medetur,  
Pellit pulmonis frigus, ventrisque tumorem,  
Omnibus et morbis subveniet articulorum.*

CAPO LXVI  
DELL'ISIPO

*Hyssopus est herba purgans a pectore phlegma.  
Ad pulmonis opus cum melle coquatur hyssopus:  
Vultibus eximium fertur reparare colorem.*

E' l'isipo un alberetto  
Che di flemma sgrava il petto:  
Se il polmon vuoi che sollevi  
Entro il mel cuocer lo devi:  
Fama è pur che il suo liquore  
Renda al viso un bel colore.

CAPO LXVII  
DEL CERFOGLIO

*Suppositum cancris tritum cum melle medetur,  
Cum vino potum poterit separare dolorem.  
Saepe solet vomitum ventremque tenere solutum.*

Giova al cancro l'erba trita  
Di cerfoglio al mele unita;  
E il dolor calma, se tolta  
Viene in puro vin disciolta:  
Provocar suol anche spesso  
Ed il vomito e il secesso.

CAPO LXVIII  
DELL'ENULA CAMPANA

*Enula campana reddit praecordia sana.  
Cum succo rutae si succus sumitur huius,  
Affirmant ruptis nil esse salubrius istis.*

I precordi afforza e sana  
Sempre l'enula campana.  
Se col sugo si prende  
Quel di ruta si pretende,  
Che niun farmaco si trovi,  
Che più d'esso all'ernie giovi.

CAPO LXIX  
DEL PULEGGIO

*Cum vino choleram nigram potata repellit:  
Sic dicunt veterem sumptum curare podagram.*

L'atra bile tu distruggi  
Se il puleggio col vin suggi.  
Atto ei vuoi si esteriormente  
A calmar gotta recente.

CAPO LXX  
DEL NASTURCIO

*Ilius succo crines retinere fluentes  
Allitus asseritur, dentisque curare dolorem,  
Et squamas succus sanat cum melle perunctus.*

Il cascante crin s'arresta,  
Talun dice, se la testa  
Del nasturcio ungi coi sughi,  
E dei denti dolor fughi.  
L'unte squamme poi guarisce  
Se a' suoi sughi il mele unisce.

CAPO LXXI  
DELLA CALIDONIA

*Coeccatis pullis hac lumina mater hirundo.  
Plinius ut scribit, quamvis sint cruta reddit.*

Con quest'erba, Plinio il dice,  
Render suol la genitrice  
Gli occhi ai ciechi rondinelli  
E sin dargli occhi novelli.

## CAPO LXXII

## DEL SALICE

Tu del salice coi sughi  
Dall'orecchio i vermi fuggi,  
Nell'aceto la sua pelle  
Cotta, i porri scioglie e svelle.  
Il suo fior, col succo assorto  
Del suo frutto, opra l'aborto.

*Auribus infusus vermes succus negat eius.  
Cortex verrucas in aceto cocta resolvit.  
Pomorum succus flos partus destruit ejus.*

## CAPO LXXIII

## DELLO ZAFFERANO

Lo zaffran, dicesi, gli egri  
Che conforti e che rallegri;  
E che il fegato sanando  
La lassezza ponga in bando.

*Confortare crocus dicatur laetificando,  
Membraque defecta confortat hepar reparando.*

## CAPO LXXIV

## DEL PORRO

Spesso il porro in sen trasfonde  
Di fanciulla esche feconde,  
Come il succo ch'egli appresta  
Lo stillante sangue arresta.

*Reddit foecundas permansum saepe puellas.  
Isto stillantem poteris retinere cruorem.*

## CAPO LXXV

## DEL PEPE

Dissolvente non leggiero  
E non tardo è il pepe nero,  
Che la flemma fa sparire,  
Ed il cibo digerire.  
Al ventriglio il pepe bianco,  
E al dolor giova del fianco;  
Della febbre presto e bene  
Moti e brividi previene.

*Quod piper est nigrum non est dissolvere pigrum,  
Phlegmata purgabit, digestivamque juvabit.  
Leucopiter stomacho prodest, tussique dolori  
Utile, praeveniet motum febrisque rigorem.*

## CAPO LXXVI

## DELLA DUREZZA D'ORECCHIO

Sonno e moto per eccesso  
Al mangiar subito presso,  
E del ber l'uso incallito  
Recar suol danno all'udito.

