



UNIVERSITÄTS-
BIBLIOTHEK
PADERBORN

Universitätsbibliothek Paderborn

Specvlvm Magnvm Episcoporum, Canonicorum, Sacerdotvm Et aliorum Clericorum omnium tam Secularium quam Religiosorum

Tympe, Matthäus

[Köln], 1614

186. Sobrietatis facem alijs præferre aliosque ad hanc virtutem irritare.
Sodalibus Deiparæ Virg. concentuari, seu eius Sodalitio inscribi, V.
Triumphum.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-51447](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-51447)

SIGNVM CLXXXVI.

Sobrietatis facem aliis præferre.

1. **C**hristus 40. dierum ieiunium absque omni cibo potuque haud sine graui carnis emaceratione transegit. Cum è Iudæa in Galilæam peregrinè proficiscens iter faceret per Samariam, itineris labore confectus, lassatus, ac sitibundus à muliercula Samaritana, non vinum non siceram petiit, sed haustum aquæ è puteo, quo emaceratum ac languidum corpusculum refocillaret, in cruce fel & acerum degustauit.

Matt. 4.

Ioan. 4.

Qui dat e-

scam &c.

Psalm. 82.

Ioan. 2.

Qui mihi

ministrat

me sequa-

tur.

2. Aaroni ac reliquis sacerdotali ordini adscripris Leuitis præcepti necessitate indicitur, vinum sobrie potandum, ac sacrificij tempore plene vitandum. Vinum dicitur Leu. 10. & omne quod inebriare potest non biberis, tu & filii tui, quando intrabis in tabernaculum testimonii ne moriamini, &c. Nec sacrificium Deus ratum vult acceptare sobrietati non coniunctum, & ab ea quodammodo sanctificatum, nec pro tribunali iudicia exerceri, nec sententiam vllam ferri, nec ambigua discerni, nec populum erudiri nisi à sobriis.

Sobrietas

ad omnia

sacerdota-

lia munera

requisita.

Hæc lex per Ezechielem c. 45. renouatur quæ siac denuo promulgatur. Vinum, ait, non bibet omnis sacerdos, quando ingressurus est atrium interius.

Sapientia

in sicco re-

sudet, non

in paluibus.

& lacunis.

3. Nazarei domino peculiari cultu dicati

Aaa 4

ac de-

ac deuoti præcipuo sobrietatis voto quasi vino
lo obstricti erant, Num. 6. A vino omni quod bibi
re potest abstinebunt, acetum ex vino, & ex quibus
lia porione, & quicquid de uia exprimitur non bibi
vvas recentes siccasq; non comedent, &c.

4. Ioannes Baptista vinum & ficeram non bibi
locustas & mel syluestre comedit, solo contentus
aque potu.

*Euseb. li. 2.
hist. eccl.
6. 23.*

5. Iacobus Apostolus qui frater Domini
gnominatus est, tota vita nec carnem comedit
nec vinum aut ficeram vnquam degustauit, nec
ex re tantam sibi sanctitatis famam corruptam
dicitur, etiam apud infideles Iudæos, ut quidam
sibi persuaderi permiserint ob eius inuitiam
dem vrbis Hierosolymitanæ euerfionem
consecutam.

Cap. 22.

6. De S. Augustino sic scribit Possidonius
est frugali mensa & sobria, quæ quidem inter
lera & legumina etiam carnes aliquando pro
hospites & quosq; infirmiores continebat, in
per autem vinum habebat, quod tamen modice
tissime bibebat.

*Ep. ad Eu-
stochium.*

7. S. Hier. declarans quanto animi zelo
uore carnis tentationibus oblectando depu-
nerit, de cibis, ait, & poribus quibus tum temporis
tabam taceo, cum etiam languētes Monachi aqua
da vtantur, & coctum aliquid accepisse luxuria
exercitiis Monachorum Egyptiorum, qui
communi habitabant subiecti: vinitur panis
guminibus & oleribus quæ se solo condiantur,
tantum fines accipiunt, quibus & paruulus sapiens

dum, ut aliorum fessa sustentetur etas, aliorum non frangatur incipiens.

8. Paulus Eremitarum Coriphæus plurima annorum spatia palma cibum præbente, & amictum, lymphæ vero potum, in eremo transegit. Iesum addit S. Hier Testor ac sanctos angelos eius, in ea Eremi parte quæ iuxta Syriam Saracenis iungitur, vidisse me Monachos, de quibus unus per 30. annos clausus hordeaceo pane & lutulenta aqua vixit, alter in cisterna veteri quinq; caricis per singulos dies sustentabatur, &c.

Paulus ille à Deo etatis anno vsque ad 103. quo terris relictis ad cælum migravit, dimidiati panis fragmentum quotidie coruo alite deferente accepit, in aduentu Antonij integer allatus, Deo donante quantum viriq; satis esset, qui cum comedissent, ad fontem accedentes, prono ore, manibus concavis, aquam hauriendo, sitim expulerunt.

9. De S. Hilarione ait: Quindecim tantum caricæ post solis occasum comedit. Herbarum succo, & paucis caricis atq; aquæ potu, post triduum vel quatrimum deficientem animum sustentabat. Nam sibi quandoq; iratus & pectus pugnis verberans quasi cogitationes cæde manus posset excludere, Ego, inquit, a se ille faciam ut non calcitres, nec te hordeo alam sed paleis, fame te conficiam & siti graui onerabo pondere, &c.

10. S. Antonium Abbatem Ægyptium, & Serapionem Arsenoitam Palladius testatur solo pane & aqua victitasse, & priorem illum cum ad extremam peruenisset senectutem consuetum victus rigorem vltius tolerare non valentem, herbas & arborum poma pani & aquæ superaddidisse.

Aaa 5

II. Ful-

Sur. To. 1. 11. *Fulgentius Ruspensium Episc.* nec agere vini potum & carniū esum à quoquam accepit, ne à sobrietatis usu, cui semel assueverat, duceretur.

Sur. Tom. 1. 12. *Amandus Turoni apud sepulchrum Dilecti* quinde cim annorum intervallo, hordeaceo pane, solo & aquæ potu vitam diutissime magnam stupore sustentavit, ac demum ob magnam sanctitatis opinionem *Tralectensium Episcopus* designatus miraculorum gloria fulgens super eos abiit.

Sur. To. 4. 13. *Germanus Altifiodorensium Episc.* frugalissimo, tenuissimo simplicissimoque contentus, vini usum à mensa penitus excluderat, praterquam solemnioribus Ecclesiæ festis, quandoque cyatho paucillum vini infundebat, ut nihil tamen prater aquæ saporem gustaret. Antea hoc hordeaceo pane & leguminibus vixerat, & his non aliis sed cinere conditis.

Pall. hist. 86. 14. *Euagrius Presbyter* 40. annis in victum solum panem oleum & aquam adhibuit.

15. *Timotheus eremita Thebaidis palmitum* aqua vitam parce alebat.

16. *Dorothei Abbatis Ægyptij* quotidianæ victiæ erant panis aliquot uncia, herbarum fuscus, & aquæ vasculum.

17. *Maxentius Abbas Pictaviensis*, solo hordeaceo pane & aqua contentus vixit totius vite decursu.

Greg. Tur. de vita pauperum Gallia lib. 7. 18. *Gregorius Lingonensium Episcopus*, panem hordeaceum in delitijs habebat aliorum plantarum spretis cupedijs. Et aquæ tantum immixta

cebat vini vt amillo colore saporem tamen naturalem retineret.

