

Bibliothèque numérique

medic@

**La Framboisiere, Nicolas Abraham de.
Le gouvernement nécessaire à
chacun pour vivre longuement en
santé, avec le gouvernement requis
en l'usage des eaux minerales,...**

A Paris, chez Marc Orry, 1608.
Cote : 39255A



(c) Bibliothèque interuniversitaire de médecine (Paris)
Adresse permanente : <http://www.bium.univ-paris5.fr/histmed/medica/cote?39255A>

LE 39255 A
GOVVERNEMENT
 NECESSAIRE A CHACVN
 POVR VIVRE LONGVEMENT
 EN SANTE'

AVEC

*LE GOVVERNEMENT REQVIS EN
 l'usage des eaux Minerales, tant pour la preser-
 nation, que pour la guerison des
 malades rebelles.*

PAR
NICOLAS ABRAHAM, SIEUR DE
LA FRAMBOISIERE, CONSEILLER
& Medecin ordinaire du Roy.

Troisiesme edition reueue, & reformee par l'Auteur.



B 8
 forget d'ou
 Medecin.

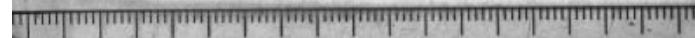


A PARIS,

Chez MARC ORRY, rue saint Iacques
 au Lyon rampant.

M. DC. VIII.

avec Privilège du Roy.







AV ROY.

I R E,

SAl heureux auſſice de ce nouuedau ſiecle, ie preſente à vostre Majeſté vn Gouuernement de la vie humaine nouuellement eſtably en vostre Royaume, pour maintenir en Santé tousz voz ſubiects, qui garderont ſoigneuſement les ordonances y cotenues, à fin qu'ils vous puifſent rendre le tres-humble ſervice, auquel ils ſont naturellement obligez. Puis que la furie de la guerre, vous en a rauy la plus grād' part, i'ay penſé que ie ne ſçaurois mieux employer mon temps, qu'à déclarer les moyens de conſeruer le reſte en bonne diſpoſition, en eſgard à la vocation à laquelle Dieu m'a appellé. Bien que par cy-deuant plusieurs euffent deſja voulu eſtre morts pour eſtre exemptz des maux qu'ils ſouffroient durant que la ſanglante Bellonne exerceoit ſa crudauté; ſi eft-ce qu'il ne fe trouuera maintenant personne, qui ne deſire de viure longuement, pour iouyr de cefte tant ſouhaitée paix, qui commēce à rebuire en ce beau printemps de vostre regne.

à ij

miraculeux. C'est pourquoy ie laisse les armes Martiales, pour prendre celles de Nature. Ie monstre la maniere de les bien manier, pour la defence du corps humain. Ie rembarre les ennemis iurez de sa sante. Ie les empesche de s'emparer de son Empire, & de Venir troubler le repos de son Estat. Pour authoriser cest œuvre, i'ay pris la hardiesse, SIRE, de grauer sur son front vostre nō tres-Auguste, esperant que vous prendrez à bon Augure, qu'il soit mis, comme l'image d'un Dieu tutelaire à l'entrée du temple de Santé. Ie supplie le Tout-puissant vous donner vne tres-longue & tres-heureuse vie, en goustat le fruit salutaire, duquel ie fais offrande à vostre Majesté, en toute reurence & devotion, pour tesmoigner à iamais que ie suis,

SIRE,

Vostre tres-humble, tres-obeyssant
& tres-fidele subiect, serviteur
& Medecin,
LA FRAMBOISIER



P R E F A C E,

x

*MON SEIGNEVR DE SILLERY,
Chancelier de France.*

MONSEIGNEVR,
Pour laisser à la posterité
vn fidele tesmoignage du
desir extreme, que i'ay touf-
jours eu de proffiter au pu-
blic : apres auoir employé le prin-
temps de mon aage à l'estude des bon-
nes lettres , ic me suis mis à escrire
plusieurs liures en Latin tant sur la
Philosophie mere des Ars , que sur la
Medecine , de laquelle ie fay professiō.
Puis il m'a prins enuie de descrire en
François la maniere de viure long tēps
fainement , afin que mon labeur puisse
en la Gaule seruir à toutes personnes de
quelque estat & condition qu'elles
soient . Il sera bien aisē aux Italiens ,
Espagnols , Anglois , Allemans , & au-
tres estrangers qui ont esté nourris en
France , de luy faire parler le langage

à iiij

de leur pays , pour le communiquer aux gens de leur nation. Quelques Medecins plus curieux de leur proffit que du commun, trouueront mauvais que i'aye traicté ce subiect en langue vulgaire. Mais ceux qui ont le cœur bien assis, preferent le bien public , à leur particulier : attendu qu'en s'estudiant de bien faire à chacun , on s'approche de Dieu , qui a soin detout le monde, cōme on s'esloigne des bestes, qui ne se soucient que d'elles-mesmes. Aussi ne sçauroit-on dōner preuuie plus signalée de la noblesse de son ame, qu'é faisant paroistre qu'on n'est pas né pour soy seulemēt, ains pour tous ses semblables. Qu'ils n'alleguēt point pour couverture, que i'aye diuulgué les mysteres de nostre art. Car me contētant de declarer le régime de viure, i'ay laissé aux medecins presens les ordonnances des remedes qui pourroient nuire, faute d'en bien vser , & n'ay point voulu mettre en François les receptes, desquelles on pourroit abuser: approuuant non seulement la façon de faire des Ægyptiens, premiers inuenteurs de la Medecine, lesquels pour ne prophaner vn si saint don de Dieu,n'escrivoient leurs reme-

des qu'en lettres hieroglyphiques: mais aussi la couftume que nous auons au- iourd'huy , d'vser à leur exemple d'ab- breuiatiōs,& de certaīs chiffres en nos ordonnances, àfin qu'elles ne soient entēduēs que des Apothicaires à qui elles s'addressent. Il n'est pas defendu pourtant d'enseigner familiermēt au peuple la maniere de viure en Santé , & de se preseruer de maladies. Cōbien qu'en nous baillant le bonnet de Docteur, on ait accoustumé de nous presenter les liures de Medecine fermez, pour nous admonester tacitement de ne point di- uulguer les secrets de nostre art: si est-ce qu'on nous les offre incontinent apres ouuers, pour nous aduertir qu'il ne faut point cacher ce qui est proffitable à la Santé du corps humain. L'intentiō de noz predecesseurs qui ont introduict ceste ceremonie, n'a iamais esté d'em- pescher le proffit public: trop bien ont- ils voulu signifier par là , qu'il nous faut estre discrets à reçognoistre *πητα* *και αρρωτα*, à fin qu'il ne s'y commette point d'abus. Les plus feueres censeurs par- auanture m'accuseront , d'auoir pris dans les bons autheurs qui ont escrit deuant moy, la plus grande part-