*Et mox post escam dormire nimisque moveri:  
Ista gravare solent auditus, ebrietasque.*

## CAPO LXXVII

## DEL RONZIO ALL'ORECCHIO

Moto, vomito, picchiate,  
Lunga fame, albor, cascate,  
Ed ebrezza, cause vecchie  
Di ronzio sono alle orecchie.

*Metus, longa fames, vomitus, percussio, casus,  
Ebrietas, frigus, tinnitus causat in aure.*

## CAPO LXXVIII

## DELLE COSE NOCIVE ALLA VISTA

*Balnea, vina, venus, ventus, piper, allia, fumus,  
 Porri, cum cepis, lens, fletus, faba, sinapi,  
 Sol, coitus, ignis, labor, ictus, acumina, pulvis,  
 Ista nocent oculis, sed vigilare magis.*

Bagni, vin, lussuria, venti,  
 Pepe, fave, porri, e lenti,  
 Con cipolle, aglio, vapore,  
 Sole, senape, e calore,  
 Pianto, copula, e punture,  
 Botte, polve, ed opre dure,  
 Cause agli occhi son di lutto,  
 Ma il vegliare soprattutto.

## CAPO LXXIX

## DEI CONFORTATIVI DELLA VISTA

*Feniculis, verbena, rosa, celidonia, ruta,  
 Ex istis fit aqua quae lumina reddit acuta.*

L'acqua estratta da odorosa  
 Celidonia, o ruta, o rosa,  
 Da verbene, o da finocchi  
 Sono buone pel mal d'occhi.

## CAPO LXXX

## CONTRO AL DOLORE DEI DENTI

*Sic dentes serva, porrorum collige grana.  
 Ne careas jure (thure?) cum hyoscyamo simul ure  
 Sicque per embotum fumum cape dente remotum.*

Se serbar vuoi sani i denti  
 Pon del porro le sementi  
 Con jusquiamo; ed accese  
 (Se l'effetto vuoi palese)  
 Sui remoti denti assumi  
 Coll'imbuto a lungo i fumi.

## CAPO LXXXI

## DELLA VOCE RAUCA

*Nux, oleum, frigus capitis, anguillaque, potus,  
 Ac pomum crudum, faciunt hominem fore raucum.*

Freddo al capo, e bere pure.  
 Noci, anguille, ed immature  
 Frutta, sono alle persone  
 Di raucedine cagione.

## CAPO LXXXII

## CONTRO AI REUMI

*Jejuna, vigila, caleas dape, valde labora,  
 Ispira calidum, modicum bibe, comprime flatum:  
 Haec bene tu serva si vis depellere rheuma.  
 Si fluat ad pectus, dicatur rheuma catarrhus:  
 Ad fauces bronchus: ad nares esto coryza.*

Mangia caldo, parcamente  
 Bevi, intiepidi l'ambiente,  
 Veglia i membri esercitati,  
 Tien' digiuna, premi i flati:  
 Tutto questo dei seguire  
 Se dei reumi vuoi guarire.  
 Quando il reuma al petto scende  
 Di catarro il nome prende;  
 Se alle fauci bronco il dici,  
 E' corizza alle narici.

CAPO LXXXIII  
CONTRO LA FISTOLA

Prendi zolfo ed orpimento,  
E ne forma un solo unguento;  
Poscia aggiungivi un boccone  
Di calcina e di sapone;  
Mesci il tutto, indi con queste  
Quattro cose insieme peste  
Fian le fistole disciolte,  
Se le riempi quattro volte.

*Auripigmentum, sulphur, miscere memento:  
His decet apponi calcem: commisce saponi.  
Quatuor haec misce. Commixtis quatuor istis  
Fistula curatur, quater ex his si repleatur.*

CAPO LXXXIV  
DEL NUMERO DELLE OSSA, DEI DENTI E DELLE VENE NELL'UOMO

Con dugento diciannove  
Ossa l'uomo in piè si move.  
Trentadue, non mai crescenti,  
Son pel solito i suoi denti.  
Le sue vene son propinque  
A trecent' sessantacinque.