19. S. Otto Bambergensium Epif. Pomeranorū Apostolus, nunquam in Episcopatu ad facietatē bibit aut comedit: vinum modicissime ac parcissime, si quando vel ob exhaustos labores, vel senectutē extremam necessum erat, non tam bibebat quam pitissabat, aqua alias contentus. Cū aliquādo Oeconomus Episcopalis Lucium piscem apposuisse, emptum duobus solidis, absit, inquit, vni miser Otto solus tot denarios hodie absumat, & pauperes Christi egeant. Defer igitur ad quendam egrotum. Ego enim adhuc firmo corpore me hoc pane possum resistere.

Auctor eius vita. li. 1. c. 32.

Admirabili frugalitas.

20. Petro Apostolorum principi post Christi triumphantem ad celos commigrationem panis cum olivis raro cum oluleculis cibus fuit, vt moderati victus exemplum daret ijs quibus abstinentiæ præcepta dabit.

21. Palamon Monachus in Thebaide deserto habitans celebri Paschæ die Pachomium contubernalem suum rogauerat, vt solito largius obsonaret. Coxit ille olus, oleoq; & sale condidit, sed posita mensa Palamon parumper suspensus stetit, ingemuit, lachrymas effudit, & Dominus meus crucifixus, inquit, felle & aceto potatus est, & ego oleum edam? Auertentem ac lugentem Pachomium hortabatur vt sumeret, & illam olei lautitiam non tã sibi, quam festi solennitati concederet. Tantū tandem vrgendo profecit, vt nec ipse aliud gustarit, quã q̃ alios consueuerant panem. s. cum Sale. Sic refecti Deo gratias egere, hoc duntaxat festo tribuen-

In vitis pp.

buentes quod escas tum lapidiores patitur
quam comederint.

Sabell. li. 2.

p. 2. li. 4. c. 2

23. *Onuphrius* Abbas cum sede incerta
solitudinem vagaretur diu herbis tantum
bus sustentatus dicitur, demum pane & aqua
tritum fuit ab Angelo.

24. *Romualdus* Abbas ordinis Camaldulensis
Institutor, dum in eremo vitam ageret, panem
fabam aqua maceratam comedit.

S. Greg.

Dial. li. 1.

c. 1.

25. *Honoratus* Fundensis monasterii
puerulus adhuc à parentibus inuitatus
comederet, recusavit, cum ergo derisus
interrogaretur an piscari in montibus vellet,
tam procul à mari & fluminibus constitutus
carne, sed piscibus vesci exoptaret? Subiens
puerulus, & ecce is qui ad hauriendam
perrexerat piscem de puteo situla captum
lit, quo miraculo omnes conuiuium, cuius
nentiā irriserant antea, venerari postea
runt.

26. *Pambo* Abbas cum animam ageret,
fessus est, quod ab eo die quo solitudinem
sus fuerat, panem haud vnquam gustavit,
quicquam cuius ipsum pœniteret, prole
fuerit, & tamen se sic è vita discedere, qualem
cœpisset, & necdum profecisset.

Palla. hist.

lib. 3.

27. *S. Philorionius* Presbyter annos 18
clausus pane & cocto omni abstinuit, deinde
nullum pomi genus gustavit, vt omni cibi
dulcedine seposita auiditatem edendi facilius
eraceret.

In vitis pp.

28. *Apollonius* Abbas, panem solum, herbas

edere solebat, sed ita ut ea sale condiret, vel aceto maceraret, coctum gustavit nihil.

29. *Theonem* Monachum cruda comedisse accepimus, nec in eduliorum apparatu ignis opera unquam usus.

30. *Hor* Abbas quamdiu solitudinem incoluit, herbis, radicibus, & aqua sustentatus est, pane abstinuit, donec monasterio prepositus communi cum aliis cibo uti cepit, tum ut ipsos lucrificaret, tum ut quadam vite aequalitate sub disciplina contineret.

Certe Clerici boni eos quorum vivere est bibere ad *Serm. 232.*
sobrietatem inflammare student, *S. Augustini consilium de Temp.*
sequentes qui ait: Qui pro Dei amore hoc tantum bibitis quod oportet, & quod ebriosis in terra perditur, & vobis in caelo per eleemosynam reponitur, non vobis sufficiat, quod vos honesti ac sobrii estis, sed quantum potestis ita castigat & corripit ebriosos, ut eis nunquam liceat vobis presentibus amplius bibere, quam oportet, ut dum ipsi sobrietatem diligitis & alios per vestram admonitionem ab ebrietatis perditione reuocatis, non solum pro vestra, sed etiam pro aliorum salute duplicia vobis premia in aeterna beatitudine preparetis. Sic & suavi iugo sobrietatis colla subdere nec ad praesepia pristina unquam retrocedere decet Clericum.

S. Petrus ad sobrietatem hortatur his verbis (Ep. i. c. 5.) Sobrii estote & vigilate, quia aduersarius noster diabolus tanquam leo rugiens circuit, quarens quem deuoret, cui resistite fortes in fide. Non enim solum ad carnis tentationes, quibus maxima pars mundi succumbit, vincendas valet sobrietas sed simpliciter ad omnes, sicut etiam ad omnes
iuvat

iuuat virtutes. Hinc Clerici bene ut in plurimum
annos ætatem prorogent, magna commoditas
ecclesiæ adferant, & Deo Domino nostro leni-
me & feruentissime seruiant, cum magna
spirituali voluptate, & ingenti merito viue-
re (seu ut magnam sibi coronam in celo
mereantur) non amplius cibi vel potus assunt
quàm corporis constitutio in ordine ad functionem
animi postulat, seu in cibo & potu debita men-
sam constantiter seruant. Maior autem mensura co-

*Vita sobria
ordinata,
regulata,
temperata.* uenit laicis, qui corporis exercitiis sunt dediti.
corpus assidue exercent quam Clerici qui
sunt in studiis, meditatione oratione, aliis
mentis functionibus. Functiones enim animi
de impediunt & retardant concoctione, vel quod
dum totam vim animæ sursum trahunt, virtutes
inferiorum quodammodo suspenduntur.
experimur cum intenti studiis vel orationi
horas audimus, nec ea quæ ante oculos sunt
uertimus, vel quia Spiritus non solum animales
sed etiam vitales & naturales auocant. Hinc

*Temperan-
tiâ presta-
re, atq; adeo
esurire in-
ter epulas
& cohibere
ventris in-
gluuiem il-
lecebris &
irritamētis
presentibus
hoc opus,
hic labor
est.* fit ut duplo minus cibi ac potus conueniat
studiis ac mentis functionibus est intentus
ei qui assidue corpus exercet, etiam si vinum
liquin & ætate sint pares. S. Aug. lib. 4. contra
Iulianum. c. 14. refert causam, ob quam difficile est
mensuram inuenire, in voluptatem, quæ facit
non sentiamus quando ad debitam mensuram
peruentum fuerit, & abscondit illam limitem
eum transiliamus nobisque persuadet nos
causam sanitatis cum agamus voluptatis. Quia
semper cauendum erit ne appetitus omnino

nietur, cum id omnē mensuram temperantiæ excedat, quod superat eam quantitatem, quam ventriculus potest perfecte concoquere nulla cruditate relicta.