à iiiij

des matieres que l'ay traicté. Je confes-
se voirement auoir effleuré tout ce que
l'ay veu de plus exquis appartenant à
mon subiect, dans les iardins des Me-
decins, Philosophes, Astrologues, Cos-
mographes, Poëtes, & autres escriuains
Grecs, Latins, Arabes & François, tant
anciens que modernes, pour l'adiancer
par beaux compartimens dans mon
parterre, duquel les portes sont ouuer-
tes à chacun, pour en aller gouster le
fruct. Mais l'ay expressément nommé
ceux de qui ie me suis aidé. Ce n'est pas
larcin d'emprunter de noz deuanciers
ce que nous trouuons propre à nostre
vsage, moyennant que nous leur faciōs
cest honeur de le tenir d'eux. Eux-
mesmes l'ont ainsi fait à l'endroit de
ceux qui les ont precedez. Cela s'est
pratiqué de tout temps entre les au-
theurs qui ont escrit lesvns apres les au-
tres. Laçoit que les premiers ayent bien
trauaille, les derniers n'ont laissé de
mettre la main à la plume apres eux, pē-
sans ou adiouster quelque chose d'autā-
tage, ou arranger mieux ce qui auoit
desia esté traicté par les autres, ou le
coucher plus briefuelement ou plus clai-
rement par escrit, ou en plus beau style,

au en meilleur langage. Quiconque lira attentiuemēt mon œuvre, il y trouvera beaucoup de choses de mon in-vention, outre celles que l'ay colligé çà & là: il y verra vne methode plus claire & plus aisée que pas vne des autres, avec vn style non moins facile que succinct. Et si le langage n'est tant poly & orné qu'õ pourroit souhaitter, du moins est-il propre & intelligible. Vray est que pour donner plus de grace au dis-cours, en certains endroits i'ay usé de metaphores & d'allegories, mais quand elles sont tant soit peu obscures, i'ay adiousté l'interpretation en la marge, à fin d'estre entendu de chacun. I'ay été contraint d'user quelquefois de mots rudes à l'oreille, pour estre plus significatifs : mais il s'en faut prendre au subiect, qui n'eut pas été si propre-ment exprimé en autres termes. Au sur-plus i'ay reformé beaucoup de choses en ceste troisième edition, que ie vous présente, pour arres du treshumble ser-uice, que vous desire rendre à perpe-tuité,

MONSEIGNEVR,

Vostre treshumble scriteur,
LA FRAMBOISIERE.

A MONSIEVR DE LA
VALLEROY.

MONSIEVR,
*Voyant mon œuvre du Gou-
 uernement de Santé, si bien
 receu & recueilli par toute la
 France, i'ay employé quelques
 heures à le revoir & réformer. Or manque-
 roie en mon devoir, si ie ne vous faisois
 gouter des nouveaux fruitz de mon labeur,
 reconnoissant la singuliere affectiō que vous
 m'auez tousiours portez. C'est pourquoy ie
 vous envoie ceste nouuelle edition, sur l'es-
 perance que i'ay quelle vous sera agreable,
 venant de la part de celuy qui demeura
 pour iamais,*

MONSIEVR,

**Vostre serviteur tres-humble
LA FRAMBOISIERE.**

Q V A T R A I N.

*A Esculape vniour Dina faisoit priere,
 Gouverneur de Santé, maintiens moy le corps sain,
 Avec l'entendement: mais vne voix soudain
 D'en haut luy respondit, tu as LA FRAMBOISIERE.*

C. D.

ΕΙΣ ΤΑ ΝΙΚΟΛΑΟΥ
Αρχάμψ Φραμβούσεργ τύφιλοσόφη
καὶ ἵατζ λαμπροτάτη
νήσεινα.

Ω νήσεια μάκαροί αἰγάλων ὁ μῆτερ αἰπάντων,
Χαῖρε θεὰ μετά σου περπάντα ταλαιπώ βροτοῖς.
Σειοδοτῆρε θεὸς θεραπεύομεν εὐτερέοντες
Ησάπερ ἄλλ' ήμιν ἐτίγ αἰωφελέα.
Διπάλαι Ιωποκράτης μερόπεως φάσ δια-
λαμψας
Ηρακλ θεοπεσίν κῦδος ἀκεφούσις.
Πᾶς αἰών ἔχορη πιν' ἔχων Ασκληπιονάστη.
Τέρπεο Κελτὲ βλέπων τὸν Γεύαλεξίκακον,
Τὸν Φραμβούσεργον μᾶλλον δέ φέροντα πολεύειν
Αμφροσίων, ἵνα μὴ μοῖρα φερῃ θάνατον.
Ηδεονᾶς Φραμβούσεργ, δόσον ἔνειαρ οὐγέια
Αιθρώποισι πρεῖ, τησις τόσον εὗχος ἔχεις.

N. Γυλανίος.

PETRI PENÆ MEDICI REGII
HEXASTICHON.

Pertractat varias dum FRAMBOESARIUS artes,
Et sua scripta libens spargit in ora virum,
Insignis Medicusque Sophusque, è corpore
nostro
Morborum omne genus pellit, & ex anima.
Principis hoc etiam indulxit Fortuna, quod
aucta
Hoc Chirone nouo gratuler Aula tibi.

AD D. FRAMBOESARIVM.

Accipiens FRAMBOESARI tua dogmata Cælo,
Mellifluas dotes, Ambrosiasque dapes:
Mellis & Ambrosiæ tot pâdis in Orbe medelas
Quot seris hîc libros, quot geris ipse favos.
Dûmque tot è Divum solio solatia quæris
Humanæ Genti, FERS mel & AMBROSIAM.

C. Palliotius Paris.

AD ZOILVM.

Tetas Frâbœsarij incassum extinguere nomen,
Liuide, præclarum iam super astra volat.
Cùm sua scripta videt cœli de vertice Phœbus
Laurum deponens, his ego vincor, ait.

M. Literatus.

S V R L E G O V V E R N E M E N T
D E S A N T E , D E M O N SIEVR DE LA
Framboisiere , Conseiller & Medecin
ordinaire du Roy.

S T A N C E S .

Saint Temple d'Esculape , où la Santé preside,
 Departant à chacun les remèdes certains,
 Pour tenir & nos maux & les Parques en bride;
 Combien à tes Autels doiuent tous les humains!

Et combien de Lauriers, de Palmes, & de Chesnes
 Doit-on à ce Pean : à ce Dieu guairisseur:
 Qui nous ouvre ce Temple, où des cruelles gesués
 De toute maladie il est garantisseur?