*Ossibus ex denis, bis centenisque, novenis,  
Constat homo: denis bis dentibus ex duodenis:  
Ex tricentenis, decies dex, quinqueque venis.*

CAPO LXXXV  
DEI QUATTRO TEMPERAMENTI

Sol di quattro umor soprani  
Son composti i corpi umani:  
L'ipocondrico, il bilioso,  
Il sanguigno, e il flemmatoso;  
Cui si vuol che corrisponda  
Terra, Fuoco, Aere, ed Onda.

*Quatuor humores in humano corpore constant:  
Sanguis cum cholera, phlegma, melancholia.  
Terra melan: aqua fleg: et aer sanguis, cole: ignis.*

CAPO LXXXVI  
DEI SANGUIGNI

I sanguigni ben pasciuti  
Son di corpo, e molto arguti:  
Udir braman le novelle  
E i racconti e le storielle.  
Si dilettono di vini,  
E d'amor, giuochi, e festini;  
Il che ognor li fa vivaci,  
Ed amabili e loquaci.  
A qualunque studio intenti  
Sorton abili e valenti.  
Tarda in lor (nè se n'intende  
La cagion) l'ira s'accende.  
Dolci son, paffuti, amanti  
Delle femmine, e dei canti,  
Liberali, allegri molto,  
Arditelli, e rossi in volto.

*Natura pingues isti sunt atque jocantes,  
Semper rumores cupiunt audire frequentes.  
Hos Venus et Bacchus delectant, fercula, risus.  
Et facit hos hilares, et dulcia verba loquentes.  
Omnibus hi studiis habiles sunt, et magis apti.  
Qualibet ex causa nec hos leviter movet ira.  
Largus, amans, hilaris, ridens, rubeique coloris,  
Cantans, carnosus, satis audax, atque benignus.*



L'UOMO SANGUIGNO



L'UOMO BILIOSO

## CAPO LXXXVII

## DEI BILIOSI

*Est et humor cholerae, qui competit impetuosus.  
Hoc genus est hominum cupiens prae cellere cunctos.  
Hi leviter discunt, multum comedunt, cito crescunt.  
Inde magnanimi sunt, largi, summa petentes.  
Hirsutus, fallax, irascens, prodigus, audax,  
Astutus, gracilis, siccus, croceique coloris,  
Phlegma vires modicas tribuit, latosque, brevesque.*

Gli umor sogliono biliosi  
Aver spiriti focosi.  
Desian sempre questi tali  
Primeggiar sopra gli eguali:  
Mangian molto, crescon lesti,  
Ad apprendere son presti:  
Son magnanimi, esigenti  
Degli impieghi più eminenti:  
Sono prodighi ed audaci,  
Generosi, irti e mendaci,  
Son collerici, e volpigni,  
Magri, asciutti, e fuor gialligni.

## CAPO LXXXVIII

## DEI FLEMMATICI

*Flegma facit pingues, sanguis reddit mediocres.  
Otia non studio tradunt, sed corpora somno.  
Sensus hebes, tardus motus, pigritia, somnus.  
Hic somnolentus, piger, in sputamine multus.  
Est huic sensus hebes, pinguis, facie color albus.*

La flemmatica natura  
Suol aver piccol statura,  
Forze medie, gran pinguezza,  
E di sangue discretezza.  
Non di studi suo negozio  
Fa il flemmatico, ma d'ozio,  
E di sonno; egli è melenso,  
Pigro assai, d'ottuso senso,  
Sempre inerte e dormiglioso;  
E sin torpido il copioso  
Sputo a trar; d'ingegno corto,  
Ed in faccia grasso e smorto.



L'UOMO FLEMMATICO



L'UOMO MELANCONICO

CAPO LXXXIX

## DEGLI IPOCONDRIACI

Della tempra a dir ci resta  
 Ipocondrica ed agresta,  
 Che fa gli uomini cattivi,  
 Atri, e poco discorsivi.  
 Dessi veglian sulle carte,  
 Nè al sonno dan gran parte.  
 Nei disegni lor son fermi,  
 Ma si credon sempre inermi:  
 Son tristi, invidi, abietti,  
 D'oro ingordi, e di man stretti:  
 Son di frodi inetti mastri,  
 E colori han olivastri.