Ad hanc mensuram deprehendendam uti possumus, ait P. ter Leonhardus Lessius in libello de vera ratione conseruandæ valet. (Ex quo hæc cerpsi) hisce regulis & obseruationibus. 1. Reg. Si tantum ordinarie sumas ut postea parum si apte functionibus mentis, orationi, meditationi, studiis literarum, perspicuum est te mensuram iustam excedere. Natura enim & ratio postulat ut pars vegetans ita foueatur ut facultas animalis & rationalis non offendatur, quia illa his seruire debet, & esse ad miniculo ad earum functiones, non impedimento. Cum ergo tantum ingeritur pro parte vegetante ut functionibus superiorum facultatum (sensuum, imaginatricis, intellectus, memoriæ) notabile detur impedimentum, signum est congruentem mensuram excedi. Prouenit hoc impedimentum ex vaporum, qui potissimum è ventriculo in caput emittuntur redundantia, qui modice tantum eo mitterentur si mensura non excederetur.

Hinc qui sobriam vitæ rationem sectantur, tam sunt ad omnes animi functiones expediti post cibum quam ante. Non solum autem isti è ventriculo ascendentes fumi (qui cerebri serenitatem obnubilant) è cibo recens assumpto qui iam effervesce & concoqui incipit, proueniunt, sed etiam è copia sanguinis & humorum

morum qui sunt in hepate, liene & venis, qui
mul incalefcunt & magnam vim eiusmodi fuliginis
num sursum mandunt. Verum sobria vita hanc
hanc Plethoram vel Cacochymiam castigat in
debitum modum, tum in quantitate, tum in
litate reuocat, adeo vt cibo assumpto non
plus huiusmodi fuligines in caput emittat.

*Libra apud
veteres est
12. unciarum* Quando enim natura perfecte suos humores
per facultates vegetantes regit, ita omnia obsequi
sat, vt neque vlli nascantur morbi, neque fuit
nibus superioribus præbeatur impedimentum.

Clericis ad senium vergentibus & debilibus
communiter 12. 13. vel 14. vnciarum cibi sufficiunt
per diem, & totidem vel paulo plures vici-
tus: crescentibus ergo annis & viribus leui-
decrefcen- tibus cibi potusque mensura minu-
tur, vt patiens sit proportionatum agenti, homo
chi vis sensim fit imbecillior.

2. Reg. Si tantum cibi vel potus assumas,
postea sentias torporem quendam, grauitatem
lassitudinem corporis, cum antea esses agili-
excitatus, signum est mensuram congruentem
excedi, nisi forte ex morbo, vel morbi reliquiis
proueniat. Cibus enim & potus naturam & vires
corporis recreare debent, & alacriores redditos
non grauare & opprimere.

3. Reg. Etsi ordinata vitæ regula diu ob-
ta non sine grauiissimo incommodo violenta
men ab inordinata viuendi ratione non est
te & immediate transeundum ad exactam me-
lam, sed id sensim faciendum, minuendo mor-
cis subtractionibus consuetam quantitatem.

nec ad eam proueniat mensuram, quæ nō amplius animi functiones offendit, nec grauat corpus, omnes enim subitæ mutationes, si sint notabiles offendunt naturam, propter consuetudinem (quæ velut est altera natura) à qua violente receditur & inducitur quod illi est contrarium singulis igitur diebus aliquid detrahendum donec ad iustam mensuram sit deuentum. Sep̄sim Stomachus contrahendus, inolita consuetudo veluti per exiguas particulas gradatim tollenda est & eneruanda.

4. Maxime cauenda est ciborum varietas & exquisita epularum instructio seu condiendi ratio, quia illa varietas temper nouo modo gulam prouocat, & appetitum excitat, vt nunquam videatur satis sumpsisse, quo fit vt iusta mensura enormiter excedatur, & triplo vel quadruplo amplius sumatur quam natura postulat. (Recte igitur Socrates monet illos cibos potusq; vitandos, qui vltra sitim famemq; sedandam appetentiam prouocant.) Deinde quia diuersorum ciborum diuersa est natura, diuersum temperamentū & sæpe contrarium, quo fit vt alij citius alij tardius concoquantur. Hinc mira in ventriculo cruditas, & totius concoctionis deprauatio, hinc inflationes, tormina, colicæ, obstructions, renum dolores & calculi, itaque & ratione quantitatatis nimix & ratione varietatis maxima chyli seu succi ex quo sanguis conficiendus, cruditas & inquinatio.

5. Cum appetitus sensualis cibi & potus proueniat ex apprehensione imaginationis qua

Rbb

cibi

cibi concipiuntur vt delectabiles, danda ma-
ma est opera vt talis imaginatio corrigatur.
quod valet i. subducere se ab epularum con-
ctu, ne specie & odore suo imaginationem
excitent & gulam alliciant. Præsentia
obiecti naturaliter mouet potentiam. Im-
to difficilius est continere appetitum epu-
præsentibus, quam absentes non concu-
cere.

Idem accidit in aliis omnibus sensuum ob-
iectis & lenocinijs. 2. Imaginari res eas ad qua
gula incitat, non vt blandas odoratas,
ues, palato oblectabiles, quales modo viden-
tur, sed vt fœdas, sordidas, olidas, de-
stables quales mox futuræ. Quælibet res
in sua resoluitur principia, tunc apparet quæ
reuera sit, & quidnam sub amabili illa
cie lateat. At quidnam putentius aut fœ-
illis delicijs simulatque leuem alterationem
Stomathos subierint? Immo quo quid gra-
videtur grauius, eo mox euadit delectabile
& maiorem fœtorem exhalat. Vnde quæ
licijs diffluunt nisi externis odoribus vicijs
grauelolentia corporis sui molesti sunt, in-
dauorum putentes.

Similiter excretiones terribilissimæ sunt odore
& hæc fœtor intolerabilis: Contra fit in
cis & mechanicis, qui cibis vulgaribus tempe-
te viuuntur.

Norunt Clerici sobrij vitam sobriam
ta corpori & animo conferre commodam. Ne-
i. hominem ab omnibus pene morbis liberum.

*Docet nos
Deus deli-
cias asper-
nari & sim-
plici victu
esse conten-
tos.*

*Sobrietas
maximorum
bonorum*

ac defendit, aufert enim catarrhos, tusses, ^{& corporis} vertigines, capitis & stomachi dolores, arcet ^{& animo} apoplexiam, lethargiam, epilepsiam, alios- ^{& concilia-} que cerebri affectus: curat Podagram, Chi- ^{trix.} ragram, dolores Ischiadicos & articulares morbos. Aufert cruditatem omnium morborum matrem.

Denique ita humores temperat & in debita ^{1. Prestat} proportionem conseruat, vt neque quantitate, ^{bonam va-} neque qualitate peccent. Vbi vero est congrua ^{letudinem} humorum Symmetria, ibi morbus locum non ^{& longauitatem.} habet, cum ratio sanitatis in tali proportionem consistat. Videmus enim eos, qui sobriam victus rationem sequantur, raro vel nunquam morbis tentari, & quando tentantur facilius ferre quam alios qui prauis humoribus & in- ^{Beneficio} temperantia gulæ redundant, & breui tempore ^{temperat} restitui. ^{multi ab}

Hinc S. Patres in summa victus Parsimonia ^{omni nota} incolumes & alacres diutissime (& sanctissime) ^{bili morbo} vixerunt. Ratio huius est, quia omnes pene ^{tota pene} morbi, quibus ordinarie homines laborant ^{vita longa} nascuntur ex repletionem, quod plus assumatur ^{que aetate} quam natura requirat, & Stomachus possit ^{fuerunt} perfecte concoquere. Cuius signum est, quod ^{immunes.} omnes pene curentur euacuatione. Detrahitur enim sanguis per sectionem venarum, vel cucur- ^{Contraria} bitulas, vt natura leuetur, subducitur medica- ^{contraria} mentis maxima humorum colluies, quæ per vis- ^{curantur.} cera & corpus diffusa est, imperatur abstinencia & tenuissima victus ratio præscribitur. Hippocrates li. 6. epidemicon sec.