Qui comme vn autre Agron, parle feu de son liure,
 Or' cōseruant nos corps, or purgeant nos esprits,
 Bien plus qu'vne cité de l'air infect deliure,
 Faisant liure par tout l'éclat de ses escrins.

Ecrits meslez de miel , & de ceste Ambrosie
 Que nostre F R A M B O I S I E R E a pris aux Champs
 Gregeois
 Pour allonger le cours de ceste Humaine vie,
 Ou pour nous faire viure encore vne autre fois.
 Puisst viure & briller pour iamais dans la F R A N C E ,
 Le Temple, les Escriens, les Feux & les Autels,
 La Celeste Ambrosie, & la docte Science,
 Qui rend la F R A M B O I S I E R E & nos corps im-
 mortels.

I. D O R A T N o 2

.

Ode au Sieur de la Framboisiere.

I Ay touſſours crainſt la maladie,
 Car ien ay la bouche hardie,
 Ny le goſier aſſez conſtant,
 Pour boire en vn gobeaſ d'autant.
 Et ſi ie hay les medecines,
 Et tous ius extraits de racines;
 Et ſi ne les ſçaurois aymer,
 D'autant que ie hay trop l'amer,
 Et que le doux m'eft delectable.
 Mais comme hier deſſus matable,
 I'eufſe trouué i e ne ſçay quoy:
 Vn liure qui ſ'aduoüe à toy

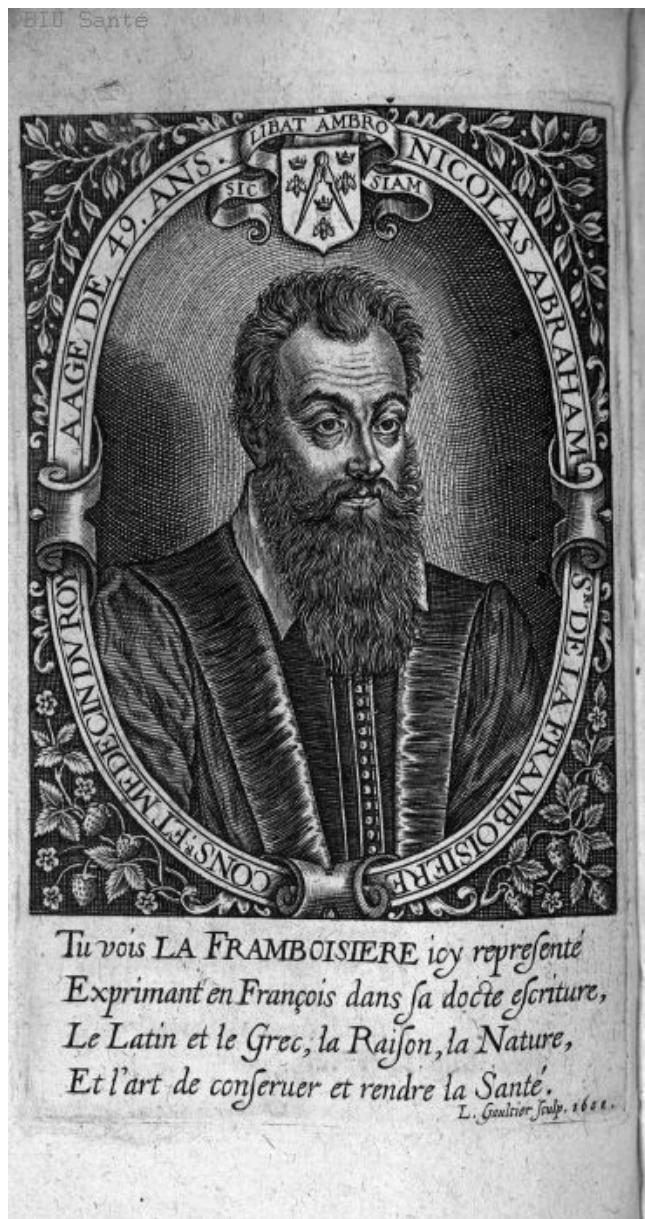
LA FRAMBOISIERE, & qu'à mon aife
 Ie l'eufſe veu, vne Framboife
 Que tu as meſlé par dedans,
 Me vint ſi doux gâcer les dents,
 Et m'abreuaſi bien en l'amer
 Que du depuis plus ie ne blaſme
 Medecines ny Medecins.
 Puis qu'ils nous peuuent rendre ſains
 Auecque la douce amertume,
 Que tu exprimes de ta plume.
 Et ne ſonge rien plus ſinon
 Qu'à ta Framboife, & qu'à ton nom.
 Et ne me prend plus d'autre enuie
 Que framboifer toutē ma vie.
 Car en fin tu as ſi bien fait,
 Qu'or la medecine me plaift.

P.P. President de Laon.

A M O N S I E V R
DE LA FRAMBOISIERE,
SONNET.

Comme sur le printeſps, nous voyons les auettes
Errer de ça de là, de ça de là voler,
L'efmail des belles fleurs de tous coſtez piller,
Et enfaire leur miel, pour remplir leurs ruchettes
Ainsi pour l'ornement de l'Art que tu proiettes,
Tu viens ſubtilement des bons autheurs embler
Toutes les belles fleurs, & puis les aſſembler
Par beaux cōpartimēs, dans tes œuures parfaites.
Tu nous en fais gouſter la framboife des fruits,
Dedās ta FRAMBOISIERE heureuſemēt produiſt.
Docteſſe filſ d'Hippocrat, qui tāt de viens nous dōnes,
Si l'on t'offroit l'honneur que dōnoient les Romains,
Il faudroit t'honorer de cent mille couronnes,
Tey de qui les eſcrits ſauuent cent mille humaine.

I. GVILLEMEAV CH. DV ROY.





L E
PREMIER LIVRE
DU GOVVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

*Comment il se faut gouverner, pour vivre
longuement en santé.*

CHAPITRE I.