*Restat adhuc tristis cholerae substantia nigrae,  
 Quae reddit pravos, pertristes, pauca loquentes.  
 Hi vigilant studiis, nec mens est dedita somno,  
 Servant propositum, sibi nil reputant fore tutum.  
 Invidus, et tristis, cupidus, dextraeque tenacis,  
 Non expers frandis, timidus, luteique coloris.*

CAPO XC

## DEI COLORI E DEGLI INDIZI DI SANGUE SOVRABBONDANTE

Questi sono quegli umori  
 Che a ciascun danno i colori:  
 Dalla flemma riprodotto  
 Viene il bianco da per tutto;  
 Dalla bile atra il gialliccio,  
 E dal sangue il bel rossiccio.  
 Quando il sangue troppo abbonda  
 Vien la faccia rubiconda,  
 Gli occhi turgono e le gote,  
 E le membra fansi immote;  
 Fassi il polso assai frequente,  
 Molle e pien: dolore ingente

*Hi sunt humores qui praestant cuique colores.  
 Omnibus in rebus ex phlegmate fit color albus.  
 Sanguine fit rubens: cholera rubea quoque rufus.  
 Si peccet sanguis, facies rubet, extat ocellus,  
 Inflantur genae, corpus nimiumque gravatur,  
 Est pulsusque frequens, plenus, mollis, dolor ingens.  
 Maximae fit frontis, et constipatio ventris,  
 Siccaque lingua, sitis, et somnia plena rubore,  
 Dulcor adest sputi, sunt acria, dulcia, quaeque.*

Prima il capo affligge, mentre  
 Si costipa e chiude il ventre:  
 Sete ria la lingua aspreggia,  
 Tutto il corpo fuor rosseggia,  
 Sembra dolce ogni agre umore:  
 Sin lo sputo ha il suo dolciore.

## CAPO XCI

## DEL SALASSO, E PRIMA DELL'ETA' IN CUI CONVIENE TRAR SANGUE

*Denus septenus vix phlebotomiam petit annus.  
 Spiritus uberior exit per phlebotomiam.  
 Spiritus ex potu vini mox multiplicatur,  
 Humorunque cibo damnum lente reparatur.  
 Lumina clarificat, sincerat phlebotomia  
 Mentis et cerebrum, calidas facit esse medullas,  
 Viscera purgabit, stomachum ventremque coercent,  
 Puros dat sensus, dat somnum, taedia tollit,  
 Auditus, vocem, vires producit et auget.*

Non s'appongan le langette  
 Pria degli anni diciasette:  
 Chè col sangue sorte fuore  
 Dalla vena anche il vigore.  
 S'auge è ver, col vin bevuto.  
 Il vigor di già perduto;  
 Ma coll'esca a rifar lenti  
 Son del sangue i deprimenti  
 Il salasso, fatto appena,  
 Gli occhi avviva; rasserenà  
 Ed il cerebro e la mente;  
 Scalda i nervi dolcemente;  
 Ventre e stomaco solleva,  
 Ed i visceri disgreva;  
 Slega i sensi, i tedi esilia,  
 Ed il sonno riconcilia;  
 Riproduce, anzi recreia  
 Voce, udito, e vigoria.

## CAPO XCII

## DEI MESI NEI QUALI IL SALASSO GIOVA O NUOCE

*Tres insunt istis (Maius, September, Aprilis),  
 Et sunt lunares sunt velut hydra dies:  
 Prima dies primi, postremaque posteriorum:  
 Nec sanguis minui, nec carnibus anseris uti.  
 In sene et juvene si venae sanguine plenae  
 Omni mense bene confert incisio venae.  
 Hi sunt tres menses, Maius, September, Aprilis.*

Util fia che si rimembre  
 Maggio e april con settembre,  
 Come tre mesi lunari  
 Dell'acquario ai giorni pari.  
 Del primier nè il dì supremo,  
 Nè degli altri due l'estremo  
 La lancietta mai ti scarni,  
 Nè dell'oca usa le carni.  
 Però quando il sangue abbonda,  
 Sia l'età canuta o bionda,  
 Non lasciar le vene illese  
 In qualunque siasi mese.  
 Mai tre soli mesi infatti  
 A cavar sangue più adatti,  
 Per toccar l'età senile,  
 Maggio son, settembre, e aprile.