Bbb

2

4. Po-

*Sobrietas
efficit ut
humores in
corpore sint
pauci &
benigni.*

4. Ponens rationem conseruandæ bonæ re-
letudinis, in parsimonia victus, & exercitatione
corporis, ait: Ἀσχυροῖς ὕγιαι ἀνογίνεσθαι
πράγην: Studium sanctitatis est edere cura salutarem
& impigrum esse ad labores. Adhæc medici afferunt
cruditatem omnium morborum (quibus homi-
nes ordinarie laborant) esse seminarium. Vide
Galenus li. i. de cibis boni aut mali succi: Non
morbo corripitur qui accurate cauet ne in cruditate
incidat. Et Syrus 37. Propter crapulam multi oborunt,
qui autem abstinens est adiciet vitam. In multis quæ
erit infirmitas. Atqui sobria victus ratio prohibet
cruditatem ac proinde succidit morborum cau-
sam. Cruditas enim seu imperfecta ciborum con-
coctio, & Chylus crudus seu maligne à Stoma-
cho confectus & inquinatus potius quam con-
coctus multa adfert incommoda. 1. Replet ceru-
brum & viscera multis pituitosis & biliolis excre-
mentis. 2. Parit in exiguis viscerum meatibus
multas obstructions. 3. Vitiat totum corporis
temperamentum. 4. Venas implet humore po-
trido, ex quo grauissimi morbi. Nam ut 3. solum
aut 4. exponam ex chylo crudo non potest in He-
pate (sanguinis officina) confici probus san-
guis, sed solum vitiosus. Quia concoctio secundum
non potest emendare primam, ex vitioso sangui-
ne non potest fieri proba nutritio, sed necesse
est vitiosum existere corporis temperamentum

Vita sobria & morbis obnoxium.

*optima est
medicina
morborum.*

Hac ratione sensim per cruditatem morbus
& deprauatur totum corporis temperamen-
tum multisque incommodis subijcitur. Rati-
o

sus chyli cruditas efficit, ut venæ per totum cor- *Morborum*
 pus repleantur sanguine impuro multisque pra- *causa per*
 uis humoribus permixto qui tractu temporis *medicinā*
 sensim putrescunt, & tandem data occasione per *sobrietatis*
 laborem, æstum, frigus, ventum &c. in graues *excinduntur*
 & periculosas febres, quibus innumeri ætate
 florenti pereunt, accenduntur. Hæc incom-
 moda vitat sobriæ victus ratio, quia tollit crud-
 itatem horum omnium causam. Cum enim non
 plus ingeritur quam ventriculus probe potest
 conficere, & ad hoc sufficiens temporis inter-
 uallum conceditur non potest nasci cruditas,
 sed chylus existet probus & naturæ conueniens,
 ex probo chylo probus quoque fiet sanguis, ex
 bono sanguine bona totius corporis mutatio &
 bonum temperamentum. Præterea vitatur hoc
 modo putredo humorum in venis, vitantur ob-
 structiones viscerum, & excrementitiæ super-
 fluentes, quibus & caput & viscera & iuncturæ
 persæpe affliguntur, itaque conseruatur bona
 corporis constitutio & sanitas (quæ sita est in
 humorum debita secundum quantitatem & qua-
 litatem proportionem & Symmetria, & in totius
 corporis spongiato quodam habitu nullis ob-
 structionibus impedito, ut Spiritus & sanguis
 liberum, per omnes partes habeat discursum)
 neque solum cruditatem humorum & mala quæ
 inde sequuntur impedit Sobrietas, sed etiam
 superuacuos humores contumit, idque mul- *V. Doctore*
 to securius & efficacius quam corporis exerci- *Viringū li.*
 tatio. Labor enim confertim corpus agit, & *5. de ieiunio*
 solum partes quasdam præ cæteris exercet id- *c. 3. 4. 5.*

Bbb 3

que

que sæpe cum humorum perturbatione, cum magno æstu, & morborum periculo, præterit febrium, pleuritidis, & variarum in variis partibus destillationum, quæ magnos dolores adferunt, abstinencia vero magis intra ad viscera & ad omnes iuncturas ac articulos penetrat, omnia blande & æquabiliter euacuat, crassum enim extenuat, obstructa aperit, superflua consumit, spirituum vias referat, & ipsos spiritus clariores efficit, idque absque humorum perturbatione, absque defluxionibus & doloribus, absque æstu corporis & morborum periculo, absque iactura temporis & dispendio functionum meliorum.

II. Non solum à morbis, qui ex cruditate interna humorum corruptione nascuntur, tuetur, sed etiam aduersus externas causas munit. Nam qui corpus purum & humores bene temperatos habent, non ita facile læduntur æstu, frigore, labore, & similibus incommotis, sicut alij qui prauis humoribus abundant, & lædantur facilius & citius curantur. Idem accidit in vulneribus, contusionibus, luxationibus, fracturis ossium, quia nullus vel exiguus frigus humorum ad partem affectam, qui assiduum curationem maxime impedit & dolores & inflammationes efficit: munit & contra pestem facilius enim illi veneno resistitur si corpus purum. Vnde Socrates sua frugalitate & temperantia effecit, ut quamuis Athenas sæpe pestis raderet, ipse tamen nunquam ægrotarit.

*Laert. li. 2.
de vitis ph.*

III. Et si non curat morbos incurabiles, tamen eos ita mitigat ut facile tolerantur, nec magnopere functiones animi impendant. Multi enim cum ulcere pulmonis, cum Scirrho hepatis, vel lienis, cum calculo in renibus aut vesica, cum inueterata impetigine, cum antiqua & insolita intemperie viscerum, cum enterocoele, hydrocele, aliisque herniarum generibus, solius diætæ præsidio diu vitam producant, semper alacres & ad ingenij labores expediti. Sicut enim ista mala per ingluuiem valde exacerbantur, ita ut naturam grauius affligant, breuique tempore præcipient, ita per sobriam victus rationem mirifice mitescunt, adeo ut parum incommodi plerumque ex illis sentiantur, nec multum de ordinario vitæ studio accidant.

IV. Suis cultoribus non solum sanitatem sed etiam longæuitatem confert, eosque ad extremam senectutem perducit, adeo cum ex hac vita decedendum nullos ferè vel exiguos dolores sentiant, quia moriuntur per meram resolutionem. Nam constat multos sanctos in eremo & monasteriis fuisse admodum longæuos, etiam si asperam vitam omnibus pene corporis commodis destitutam ducerent, quod potissimum illorum Sobrietati acceptum ferendum est. Sic S. Paulus primus eremita ætatem ad annos fere 115. produxit, ex quibus circiter 100. egit in eremo, quadraginta quidem primos, paucis dactylis & haustu aquæ, reliquos cum dactyli defecissent pane dimidio, quem cornus ei quotidie subministrabat. S. Anton. ad annos 105. ex quibus 90. egit

Sobria victus ratione vi naturæ vita extenditur ad multos annos.