DIUS le Createur, bien qu'il aye donné à l'homme vne ame immortelle, si est-ce qu'il luy a baillé un corps mortel, pour exercer ses funtions: Car le corps humain est composé des quatre Elemens de qualitez contraires, qui par mutuelles dissensions se font continuelllement la guerre. Les plus forts taschans tousiours de vaincre les plus foibles. De là vient qu'il est subiect à force maladies, & en fin à la mort: Loing que nostre vie est fondée sur deux appuis, à içauoir la chaleur naturelle, qui est le principal instrument de l'ame, & l'humeur radicale, qui luy sert de nourriture, comme fait l'huile à la flamme d'une lampe. Ceste humeur venant à faillir, il faut nécessairement que la

A

LE GOVVERNEMENT

chaleur perisse. Or l'humeur ne peut tousiours durer, d'autant que la chaleur la va consomant tous les iours. Et jaçoit qu'il s'en face reparation par l'influence de la chaleur & humeur qui viennent du cœur comme d'vn fontaine, par les artères à tous les membres: neantmoins l'humeur radicale qui est dissipée, est bien plus pure que celle qui se met en sa place, d'autant que celle-là est faite de la semence fort elaborée és labyrinthes des vaisseaux spermatics, & celle-cy procede du sang, qui ne passe point par tant de canaux. D'avantage c'est vne maxime en Philosophie que tout agent naturel puit en son action, & par consequent s'affoiblit. Nostre chaleur s'affoiblissant tous les iours, ne peut reparer ce qui est perdu en mesme degré de perfection. Et tout ainsi que le vin, tant plus on y met d'eau, tant plus on le rend foible: ainsi la chaleur & l'humeur radicale s'affoiblissent à toute heure par l'opposition du nouveau aliment, qui a tousiours quelque chose de dissemblable. Au surplus ce qui s'escoule ne se remet iamais en mesme quantité, d'autant que la dissipation se fait continuallement, & que la restauration ne se peut faire que peu à peu, & apres vne infinité d'alterations. Voilà comme ce qui nous doit conseruer, nous ruine: & comme nostre chaleur consommant l'humidité radicale se tuë en fin elle-mesme.

Le moyen de retarder la mort, & vivre longuement en santé.

Combien que pour ces causes il faille nécessairement mourir, si est-ce qu'on peut non seulement retarder la mort, & prolonger la vie, mais aussi se garantir de maladie, & se

DE LA FRAMBOISIERE.

maintenir en santé , en se gouuernant selon
noz ordonnances. Au contraire quicōque ne
se rangera sous nostre gouernement, negli-
geant le régime preseruatif des maladies , &
conseruatif de santé par nous prescrit , indubi-
tablement auancerá sa mort , & accourcira
Pourquoy
on doit estre
soigneux de
santé.
sa vie , ou du moins viura miserablement le
reste de ses iours. Or n'y a-il rien plus sou-
haitable au monde que de viure longue-
ment en santé. Nature mesme soigneule de
son ouurage a inseré en nous vn desir in-
croyable d'estre conserué en nostre estre.
Neantmoins si nous n'auons santé , nous ne
faisons que languir. C'est pourquoy noz de-
uanciers escriuans à leurs plus intimes amis,
en lieu de leur baiser les mains, comme on fait
aujourd'huy, auoient de coustume de supplier
le Createur dans leurs lettres , de leur donner
en parfaite santé, longue & heureuse vie , ne
leur pouuans desirer rien plus precieux &
exquis. Car entre tous les biens que nous te-
nons de Dieu, il n'y en a point de plus grand,
ny de plus excellent, que la santé. L'honneur,
la renommée, la beauté, & les richesses , de-
quoy on fait tant de cas ne peuuent donner
contentement à l'homme qui manque de
santé. Par le moyen de la santé nous pouuons
commodelement vacquer à noz affaires , nous
acquiter de nostre charge , faire nostre deuoir,
& viure à nostre plaisir. Mais l'ayant per-
duē , l'ame ne peut exercer ses funtions au
corps, toutes noz actions cessent , & sommes
priuez de ce qui nous est plus agreable au
monde. Parquoy chacun doit sur toute

A ij

LE GOUVERNEMENT

En quoy gis le gouuernement requis pour vivre long temps en santé.

Les armes nécessaires à la vie humaine.

7
chofes auoir soin de la bien conseruer. Poué viure longuement en santé, il se faut gouuerner comme il appartient en l'administration des chofes, vulgairement appellées non naturelles, encôres qu'elles soient naturelles quâd on en vse bien: & contre nature lors qu'on en abuse. Il y en a six, l'air, le boire & manger, le dormir & veiller, le mouvement & repos, l'excretio des superflitez du corps, les passions de l'ame: lesquelles sont toutes si necessaires à la vie humaine, qu'elle ne peut durer long temps sans l'usage d'icelles. Car d'autant qu'il se fait une perpetuelle dissipation de nostre triple substance, par l'action de la chaleur naturelle, il est nécessaire de restaurer la substance spiritueuse par l'inspiration de l'air, humide par le breuuage, & la solide par les viandes. Il est besoin aussi de dormir pour biē cuire les viandes, & reparer les esprits exhalez: puis de veiller, pour faire les functiōs animales: & de prendre exercice, pour exciter la chaleur naturelle à ses actions: & incontinent apres de se donner repos, pour rafraichir les membres laissez du trauail. Et pource que nature ne peut conuerir tout l'aliment que nous prenons en nostre substance, il faut nécessairement pousser dehors les superflitez. Les affections de l'ame ne se peuvent pareillement euter, à raison de l'objēt du bien & du mal apprehendé. Or puis que nostre nature est si foible & caduque, qu'elle ne peut consister, sans estre garnie de toutes ces choses, on les peut bien nommer armes de nature. Mais d'autant que

DE LA FRAMBOISIERE.

5

ee sont armes defensives & offensives de santé, selon qu'on les manie bien ou mal ; il est expedient de scouoir la maniere de s'en ayder, sans en receuoir nuisance. Pour se bien gouverner au maniement de chacune d'icelles, il faut considerer quatre choses, la qualité convenable, la quantité raisonnable, la façon commode, & le temps opportun, lesquelles doivent estre appropriées selon la complexion, le sexe, l'aage, la region, la saison, la constitution du temps, & la disposition du corps.

Comme il
les faut ma-
nier, pour
conseruer
la santé.

Comment il se fait gouverner autour de l'air.

C H A P. II.

QUEL est l'air, tels sont noz esprits, noz humeurs, & noz membres. Car outre ce que l'air fournit de matiere & d'aliments à nos esprits, en penetrant soudainement noz corps de part en part, il y imprime quant & quant ses qualitez. Par ainsi il n'y a cause qui puisse plustost alterer le corps humain, & tout ce qui est contenu en iceluy, que l'air. Tellelement que de la constitution de l'air, depend entierement la bonne & mauaise disposition des esprits, des humeurs & des parties du corps, comme a tresbien remarqué Hippocrate. C'est pourquoy il faut, pour vivre longuement & sainement, avoir soing sur toutes choses de choisir vn bon air, & de fuyr le mauvais, ou du moins le corriger.

A iiij

Comment on cognoit la bonté & malice de l'air. Pour cognoistre la bonté & malice de l'air, on doit considerer non seulement ses premières qualitez, d'esquelles deux sont actiues, la chaleur & la froideur, & deux passiues, l'humidité & la secheresse : mais aussi les secondees prises de sa substance grossiere ou subtile, pure ou brouillée, lumineuse ou obscure. On peut encors icy rapporter les qualitez de l'air tirées de son estat, quant il est constant ou inconstant, égal ou inegal.