CAPO XCIII  
DEGL'IMPEDIMENTI AL SALASSO

Il salasso mai non usa  
In chi fredda tempra accusa,  
O fra nevi e gel dimora,  
O fortissimo addolora;  
Nè in febril lungo decubito,  
Dopo il bagno od il concubito,  
In fanciullo od uom canuto,  
Quando il ventre è ben pasciuto;  
In chi stomaco ha spossato,  
In chi è frale o nauseato.

*In quibus eminaus ut longo tempore vivas,  
Frigida natura, frigens regio, dolor ingens,  
Post lavacrum, coitum, minor aetas atque senilis,  
Morbus prolixus, repletio potus et escae,  
Si fragilis, vel subtilis sensus stomachi sit,  
Et fastiditi, tibi non sunt phlebotomandi.*

CAPO XCIV  
QUALI COSE DEBBONO OSSERVARSI INTORNO AL SALASSO

Chiedi che dei praticare  
Pria di farti salassare,  
Od allor che sei nell'atto  
Del salasso, o che l'hai fatto?  
Fascia, bibita, ed unguento,  
Lavatura, e movimento  
Son oggetti, che opportuno  
Fia membrarsi ad uno ad uno.

*Quid debes facere quando vis phlebotomari,  
Vel quando minuis, fueris vel quando minutus?  
Uctio, sive potus, lavacrum, vel fascia, motus,  
Debent non fragili tibi singula mente teneri.*

CAPO XCV  
DI ALCUNI EFFETTI DEL SALASSO

Il salasso fa gioconde  
L'alme triste, le iraconde  
A depor gli adegghi sforza,  
Degli amanti il caldo ammorza.

*Exhilarat tristes, iratos placat,  
[amantes  
Ne sint amantes, phlebotomia  
[facit.*



CAPO XCVI  
DELLE DIMENSIONI DEL TAGLIO NEL SALASSO

Larga sia mezzanamente  
La ferita, onde scorrente  
N'abbia subito il vapore,  
Ed il sangue ad uscir fuore.

*Fac plagam largam mediocriter, ut cito fumus  
Exeat uberius, liberiusque cruor.*

CAPO XCVII  
QUALI COSE DEBBONO CONSIDERARSI INTORNO AL SALASSO

Quando il sangue è tratto fuore  
Vegliar devi almen sei ore,  
Perchè qualche larva orrenda  
L'esil corpo non t'offenda.  
Onde il nervo non si fera,  
La puntura sia leggera.  
Scemo il sangue, tu del resto  
Non torrai cibo sì presto.

*Sanguine subtracto, sex horis est vigilandum,  
Ne somni fumus laedat sensibile corpus.  
Ne nervum laedas, non sit tibi plaga profunda.*

## CAPO XCVIII

## QUALI COSE DEBBONO CONSIDERARSI DOPO IL SALASSO

*Sanguine purgatus non carpas protinus escas.  
 Omnia de lacte vitabis rite, minute,  
 Et vitet potum phlebotomatus homo.  
 Frigida vitabis, quia sunt inimica minutis.  
 Interdictus erit minutis nubilus aer.  
 Spiritus exultat minutis luce per auras.  
 Omnibus apta quies, est motus valde nocivus.*

Quando il sangue fia cavato  
 Scansar deve il salassato  
 Qualsisia lattea vivanda,  
 Come pure ogni bevanda.  
 Anche il ciel di nubi denso,  
 E del freddo l'aspro senso,  
 Fuggir dee colui che langue  
 Per recente estratto sangue.  
 Chè il suo spirito esulta appieno  
 Entro il chiaro aer sereno.  
 Nè men giovagli il riposo  
 Quanto il moto gli è dannoso.