S. Hiero. in eiu. vita.

Hier.

in eremo solo pane & aqua (quibus aliquid oblatum
in extrema senectute addebat) corpus suste-
rans, teste Athanasio. *S. Paphnutius* excellit annos
90. solo pane vescens, vt colligitur ex *Cassiano*
coll. 3. cap. 1. *S. Hilarion* etsi naturæ esset tener
& semper rebus diuinis intentus vixit annos
84. ex quibus fere 70. transegit in eremo, mira abstinencia, & cultus victulque po-
ritat.

Iacobus Eremita Persa genere partim in Eremo
partim in Monasterio transegit annos 104. victu
tenuissimo, vt refert Theod. Historia religiosa
in Iuliano. Et ipse *Iulianus* cognomento Saba-
id est, senex, semel in Hebdomade reficieba-
tur pane Hordeaceo, sale & aqua contentus
vt ibidem Theod. *Sanctus Macarius*, cuius Ho-
milie extant, excessit annum nonagesimum
ex quibus in eremo assiduo ieiunio peregit
xaginta. *Arsenius* præceptor Arcadij Imp. annos
vixit 120. in sæculo 65. reliquos 55. transegit in
deserto abstinencia admirabili. *Simeon Stylita*
vixit annos 109. ex quibus 81. in Columna, 28.
in monasterio. Verum huius abstinencia & labo-
res naturam humanam superare videntur. *Sanctus Romualdus* Italus vixit annos 120. ex quibus
100. solidos egit in religione summa abstinencia
& cultu asperissimo. *Vdalricus* Episcopus
Patauiensis vir miræ abstinenciae vixit annos
105. teste Paulo Beruriedensi in vita Gregorij VII.
Sanctus Franciscus de Paula abstinencia admirabili
(pane enim & aqua semel in die post solis occasum reficiebatur, vt
aliqui

aliquid obsonij quo vesci in quadragesima licet adhibens) superavit annum 90. *S. Martinus* 86. *S. Epiphanius* fere 115. *S. Hieronymus* circiter 80. *S. Augustinus* 76. *S. Remigius* exegit annos 74. in Episcopatu. Venerabilis *Beda* ab anno 7. ætatis vltq; ad 92. vixit in religione.

Quia *S. Ioannes Baptista* exactam illam sobrietatem se habebat vixit, annos 68. post Christi ascensionem, itaque credibile est eum ad centesimum pertigisse.

S. Simeon Annos 120. Habebat cum martyrio afficeretur *S. Dionysius* areopagita centesimum superabat Annum. *S. Iacobus* minor 96. ieiuniis & orationibus assidue vacans carne & vino semper abstinens.

Apud *Indos* diutissime viuunt *Brachmanes* ob victus frugalitatem, apud *Turcas* religiosi *Mahomedicæ* superstitionis qui abstinentiæ & austeritati plurimum dediti. *Iosephus* (2. de bello Indico c. 7.) scribit: *Essenos* longissima esse vitam ut plurimum eorum vsque ad centenariam perueniant ætatem, propter simplicitatem victus & vitam bene ordinatam.

Quigulæ prout occasio se offert laxant habent nas quotidie pene ad satietatem cibo potuque se farcientes plerumque ante tempus extinguuntur. Nam necesse est eos qui non frugaliter viuunt multis prauis humorib. impleri, & sæpe morbis tentari, nec posse sine detrimento valetudinis acctius mentis functionibus diu intendere, tum quia in illis tota vis naturæ & spirituum concoctioni & digestionis ciborum mancipata est, à qua

Voraces ne sunt longæni seu vita diuturna.

Bbb 5 si vio-

si violente per speculationem abstrahatur, necessario maligna erit concoctio, & multæ nascuntur cruditates: tum quia caput impletur vaporibus, qui mentem obnubilant, & dolorem, ac citius ingenio contendas, adferunt. Denique ipse illi s est crebra corporis exercitatione vel medicamentis quibus corpus vacuetur, itaque etiam si diu videantur vivere corpore, tamen animo & ingenio parum viuunt, cum exiguotempore ad functiones animi sint idonei, & maior pars temporis debeat impendi obsequio corporis.

Quod quid aliud est quam animum suæ carnis, hoc est, sui mancipij facere mancipium? Talis vita non decet hominem præsertim Christianum, cuius omne bonum spirituale est, & functionibus mentis ac corporis sensuumque mortificatione comparatur.

His adde eos qui debiliore sunt natura si temperate viuant multo esse secutiores de sua valetudine & vitæ productione quam sint robustissimi quique inordinate viuentes, illi enim scilicet non habere noxios succos in corpore, vel non ea copia ut morbum possint creare, illi vero necessario plurimis huiusmodi succis aliquot annorum tractu replentur, qui sensim magis ac magis putrescentes leui occasione in morbum grauem & æpe lethalem euadunt. Testatur Aristot. in problem. fuisse suo tempore quendam Philosophum Herodicum nomine, qui etiam in animi iudicio debilissimæ esset naturæ & tabeboraret tamen arte τῆς διατητικῆς (quæ vitæ ratio

*Eiusdem
rescimit
Plato. li. 3.
de Rep.*

rationem præscribit) ad centesimum annum
peruenit. Galenus facit mentionem cuiusdam *Lib. de tu-
dia sanita-
te.*
Philosophi, qui cum ad octogesimum annum
peruenisset, & adeo esset exhaustus vt nihil ei
præter ossa & cutem restare videretur, ante ta-
men & moderatione victus singulari effecit, vt
non nisi lentissima tabe confectus tandem oc-
cumberet. Idem agens de arte illa quæ dietam
præscribit, ait.

Ego tametsi nec salubrem corporis statum ab ipso or-
tu sum nactus, nec vitam plane liberam egerim, hac ta-
men ipsa arte vsus post 28. ætatis annum ne minimo
quidem laboraui morbo, nisi forte diaria febris ob lassitu-
dinem aliquando contracta.

Neque solum ad extremam senectutem
morborum & dolorum expertes perueniunt
sobrietatis cultores, sed etiam in ipsa mor-
te cum ad terminum tendunt & resolutioni
propinqui sunt, doloribus non affligun-
tur quia non vi illata naturæ sed simplici
resolutione, humidique radicalis consumptio-
ne vinculum animæ & corporis dissoluitur, *Mors sobri-
propinquas
leni & be-
nigno pas-
su.*
sicut lampas sponte sua absque strepitu ex-
tinguitur oleo consumpto. Sicut enim lam-
pas ardens tribus modis potest extingui. 1. Vi
extrinsecus illata, vt cum flatu vehementi
extinguitur 2. affusa multa aqua qua olei bo-
nus liquor opprimitur vel corrumpitur. 3. *Pul. bra &
desiderabi-
lis mors est
quam na-
tura nobis
adfert vi-
resolutionis.*
soliis olei consumptione: ita etiam vita huma-
na trib. modis extingui solet 1. Vi externa gladio
igne, suffocatione. 2. humorum noxiorum abun-

dan-

dantia vel qualitate maligna, qua humidum medicale opprimitur vel destruitur. 3. Cum ipsum humidum à calore naturali longo temporis tractu absorbitur, & in auras diffunditur, quod eo modo quo aqua calida vel oleum calidum consumitur à calore sibi ab igne impresso. in 2. modo magna fit naturæ turbatio, ac proinde necesse est magnos sentiri dolores, si ea res duret, quia temperamentum vi contraria evertitur & vinculum naturæ violente dissolvitur. At in 3. nullus vel exiguus est dolor, quia ab ininfecto temperamentum sensim dissolvitur, & humidum primigenium (in quo maxime vita consistebat) una cum calore innato consumitur. Dum enim humidum illud minuitur, simul minuitur calor illi insertus, & consumpto humido simul extinguitur calor. Hoc modo moriuntur plerique qui exactam diætæ regulam servarunt nisi forte extrinsecus illata pereant. Cum enim per diætam noxios humores evitent nihil in se habent quo temperamentum violente possit destruere, aut calorem naturalem opprimere, ac proinde necesse est ut vivant donec humidum primigenium una cum calore insito sit ita consumptum ut non sufficiat ad animam in corpore ulterius retinendam.