Quel doit estre le bon air. Pour auoir vn bon air, il le faut estre si bien temperé en ses premieres qualitez, qu'il ne soit ny trop chaud, ny trop froid, ny trop humide, ny trop sec. S'il ne se peut trouuer de ceste température, il vaut mieux qu'il soit vn peu sec que trop humide. Car (come dit Hippocrate en l'aph. 15. du liure 3.) la secheresse est tousiours plus saine que lh'umidité. D'auantage il doit estre de substance moyenne, entre rare & espoise, pur & ner, serain & clair, constant & égal. Vn tel air vivifie les esprits, purifie la masse sanguinaire, accroist l'appetit, rend la coction meilleure, chasse les extremés de bonne heure, embelit la face, resouytle l'œur, subtilise les sens, aiguise l'entendement, & fortifie les membres, de sorte que toutes les actions naturelles, vitales & animales, en sont beaucoup plus parfaites.

Le mauvais air. L'air excessivement chaud & sec, est mauvais, comme est aussi le trop froid, & le trop humide, pareillement le trop rare, & le trop espés, & encore pire celuy qui est contaminé des malignes constellations, ou qui est brouillé d'orage, ou qui est infecté des vilaines va-

DE LA FRAMBOISIERE.

7

peurs qui s'escleuent des corps mors priuez de sepulture, des puantes voitres, des trous punais, des ords cloacs, & des eaux croupissantes.

L'air excessiuement chaud & sec, enflambe les esprits, brusle le sang, le rendant extreme-
ment choletic: en suscitant vne chaleur contre nature au corps amoindrit la naturelle, & en ouurant les pores affoiblit la personne.

L'air moderément froid excite l'appetit, ac-
croist & réunit la chaleur naturelle en reser-
rant les pores, & ayde par ce moyen aux co-
ctions: mais quant il est par trop froid, il en-
gourdit les esprits, excite les catarrhes, & en-
gendre obstructions.

L'air trop humide fait prouision de super-
fluitez, appesantit le corps, estourdit le cer-
veau, obscurcit les esprits, trouble la veie, en-
drcit l'ouye, & engendre force cruditez.

Le soudain changement d'air est fort perni-
cieux. Mais le plus dangereux de tous, est d'air.
quand d'humide il deuient trop chaud, ou
trop froid: d'autat que l'air moite amasse beau-
coup d'humeurs superflués, que le chaud sur-
venant, aussi tost vient putrefier, ou le froid
empeschant leur exhalation, fait corrompre.

L'air trop rare esgare les esprits, & corrompt De l'air trop
la coction.

L'air trop espés rend les esprits grossiers, De l'air trop
lourds, & pesans, & les sentimens hebez.

L'air pollu, foüillé & corrompu, corrompt De l'air con-
aussi tost noz esprits & noz humeurs, engen-
drant vne peste mortifere, qui safit à couple
cœur fontaine de vie. Parquoy quel est l'air

Effets de
l'air excessif
en chaleurs
& seche-
reuses.

De l'air
froid.

De l'air trop
humide.

Du soudain
changement
d'air.

De l'air trop
subtil.

De l'air trop
grossier.

De l'air con-
tamné &
corrompu.

A iiiij

**8 LE GOVVERNEMENT
que nous respirons, tel deuent incontinent
apres nostre corps.**

La quantité de l'air qu'on doit prendre Voila assez parlé de la qualité : touchons maintenant la quantité de l'air qu'on doit prendre, & quant & quāt la façon, & le temps propre pour ce faire. On ne sçauoit pour sa santé prendre trop d'air , moyennant qu'il soit bien temperé , clair & pur : mais s'il est intemperé , obscur & brouillé , le moins qu'on s'peut donner , c'est le meilleur. Les gens qui traauillent beaucoup l'esprit , ont davaantage affaire d'air que les autres . Or personne n'ignore qu'il n'y ait plus d'air en la campagne , qu'en la ville , & en vn lieu d'escouert , qu'en vn couvert , & en vne grande maison , qu'en vne petite cabane . Parquoy ceux qui sont assidus à l'estude , ou ordinairement occupez aux affaires publiques , ont besoin sur tous d'aller souuent s'égayer aux champs , ou en quelque place spacieuse , où il y ait beacoup d'air pour reparer la grande dissipatiō de leurs esprits , & fortifier leur cerveau affoibly de travail. Ils en sont plus dispos & gaillards , apres auoir tres bien humel l'air frais.

La façon de prendre l'air. Ceux qui sont encors debiles , pour estre nouvellement releuez de maladie , ne se doivent pas du premier coup exposer au grand air , craignant de recidiver : mais petit à petit doivent changer l'air qu'ils auoient accoustumé de respirer durant leur maladie , en vn plus libre : en allant premierement de leur chambre en vne autre plus ample , puis de là parmy les ruës , & incontinent apres aux champs.

DE LA FRAMBOISIERE. 9

Quand on veut aller prendre l'air des châps, Le temps de prendre l'air.
pour le recourement de sa santé & de ses forces, il faut choisir un beau temps. Car quand il fait laid, il vaut mieux ne bouger de la case, pour eviter l'iniure du temps, & ne guere attirer d'air.

Quand l'air est trop chaud & sec, il faut de- Comme on se doit comporter quand l'air est trop chaud &
meurer en la maison depuis neuf iusques à quatre heures, & se loger en bas, & fermer la porte au vent de leuant & de midy, & ouvrir les fenestres du costé de Septentzion & d'Oc-
cident, pour donner entrée à Aquilon, & Zephire, & ietter dans la chambre force fleurs de violes, des roses, des fueilles de nenuphar, de vigne, & de saulx, & l'arroser souuent d'eau fraiche avec vinaigre, & se vestir au le-
gier. Et si on est constraint de sortir de l'hostel, on doit cheminer doucement à l'ombre, sans s'exposer à l'ardeur du Soleil.