## CAPO XCIX

IN QUALI MALATTIE ED ETA' CONVIENE IL SALASSO  
E QUANTO SANGUE ESTRARRE IN OGNI STAGIONE

*Principio minuas in acutis, peracutis.  
 Aetatis mediae multum de sanguine tolle,  
 Sed puer atque senex tollet uterque parum.  
 Ver tollat duplum, reliquum tempus tibi sim plum.*

Tosto trar sangue in acuti  
 Morbi devi e in arciacuti:  
 Cava il sangue in abbondanza  
 Se in età mezzana ha stanza;  
 Ma in chi d'anni è scemo, o carco,  
 Il salasso ognor sia parco.  
 Primavera il vaso n'empì,  
 Lo dimezzin gli altri tempi.

## CAPO C

IN QUALI STAGIONI E QUALI MEMBRA  
DEBBONO ALLEGGERIRSI COL SALASSO

*Aestas, ver, dextas: autumnus, hiemsque, sinistras.  
 Quatuor haec membra cephe, cor, pes, hepar, va-  
 [cuanda.*

Vuol trar sangue al destro fianco  
 Primavera, estate; al manco  
 Verno e autunn: di sgravar chiedi  
 Testa, cuor, fegato e piedi?  
 Cuor e fegato va innante,  
 Segue in ordine il restante.

## CAPO CI

## DEI VANTAGGI DI TRAR SANGUE DALLA SALVATELLA

*Ver cor, hepar aestas, ordo sequens reliquas.  
 Dat salvatella tibi plurima dona minuta:  
 Purgat hepar, splenem, pectus, praecordia, vocem,  
 Innaturalem tollit de corde dolorem.*

Molti beni rinnovella  
 Chi aprir fa la salvatella.  
 Milza, fegato e polmone,  
 Voce e petto sgrava; e pone  
 Fine ai spasimi ed ai mali  
 Al cuor preternaturali.

CAPO CII  
DEI DOLORI DI TESTA

Duole al capo se procaccia  
Solo il vin, con l'acqua il caccia:  
Chè febbrile il rende e acuto  
L'aver troppo ben bevuto,  
Se l'ardore della testa  
Fronte e zuccol ti molesta,  
Tempia e fronte lievemente  
Coll'umor frega sovente  
Di morella ben bollita,  
Quando sia rattiepidita.

*Si dolor est capitis ex potu, limpha bibatur,  
Ex potu nimio nam febris acuta creatur.  
Si vertex capitis, vel frons, aestu tribulentur,  
Tempora fronsque simul moderate saepe fricentur  
Morella cocta, nec non calidaque laventur.*

CAPO CIII  
DELLE QUATTRO STAGIONI DELL'ANNO

Son le membra nell'estate  
Dal digiuno disseccate.  
In qualunque mese surga,  
Giova il vomito, che purga  
D'ogni umor nocente, e lava  
Dello stomaco ogni cava.  
Primavera, autunno, verno,  
Ed estate han moto alterno  
Entro l'anno: primavera,  
Con cald'umida atmosfera,  
Più d'ogni altra stagion fassi  
Favorevole ai salassi.  
Allor giova alla spezzata  
Usar venere temprata;  
Giova il moto, il sudar molto,  
Il tenere il ventre sciolto,  
Ed il corpo con frequenti  
Sbarazzar medicamenti.  
Scalda e asciuga per costume  
Poi l'estate, e si desume  
Da che allor la bile rossa  
Spiega in specie la sua possa.  
Fredda ed umida sia l'esca,  
Ed amor cessi la tresca:  
Nulla giova il bagno, e scarsi  
I salassi devon farsi:  
Util pure è la quiete,  
Le bevande sian discrete.

*Temporis aestivi jejunia corpora siccant.  
Quolibet in mense confert vomitus, quoque purgat  
Humores nocuos stomachi, lavat ambitus omnes.  
Ver, autumnus, hiems, aestas, dominantur in anno.  
Tempore vernali calidus fit aer, humidusque,  
Et nullum tempus melius fit phlebotomiae.  
Usus tunc homini Veneris confert moderatus,  
Corporis et motus, ventrisque solutio, sudor,  
Balnea, purgentur tunc corpora cum medicinis.  
Aestas more calet sicca, nascatur in illa  
Tunc quoque praecipue choleram rubeam dominari.  
Humida, frigida fercula dentur, sit Venus extra,  
Balnea non prosunt, sint rariae phlebotomiae,  
Utilis est requies, sit cum moderamine potus.*

~~318619~~

55246