V. Sobria diætæ corpus reddit leue, agile, robustum, & ad omnes suos motus expeditum. Gravamen enim naturæ oppressio & tarditas provenit ex humorum redundantia, qui vias spirituum obstruunt, & iuncturas obsident, nimiumque humectant. Itaque sublata humorum copia per

diætā tollitur causā illius grauaminis & tarditatis, & laxantur viæ spirituum. Deinde per eandem diætā fit vt concoctio sit bona, & probus conficiatur sanguis, ex quo deinde puri & copiosi suppeditantur spiritus à quibus omnis vigor & agilitas.

Commoda quæ sobrietas præstat animo etiam ad quinque reuocari possunt. i. incolumitatē & vigorem præstat sensibus externis. Sensus enim videndi in senibus potissimum hebetatur, eo quod nerui optici humoribus superfluis aut vaporibus obsideantur, quo fit vt spiritus animalis qui visioni deseruit, vel obscuretur, vel non possit ea copia subministrari quæ ad acute cernendum est necessaria. Hoc impedimentum tollitur vel multum minuitur sobrietate victus ac potus, & abstinētia ab iis rebus quæ caput fumis implent, qualia sunt pingua omnia & maxime butyrum copiose assumptum, cereuisia crassa, vel herbis caput tentantibus medicata. Sensus audiendi impeditur humoris superuacanei & crudi ex cerebri defluxu in organum auditus, vel in neruum qui ei deseruit. Talis defluxio facile arcetur & præuenitur sobrietate victus. Sensus gustandi potissimum vitatur prauis humoribus organum ipsius imbuentibus, vt si biliosi humores, vel acidi, vel falsi linguam faucesque occupēt (siue isti veniāt ex capite siue ex stomacho, cuius interior tunica cum illis organis continuatur) omnia videbuntur amara, acida vel salsa. Hoc vitium tollitur congruenti diætā, qua etiam fit vt communes cibi & panis siccus melius sapiant
ho-

homini moderato, & plus ei voluptatis, adfructum quam gulæ dedito pretiose & exquisite conditis. Sublatis enim vitiosis succis, qui stomachum & organum gustus inficiebant, & appetitum fastidium inducebant, redit appetitus, & sensus ciborum sensus ac naturalis valde. Similiter modo conseruat sensum odorandi & tangendi. Longa tamen senectute vigor sensuum præsertim oculorum & aurium multum hebetatur, fere extinguatur, quia temperamentum organum vii & reliquarum partium paulatim debilitatur, consumpto sensum humore radicali & calore innato, quo fit ut & temperamentum evadat siccius quam conveniat sensuum operibus, & omnes meatus ac pori pituita frigida repletur, quæ omnibus animæ functionibus maxime auersatur.

Sicut enim senes interno corporis temperamento fiunt siccissimi & frigidissimi, ita ex metuitis succis humidissimi, adeo ut senium sit aliud quam frigus & siccitas temperamentum ex consumptione humidi radicalis & caloris innati proveniens quibus necessario præter frigidæ copia toto corpore est contraria.

II. Valde minuit ac mitigat affectus leuiores præsertim iræ ac Melancholiæ, insensibilis in his excessum & inordinatum impetum. Idem facit circa affectum delectabilem gustus & tactus.

Non solum autem est turpe & virtuti aduersum esse iræ impotentem, esse subiectum

Melan-

Melancholiæ & tristissimis phantasie curis, esse mancipium gulæ & ventris cæcoque imperu inesculenta & venerea effundi, sed etiam valetudini noxium, & apud honestos probrosum.

Hiscæ malis sobrietas facili negotio medetur, partim subtractis, partim correctis humoribus qui illorum sunt causa. Quæ enim biliosis humoribus abundant sunt iracundi & præcipites, qui melancholicis continuo mærore ac metu conficiuntur, si humores isti in cerebro inflammentur phrenetidem & maniam procreant: si acidus humor stomachicis sit impactus, assiduam famem & voracitatem: si feruidi sanguinis in corpore sit copia, incitat ad libidinem præfertim si materia aliqua flatulenta sit coniuncta. Nam affectus animi sequuntur apprehensionem phantasie, phantasie autem apprehensio est conformis dispositioni corporis & humoribus, qui in corpore dominantur: Hinc biliosi somniant ignes, incendia, bella, cædes: Melancholici tenebras, fœnera, sepulchra, spectra, fugas, & foveas & tristitia omnia; pituitosi pluias, lacus, flumina, inundationes, submersiones, naufragia, sanguinei volatus, cursus, conuiuia, cantus, amores. Somnia vero nihil aliud sunt, quam phantasie apprehensiones cæteris sensibus sopitis.

Vnde sicut in somnis, ita etiam in vigilia phantasia pleraque apprehendit consentanea humori, & qualitati, prævalenti, præsertim primo obiecti

obiecti appulsu, priusquam à ratione corrigatur ac dirigatur. Itaque excessus istorum humorum peruertit naturalem phantasie statum & apprehensionem. Bilis quia amarissima & naturæ maxime aduersa facit ut phantasia dictum faciat alterius vel quidlibet aliud quod displicet apprehendat ut sibi aduersus inimicum, iniuriam & quia humor ardens est & impetuosis, facit ut apprehensio sit velox & vehemens, incitetque calorem mali repulsionem & vindictam. Humor melancholicus est grauis, frigidus, succus turpidus, acidus, atro colore & cordi valde infestus. Itaque facit ut phantasia apprehendat omnia tanquam infesta, inimica, tristitia, tenebrosa.

Ratione autem frigoris & grauitatis fit, ut incitet ad mali repulsionem, sicut bilis quæ leuius est, sed iniicit metum, fugam, cunctationem. Phantasia frigida est & humida, unde fit ut apprehensio ad omnia sit tarda, languida absque vigore & crimoniam, alacritate. Itaque bilis facit ut homo iracundus, præceps, velox, audax, vehemens, iracundus, morosus, ad quidlibet indignetur, & etiam quæ in ebrietate patrantur ex furore plerumque proueniunt, vino bilem augere accendit. Melancholia facit tristes, pusillanimes, meticulosos, solitarios cogitabundos, desperabundos.

Et sicut bilis ad breue tempus dum feruet etum mentis iudicium peruertit, ita melancholia fere assidue, maxime ea quæ cerebrum occupat vel vel retros vapores sursum ad cor & cerebrum

ex hypochondriis emittit. Pituita efficit lentos, languidos, somnulosos, meticulosos, obliuio-
sos, denique ad omnia praeclara inutiles, frigore
enim suo vigorem spirituum hebetat, & humi-
ditate cerebrum & meatus spirituum nimium
humectat.