Durant vne extreme froidure, il se faut tenir Quant l'air est trop froid
clos & couvert, & faire sacrifice à Vulcan en *C. bon feu.
vne belle chambre bien nattée, ou tapissée tout à l'entour, & quarlee par bas de rosmarin, pouliot, origan, marjolaine, lauende, saul-
ge, & autres herbes semblables : & y laisser entrer le Soleil au matin du costé d'Orient, & bien boucher la porte au vent de Bize, du co-
sté de Septentzion ; & ne point sortir en la rüe devant que *C. de soleil. Phœbus soit leué, ny apres qu'il est couché ; Par fois se pourmener douce-
ment, & s'exercer à l'hostel sans vehemence, craignant alorts quelque mal de costé ; & tenir chaudement sa poitrine & ses pieds, & auoir soin sur tout de bien conservier *C. la teste. le cha-

LE GOVVERNEMENT
 steau de Minerue ; & s'armer tousiours d'une
 bonne robbe, ou d'un bon manteau, d'une ca-
 saque , d'une camisole, & autres habillemens,
 qui soient à l'espreuve du froid. Quant l'air est
 trop humide & pluieus, il se faut tenir en la
 maison, & passer ioyeusement le temps avec
 ses amis , à quelque plaisir jeu , aupres du
 feu , & prendre garde que la teste & les pieds
 soient tenus sechement , & estre sobre en son
 boire & manger. Et de peur que le temps hu-
 mide deuenant soudainement trop chaud , ou
 trop froid, ne cause force maladies de la cor-
 ruption des humeurs superfluës , il est bon de
 se purger de bonne heure & d'vser d'une ma-
 niere de viure dessicative.

Trop subtil. Si l'air est trop subtil , on doit demeurer en
 lieu bas , & y espandre force herbes rafraichis-
 santes , ne se point approcher du feu , & ne
 point beaucoup trauailler , craignant de s'es-
 mouuoir, prendre sa refection de bonne heu-
 re,manger peu à la fois & souuent.

Trop grossier. Pour eviter l'air grossier, il est expedient de
 se loger en vn lieu haut esleuc , & y faire bon
 feu , & de trauailler à bon escient le corps &
 l'esprit, & de manger à proportion de l'exerci-
 ce qu'on prend.

Corrompu & pestilent. Pour se preseruer de l'air corrompu & pesti-
 lent, il n'y a point de moyen plus assuré , que
 de s'en aller tost , & loing arriere , & reuenir
 tard. Si toutefois on ne le peut abandonner ,
 il le faut purifier par artifice avec des feux de
 rosmarin , genieure , cyprés , laurier , serment
 de vigne: avec des parfums de bois d'aloës ,
 des sandaux , cassiolettes & autres choses aro-

DE LA FRAMBOISIERE.

II

matriques. Et porter tousiours quelque bonne senteur , & se tenir net & propre , & changer, fort souuent de linge. S'il y auoit d'auanture quelque amas de fumier en la court , qu'on le mette dehors auant Soleil leuant, de peur de le sentir en le mouuant le long du iour. Il y a certaines plantes suspectes en vne constitution pestilente , qu'on ne doit point approcher alors , craignant d'en sentir l'odeur , comme le noyer, le figuier, les choux , les hiebles , & vne infinité d'autres. Il est necessaire d'auoir les fenestres de la maison ouuertes du costé de Septentrion , pour mondifier l'air , & en chasser toutes les mauuaises vapeurs. Au reste il faut durant ce temps-là , viure sobrement , & eviter la faim, la frayeur, la fumee, la femme, & le fruct; & procurer tous les iours d'auoir le ventre à deliure.

Les lieux hauts sont plus fains au matin. Car Quant il fait bon en haut
l'air est d'autant plus pur, qu'un lieu spacieux est plus haut esleué: parce que Phœbus boit plustost les vapeurs, ou les destourne arriere. En bas.
Sur le soir il vaut mieux se pourmener, & s'asseoir pour deuiser près des fontaines, aux val- lons, & verds prez.

Comme il se faut gouverner au manger.

CHAP. III.

CO MME la bonne nourriture engendre le bon sang, ainsi la mauuaise produit elle les mauuaises humeurs, qui causent vne infini-

Quelles viandes il faut choisir pour la conseruation de sa santé toujours les viandes de bon suc, de facile digestion, & qui n'ont guere d'excremens; & laisser celles qui sont de mauvais suc, facheuses à digerer & abondantes en superflitez; si ce n'est qu'on les apperçoive pour quelque accident estre profitables. La bonté & malice des viandes se cognoit doublement, par leur temperature, & par leur consistence.

Les viandes de bon suc. Celles qui ne sont extremement ny chaudes, ny froides, ny seches, ny humides, ains temperees, & qui ne sont ny trop grasses & gluantes, ny trop subtiles & extenuantes, mais tiennent iustement le mitan entre les deux, sont de bon suc; parce qu'elles engendrent le sang de bonne temperature & consistence, n'étant excessif en aucune qualité, ny trop espés, ny trop sereux.

Les viandes de suc gros & gluant, à quelles gens parties à ceux qui ont leurs conduits naturellement estroits, & empeschent la transpiration, & raffraischissement du corps en estoupanant les pores, par le moyen des humeures espouilles & visqueuses qu'elles engendrent, les quelles arrestees au passage viennent en fin à se pourrit, ou s'endurcir, dont procedent plusieurs sortes de maladies. Mais ceux qui sont de tres-bonne constitution, & de complexion exactement temperée, ont les conduits par où les humeures passent si larges, qu'ils peuvent user hardiment de viandes grossieres & gluantes, sans s'en trouver mal.

Aquelles g
font conue-
pables.

DE LA FRAMBOISIERE.

13

moyennant qu'ils aient la commodité de faire exercice auant le repas , & de dormir à souhait la nuit. Car les viandes de suc gros & gluant , indubitablement nourrissent beaucoup , & font bon sang , quand elles sont bien digérées en l'estomac , & portées apres au foye sans estre accrochées en chemin. Et sont fort propres à ceux qui se trouuent vains , pour auoir le cuit fort rare & poreux , le corps lasche, ouvert , & aisè à se resoudre ; pareillement à ceux qui traauillent tous les iours depuis le matin iusques au soir , lesquels par grand exercice augmentent leur chaleur naturelle. Car la grande vaineté , & euacuation de tout le corps procedant de ce labeur , & le profond sommeil qui s'en ensuit , sont cause de faire bien digerer les viandes grossieres. Elles conviennent encores à ceux qui ont par necessité enduré long-temps la faim ; & à ceux qui y sont accoustumez , d'autant qu'elles sont plus familières à leur nature.

Les viandes subtiles & attenantes sont mauuaises à gens maigres , gresles & delegere taille , à raison qu'elles ne nourrissent guere & ne soustiennt point , & ne donnent pas grande force au corps , parce qu'elles sont bien tost digeree , & incontinent exhalees , & rendent le sang fort sereux & delié. Mais elles sont fort bônes aux corps gros , massifs , amasez & ferrez , qui ne laissent aisément entrer , ny sortir l'air , & à ceux qui sont chargez de phlegmes & cruditez. Elles sont aussi conue-nables , quand l'estomac pour sa debilité ne peut digerer les viandes fort nourrissantes.

Les viandes
de suc subtil
& tenu , à
quelles gens
sont mauuai-
ses.

A quelles gés
sont bonnes.