Omniis hisce malis magna ex parte medici-
nam facit sobria diæta, hac enim adhibita sepius
minuuntur prauis humores natura eos consumen-
te vel expellente. Corrigitur etiam corporis in-
temperies, tum purus & temperatus sanguis
subministratur, qui nullis cruditatibus sit per-
mixtus, nullis humoribus superfluis vitatus,
nulla qualitate noxia excedens. Hinc sobrii sunt
placidi affabiles, benigni, læti tractabiles & in o-
mnibus moderati. Benignus enim succus naturæ
affectus & mores facit benignos, & succus mali-
gnus (qualis est bilis & melancholia si qualitate
vel quantitate excedat) facit affectus & mores
malignos & efferatos. Neque solum prauis humo-
res excitant passiones, iisque dant initium sed vi-
cissim per quandam sympathiam ab ipsis passio-
nibus accenduntur, ac roborantur & accensi ro-
boratique efficiunt, ut ipsa quoque passio augea-
tur & confirmetur: Sic humorbilius qui cum
abundat mediante apprehensione phantasie quæ
vitæ excitat passionem iræ iræ commotio per
quandam sympathiam accendit spiritus & hu-
morem biliosum, humorbilius iam accessus
efficit ut phantasia fortius & vehementius rem
apprehendat, & maior videatur iniuria quam an-
tea, & sic ipsa quoque iræ commotio augetur &

Ccc

robo-

Auerte cogitationem ab acceptis iniuriis. roboratur. Hinc fit vt interdum ex ira tranſi-
tur in furorem, ſi phanſia multo tempore
imaginatione iniuriæ perſiſtat. Simili modo hu-
mor melancholicus mediante phanſia exacer-
maerorem, nulla alia cauſſa maeroris ſuppreſſe
maeror per quandam ſympathiam concuſſus
& impedit liberam eius diaſtolem, quo fit vt
humor melancholicus aduratur fiatq; malig-
& quod terræ fulgines non poſſunt diſſipare
ctus malignior auget maeroris affectum, de-
pe adigit ad deſperationem funeſtaque con-
ſilia.

*Sobrietas memoriam reddit te-
nacem, in-
tellectum
vinacem.* II. Conſeruat memoriam: hæc enim maerore
leſi ſolet ab humore frigido cerebrum occupa-
te, qui potiffimum intemperantibus & leni-
eſt infeſtus. Hic enim humor & vitæ ſpiritus
angultiores obſtruit & ſpiritus ipſos refrige-
& torpidos reddit, quo fit vt apprehenſiones in-
lentæ, languidæ & fluxæ, & ſæpe in media narra-
tione hominem ira deficiant, vt neſciat quid dixe-
rit, aut qua de re locutus fuerit, rogetque ſocios
quid tractacimus? imo interdum acci-
omnem pene memoriam perdat, & omnium
ſciplinarum obliuiſcatur, vt cum pituitæ ſuper-
copia meatus angultiores cerebri obſtruit, ſpi-
ritus torpidos reddit, totamque cerebri ſubſtan-
tiā nimium humectat & refrigerat.

Totum hoc malum mirifice vel arcetur vel
ratur ſobria & congruenti victus ratione, ab-
nendo à potu calido & fumoſo, niſi forte er-
ſit quantitas. Eſi enim vinum ſit calidum
crebro & magna copia hauſſu frigidos meatus

paris, destillationes, tussiles coryzas, apoplexiā, paraly-
sim, quin caput vaporib. implet, qui ibidē re-
frigerati in frigidam pituitā, quæ istorum malorū
causa est, densantur. Neque solū à potu calido &
fumoso sed etiam à copia omnis humidi abstinē-
dum, & quantum fieri potest sicca diæta utendū:
Hac enim fit, ut superflua humiditas vel non gi-
gnatur vel genita consumatur, & consequenter
ut obstructiones, quæ ab ea proueniebant tollā-
tur, & viæ spirituum laxentur, & ipsi spiritus
extenuentur, debitumque statum consequan-
tur, & cerebro natiuum redeat temperamentum
fiatque vna cum spiritu idoneum ut phantasiæ &
memoriæ deseruiat.

IV. Tuetur vigorem ingenii in excogitando, ^{Quia so-}
ratiocinando, inueniendo, iudicando, facitque ^{bito cere-}
aptum ad diuinas illustrationes suscipiendas. ^{brum est}
Hinc homines abstinentiæ dediti sunt vigilantes ^{purum in-}
circumspecti, prouidi, boni consilij, recti iudicij. ^{star specu-}
Si de disciplinis agatur facile excellunt in his qui ^{li, facile ex}
bus animum applicuerunt. Si de oratione, medi- ^{infimis istis}
tatione, contemplatione, magna facilitate, vo- ^{& terrenis}
luptate, & gustu spiritali ea obeunt. Antiqui Pa- ^{ad diuina-}
tres & Eremitæ cum essent abstinentissimi sem- ^{rum rerum}
per mente vigeant, & totas noctes in oratione ^{sublimis}
rerumque diuinarum commentatione traduce- ^{ascendit cō}
bant, tanto animi solatio ut in paradiso versari si- ^{sideratio-}
bi viderentur, & temporis fluxum non percipe- ^{nes, cum}
rent. Hac ratione ad summam sanctitatem & fa- ^{summa a-}
miliaritatem Dei peruenierunt, & dono Prophe- ^{nimi volu-}
tiæ ac miraculorum donati sunt, & toti mundo ^{ptate &}
admirabiles exitere. ^{consolatio-}

Ccc 2

Cum

Cum enim perpetuo mentem sursum erectam Deoque intentam tenerent, digni habiti fuerunt ad quos Deus vicissim se inclinaret, eos enim illustrando (iuxta illud Ps. 33. *accedite ad eum et illuminemini*) suorumque secretorum facili participes, & operum mirabilium administratores, ut mundus hinc intelligeret quantum operum suorum Deo placeret, & ad eorum imitationem ac venerationem excitaremur.

Sunt etiam hoc tempore plurimi qui eam abstinentiæ via ad sapientiæ virtutum Christianarum culmen nituntur, è quibus aliqui scripturarum suorum multitudine & eximia eruditione omnibus sunt admirationi. Nemo absque sobrietatis præfidiō simile quid præstare poterit, quod si obstinate conetur, se ipse ante tempus conciet: nemo sine huius virtutis ope passiones suas frænare, animi tranquillitatem obtinere, mentis functiones circa res diuinas facili modo & cum voluptate obire ad insignem sanctitatis gradum perungere.

Horum enim omnium veluti basis & fundamentum est sobrietas, ut docet Cassianus lib. 1. cap. 1. est de gastrimargia c. 14. & 17. Vnde sancti qui celsam perfectionis Evangelicæ turrim adificare voluerunt, ab hac tanquam fundamentum totius ædificij spiritualis inceperunt, quoniam sobrietas tollit ea quæ functionē potentiam mentis seu mentis considerationem vel impediunt vel difficilem laboriosam & inamænam reddunt suppeditat ea quæ facilem, delectabilem & fructuosam efficiunt, merito fundamentum secundum sapientiam.

sapientiæ & profectus spiritualis dicenda est. Fides est fundamentum intrinsecum & primarium cui directæ cæteræ virtutes innituntur: abstinentia extrinsecum secundarium, & subseruiens, quatenus remouet, quæ vsum fidei impediunt, Vel inamanum reddunt. Impediunt autem ac difficilem reddunt speculationem nimia cerebri humiditas, vaporum & fuliginum abundantia, meatuum cerebri obstructio nimia sanguinis copia, spirituum feruor à sanguine vel bile proueniens, vapores biliosi & melancholiæ adustæ caput petentes, humor biliosus & melancholicus cerebrum occupans. Hæc omnia impedimenta si nondum absint ea præcauentur sobria diæta vt non irrepant: Si autem adsint sensim vincuntur & emendantur. Neque solum tollit impedimenta speculationis, sed etiam suggerit adminicula speculandi, probum sanguinem & consequenter puros & bene temperatos spiritus, & congruum cerebro temperamentum. Nam & ipsum temperamentum cerebri quod per intemperantiam factum est, nimis vel humidum vel frigidum, vel siccum, vel calidum, per diætam sensim emendatur, & ad mediocritatē reducitur.