14 LE GOVVERNEMENT

Viandes de mauvais suc, Galien donne pareillement dispensé durant les grandes chaleurs d'esté, de prendre à l'entrée de table, des cerises, meures, pommes, prunes, pesches, & d'vser de melons, de concombres, & autres viandes de mauvais suc, pour rafraichir & humecter le corps trauillé alors de chaleur & secheresse.

Les viandes de facile digestion. Les viandes de facile digestion font meilleur sang, & dōnent meilleure nourrirure au corps, que les autres, parce que les viandes qui ont été bien digerees en l'estomac, se changent plus aisément au foye en bon sang, & ayans été conuerties en bon sang, chaque partie du

De dure digestion. corps en est apres mieux nourrie. Au contrarie les viandes dures à digerer demeurans cruës en l'estomac ne peuvent engendrer bon sang au foye, ny biē nourrir par apres tout le corps. Car les digestions s'entresuuent tellement, que la seconde ne peut corriger le vice de la première, ny la tierce celuy de la seconde.

Mais (comme a bien remarqué Galien au sixiesme chapitre du second liure des alimens) il faut discerner par experiance les viandes qui sont ou pour la propriété de leur substance, ou pour quelque accident, faciles ou difficiles à digerer à chacun. Car quand il s'y amasse coustumierement quelque humeur bilieuse, ou autre superfluité dans l'estomac, les viandes de nature aysees à digerer, sont incontinent corrompuës : comme il arrive à certaines personnes qui ont la chaleur naturelle non humide, ny temperee, ains seche & ignee. Car les alimens que les autres digerent facilement, ces gens-là les corrompent aussi

DE LA FRAMBOISIERE.

15

tost de sorte qu'il leur en furuient des reuppes qui sentent le bruslé. Pour ceste cause les viandes naturellement dures à digerer, leur font plus profitables que les autres. Je cognois en Champaigne vn homme d'honneur aage de trente trois ans, de nature bilieux, sujet des son ieune aage à vomir ordinairement le matin force bile, tantoft iaune, tantoft verte ou perse comme porreau ou guesde, lequel se trouue fort bien d'vser d'œufs durs, & d'autres viandes facheuses à digerer aux autres personnes, & apperçoit manifestement que les viandes de facile digestion luy sont extremement nuisibles.

Les viandes qui n'ont guere d'extremens, moins ou pl^e Les viandes font plus salubres que celles qui abondent en excremētēs superflitez, parce qu'elles sont plus seches, ſcs. & de meilleure nourriture. Neantmoins les excrementeuses sont quelquefois plus vtiles, pour estre plus humides, ou plus laxaties, ou plus abstefiues, ou pour quelque autre accident proffitables à certaines personnes.

Apres auoir traicté de la qualité des viandes, il faut venir à la quantité. L'aliment doit toujours estre proportioné à ce qui se perd continuallement de nostre corps. Tellement qu'il est nécessaire selon que la dissipation de nostre substance est plus grande ou plus petite, de prendre plus ou moins de nourriture. Partant ceux qui ont force chaleur naturelle, & qui trauailtent fort, ont besoin de tres-bien manger, parce qu'il se consomme beaucoup de leur substance. Mais ceux qui n'ont guere de chaleur naturelle, & qui font peu d'exer-

16 LE GOVVERNEMENT
cice, n'ont que faire de tant manger , d'autant qu'il se resoult peu de leur substance. Dauantage selon qu'est l'estomac grand ou petit, il est plus ou moins capable d'alimens. Or comme la sobrieté est tres-salubre , ainsi l'excès des viandes est - il infinitement nuisible à la santé. Il se faut donc garder de remplir trop son estomac de viandes. La raison y est toute apparente. parce qu'en le chargeant beaucoup , on trauaille par trop sa chaleur naturelle , qui est le principal instrument de l'ame , de sorte qu'on le rend en fin tout languide , attendu que tout agent naturel , en agissant repatit. Parquoy quiconque desire viure sainement , s'il veut croire Hippocrate , ne se doit iamais faouler de viandes, ains se leuer tousiours de la table avec appetit.

D'autantage on se doit contenter d'une sorte ou deux de viandes. Car la varieté nuit merueilleusement , & ruine l'estomac , pour ce que les viandes ne sont pas toutes d'une même qualité , & par consequent vn même degré de chaleur n'y suffit pas. Les vnes se cuissent plustost , les autres plus tard , ainsi toute la cuisine est troublee. Ioint que mangeant diuersité de viandes & de sopiques , on est constraint de boire trop souuent. Au demeurant il se faut accoustumer à manger plus au souper qu'au disner , si le corps est bien sain , & s'il n'est point subject aux catharres. Les raisons y sont toutes claires. Car il y a plus d'interualle du souper au disner , que du disner au souper. Il y a donc plus de temps pour cuire & distribuer l'aliment. Il est tout certain

que

DE LA FRAMBOISIERE. 17

que quand nous dormons, la chaleur est plus forte, pour ce qu'elle se retire toute à son centre. Ioint que pour bien digerer nous auons besoin de repos. Or la nuit toutes les funtions animales cessent, il n'y a rien qui destourne nostre chaleur; Elle pourra donc beaucoup mieux cuire. Tous les grands Medecins, Hippocrate, Galien, Aucennel l'ont ainsi ordonné. Tous les anciens l'ont ainsi practiqué.

Parlons maintenant de la façon &c du temps La façon de de manger. Il est besoin de bien mascher la viande à manger. de auant que l'aualler, parce que l'estomac travaille beaucoup à cuire ce qui n'est pas mastiché. Les dents servent tant à la préparation de la première digestion, que la principale raison pourquoy ceux qui ont beaucoup de dents vivent long-temps, est pour ce qu'ils mastichent bien leurs viandes. Il faut au surplus garder un tel ordre en mangeant, que les viandes légères, de facile digestion, aillées à ce corrompre, & celles qui laschent le ventre, soient tous jours prisées les premières: & les grosses, dures & astringentes, les dernières.

Toutefois quand l'estomac est par trop lasché, ou qu'il est fort affamé, il est meilleur de faire l'opposé.

Il est expedient aussi à ceux qui ont le fond de l'estomac trop chaud, de prendre du premier coup quelque viande solide.

Et bien que les viandes par trop curieusement habilees, & delicatement préparées, soient à blasmer, tant pour la diuersité des sospiquets qui empesche la digestion, que pour

B

la friandise, qui excite à en prendre plus que de raison ; si est-ce qu'elles ne seroient pas saines, ny proffitables au corps, si elles n'estoient accoustrées & assaisonnes comme il appartient. Il est bon de prendre sa refection à l'heure accoustumée. Car nature veut estre réglée à ses heures, attendu qu'elle fait ordinairement ses funtions en certain temps. Pour ceste cause elle est beaucoup plus alai-
gre & plus prompte à faire la digestion des viandes, quand on les prend aux heures desti-
nées. Puis quand la faim & l'appetit s'offre, il ne faut pas differer à repaistre. La faim sent son heure, l'appetit demande à manger, & remon-
stre que l'estomac en a besoin.