Quid autem optabilius homini Christiano & religioso (& Ecclesiastico) quam longa senectute *Quanti hic fructus sit momenti.* vri mente sana alacri, expedita, & vegeta ad omnes suas functiones? Tunc enim post longam experientiam præcedentis ætatis mundi vanitas clarius cognoscitur & animo vilescit: tunc cælestia magis nobis sapere, & terrena contemni incipiunt: tum futura quæ impendent assidue ver-

fantur ob oculos vt digna ad ea nos compare-
mus: tunc omnis ea notitia & experientia quam
ab ineunte aetate vsque ad illud tempus nobis
comparauimus nobis est adminiculo, eiusque
suaves fructus carpinus. Tunc sedatis animi
fectibus & turbellis cum magna voluptate & fa-
cilitate incumbere possumus orationi, medi-
tationi rerum diuinarum, lectioni sacrae scripturae
& sanctorum patrum, & assidue aliquid pro
mo voluere, aliquam diuini eloquij sententiam
(more S. Patrum) ruminare, preces canonicas
signi attentione persolvere, sacrificium nullum
magna reuerentia & deuotione offerre, mirum
dictu est quanta in omnibus istis mentis officijs
sobriae senectuti sit facilitas, quanta voluptas,
quanta animi consolatio, & consequenter quan-
tum meriti & praemij hinc sibi sobrius possit
comparare.

Addit hic P. Lessius se hac potissimum de cau-
sa hygiasticon suum seu veram rationem valedi-
dinis bonae & vitae vna cum sensum iudicij &
memoriae integritate ad extremam senectutem
conseruandae scripsisse, vt hominibus pijs & re-
fertim religiosis tantum bonum commendaretur
quo & ipsi diu sani viuere, & Deo cum magni-
facilitate & gaudio seruire, & animum suum di-
uinis inspirationibus & illustrationibus suscipere
dis aptare, & maximos bonorum operum me-
sauros sibi congregare possint. Parui quidem
facienda parumque utilis est longa vita aut, ad-
miniculo potius quam Deo seruit, si auaritia vel
libertati, vel voluptati dedita est: verum si Deo

ra est mancipata virtutisque officiis addicta maximè est pendenda & utilissima. Itaque etsi sobrietas eam vim habeat ut omnibus non solum qui pietati, sed etiam sæculo dediti, corpus sanum & mentem vegetam præstet, tamen illis potissimum est sectanda, qui pietatem colunt, & Deo quam maxime placere student, quia his maximè voluptatem etiam in hac vita & postea copiosissimam in æternitate fructum confert.

V. Libidinis impetum extinguit, & tentationes carnis mitissime sedat, & magnam carni & spiritui tranquillitatem conciliat, quia & materiam libidinis (copiam spermatis) & causam impulsivam (copiam spiritus animalis quo sperma expellitur) & causam excitantem imaginationem rerum venerearum subtrahit, imaginatio hæc excitat primam concupiscentiæ passionem, hæc statim commouet spiritus ad expulsionem, si commotiurgent, & nisi voluntas cohibeat, perficiunt. Vincere hunc impetum est præcipuum certamen hominis Christiani, præsertim florenti ætate & natura adhuc robusta:

Sobrietas subtrahit naturam & causam impellentem libidinis, quia si adsit copia spermatis facit ut sensim minuatur tum quantitate, tum calore, similiter minuit copiam & feruorem spirituum abstinendo à calidis & stultis cibis, à vini & cereuisiæ potentis vsu saltem quamdiu opus est ut ad mediocritatem deueniatur: immutato autè & temperato spermate ac spiritibus, sponte cessant libidinosæ imaginationes, vel si occurrant facile excutuntur (nisi forte Dei pmissa à diabol. suggerantur).

Ccc 4 quia

*Stimulos
carnis mi-
tigat.
Sine cerere
& baccho
friger ve-
nus.*

quia oriuntur per quandam sympathiam ex dispositione corporis ex copia seminis & spiritus sicut imaginationes aliae quae humoris dominantis conditionem sequuntur. Hinc sobrietatis cultores ab huiusmodi imaginationibus & sensationibus plerumque sunt liberi & ratio illis modum illis vexantur. Quod si carnis rumorum causa non adsit facile sobrietas praecognoscitur, dum facit ut non comedas aut bibas amplius quam sustentatio corporis postulat. Non enim quantitatem eorum quae assumit mens appetitu, qui maxime fallax, sed ratione quae praestat quid & quantum corpori conservando & functionibus animi congruat. Ratio enim dicitur iis qui caste vivere & incitamento libidinis carere volunt non esse obsequendum appetitui, sed dimidia solum ex parte ei satis faciendum quatenus appetit necessaria corporis sustentationi quod si fiat nulla erit seminis copia, & nulli vel qui libidinis stimuli, semen enim est superfluum alimenti, quod corpori alendo non erat necessarium. Vbi ergo non plus alimenti sumitur, quam alendo corpori sit opus, ibi vel nihil vel parum est superflui quod in semen dispensetur.

*V. Signum
de Tempe-
rantia.*

Est in sobrietate & abstinencia ad libidinem domandam longe maior vis quam in aliis corporis afflictationibus, ciliciis, disciplinis, chaenoma, labore manuum.

Hae enim exterius tantum corpus affligunt & cutem perstringunt, causam vero mali quae interiorius latet non attingunt, abstinencia vero tantum ipsam ex fibris & venis intimis subducit, & con-

turæ temperamentum ad mediocritatem reuocat. Hæc omnia ex Lessio placuit huic intexere speculo, propterea quod vti & ipse merasset Lessius ea maxime perpendenda sunt Ecclesiasticis & Deo dicatis, quorum professio est functionibus mentis vacare, & rebus diuinis intendere. Si enim ista accurate expendant fieri nequit quin sobrietas ipsis sit placitura, & facilis ac iucunda futura, intemperantia vero horrore & detestationi. Pudebit multos suæ mollietiei, pudebit tantæ vilitatis & imbecillitatis animi, quod gulæ obsequijs ita sint subiecti, quod duro eius imperio adeo seruiliter pareant, quod vilissimis & momentaneis eius illecebris non possint resistere.

SIGNVM CLXXXVII.

*Intra limites habitationis suæ se continere
nec temere egredi, sed solitudi-
nem amare.*

i. **E**liseus Propheta Naaman principi militæ ^{4. Reg 5 v.}
Regis Syriæ de finibus Syriæ venienti mi- ^{1. v 9.}
nime occurrit, sed cum Princeps ille venit cum
equis & curribus, & stetit humiliter ad ostium
domus Elisei, limen habitaculi sui egredi minime
dignum duxit, neque ianuam vt egredere cur ape- ^{Tulerat}
ruit, sed per nuncium potius quæ fuerant facien- ^{Naaman}
da mandauit (H. Eliseus, ait D. Petrus Damianus, ^{secum decē}
Spiritus S. discipulus, spe diues, thesauro fidei ^{talenta}
locuples, licet centum Prophetarum filios sub ^{argenti.}

Ccc 5 disci-