Car le ieu ne obstatné est cause que l'estomac vyude & affamé, au defaut de quelque amiable liqueur attire tant du cerueau, que des parties inferieures tout plein de superflitez, dont s'engendrent après plusieurs griefs acci-
dens, desquels il est cruellement trauillé : Mais aussi ne faut-il pas manger sans faim & appetit. Car l'estomac ne fait cas des viandes qu'il n'apete point, & bien souuent digere mieux les plus mauuaises, qu'à il en a appetit que les plus delicates, qui ne luy font aucunement agreables. Aussi ne se doit-on iamais mettre à table, deuant que la premiere vian-
de soit digérée & distribuée.

Car dîner ou souper la panse encore pleine, cause des cruditez & oppilations, & beaucoup de facheuses maladies qui en procedent. Au demeurant il n'est pas bon de se mettre à ta-
ble, deuant avoir fait exercice.

DE LA FRAMBOISIERE.

13

*Afin que ce qu'on prend au repas bien succede
Il faut que le travail nostre aliment precede.
La natvie chaleur parauant en langueur,
Reprend par le labeur sa premiere vigueur.*

Or d'autant que pour se bien comporter au manger, ce n'est pas assez de cognoistre généralement l'usage des viandes, mais faut encore sçauoir la nature & propriété de chacune à part, ie traicteray icy non moins clairement que succinctement, en premier lieu du pain, en apres de la chair, des œufs & autres alimens issus des bestes terrestres, conséquemment des poissons, puis des herbes, & finalement des fructs ; & parleray tout d'un train de leurs condimens.

Projet de
l'auteur.*Du pain. CHAP. IIII.*

EN TRE les alimens le pain tient le premier rang, comme celuy qui est le fondement des autres. Car le pain soustient le cœur de l'homme, comme tesmoigne le prophete Royal au psal. 104. Toutes les autres viandes tant soient elles de bon goust, ne sont agreables, ny proffitables à la santé, si elles ne sont accompagnées de pain. Il y a plusieurs sortes de pain, pour la varieté des grains dont on le fait, & selon qu'il est diuerlement préparé.

Le pain de bled fourment est le plus excellent de tous,

Le meilleur fourment à faire le pain, c'est celuy qui est gros, plein, espois, pesant, fer-

Vertu du
pain.Pain de frou-
ment.

B ij

me, de couleur flaque, net, qui rend grande quantité de farine blanche, & qui est frais battu venant de la gerbe.

Pain de fleur de farine de
froument. Le pain blanc qui est fait de la fleur de fari-
ne de froumēt sans le son, qu'on appelle com-
munément pain de bouche, & pain de chapi-
tre, nourrit fort en petite quantité, mais il est
tardif à descendre.

Pain de son. Le pain noir qui est fait de la farine dont la
fleur est ôstée, nourrit peu, & remplit le ven-
tre d'excremens, & n'arreste point au corps,
à cause que le son a en toy vne vertu deter-
ue, qui irrite aussi tost les intestins.

Pain de fari-
ne entiere. Le pain qu'on fait en mesnage de la farine
entiere non criblée (dont les Grecs l'appellēt
Autopyre, & syncomiste) est entre-deux, il
nourrit bien & tient le ventre lasche.

Pain de sei-
gle. Le pain fait de la seule farine de seigle, est
fort noir, pesant, pasteur, d'un suc visqueux
& melancholic, & pour ce difficile à digerer,
& plus propre aux rustics, qu'aux citadins, qui
sont delicats. Vray est que les Medecins de
cour ordonnēt aux grands Seigneurs du pain
fait de farine de seigle bien fassée qui est frais
cuit, & qui a la couleur de cire, principale-
ment en Esté, à l'entrée du repas, afin d'auoir
le ventre lasche. Aucuns ont opinion que les
femmes Lyonoises, Auernoises, Champe-
noises, & specialement les Dames de Reims,
pour vser ordinairement de ce pain, sont ren-
dues belles, & ont vn beau teint, & le corps
robuste & succulent. Plusieurs meslent de la
farine de seigle avec celle de froument, à fin
que le pain soit plus sauoureux, & plus plai-

DE LA FRANBOISIER.

21

sant à manger, & qu'il demeure plus long-tems
tendre.

On fait à Reims du bon pain d'espice avec ^{Pain d'espice}
farine de seigle, miel, & vn petit de poyure
ou de canelle.

Le pain de la seule farine d'orge est fort sec, ^{Pain d'orge.}
& facile à l'esmier, & de fort petite nourritu-
re ; il lasche le ventre à raison d'une vertu de-
tersiue qui est grande en l'orge, & est d'un
goust reuelche. Parquoy est meilleur de mes-
ler de la farine de seigle parmy celle d'orge,
à fin que la glutinosité de l'une corrige la se-
cheresse & friabilité de l'autre ; & que le pain
en soit rendu plus agreable au goust.

Le pain fait de meteil pur & net, est fort bo-
ù à manger, pour la mediocrité qu'il tient en sa ^{Pain de me-}
substance.

En temps de famine, on fait du pain d'auoy-
ne, combien que ce grain soit plus propre aux ^{Pain d'auoy-}
cheuaux, qu'aux homes, par ce que le pain
que la nécessité constraint d'en faire, est fort
mal sain, & si est de goust fort mal plaisant,
encore que l'auenat, qui est faict d'auoyne pi-
lée, soit bien venu és tables des grands Sei-
gneurs.

La bonté du pain ne depend pas seulement
du grain de quoy il est faict, mais aussi de la fa- ^{Bon pain.}
çon que le Boullanger luy donne. Cat pour
auoir du bon pain, il ne suffit pas qu'il soit fait
de pure farine de bon bled, ains faut outre ce-
la qu'il soit si bien leué, & si bien pestri avec
eau nette, & quelque peu de sel, qu'il deuien-
ue oëilleté, & si bien cuict au four, qu'il ne se
trouue ny pasteur par dedans, ny hauy à l'en-

B iiij

22 LE GOVVERNEMENT

trouue ny pasteur par dedans, ny hauy à l'entour. Et si pour la santé ne doit estre mangé chaud, ny trop dur.

Pain sans le
main.

Le pain sans leuain nourrit beaucoup, mais il est de tres-gros suc, & de facheuse digestion, & oppile, & ne lasche point le ventre. Pour ceste cause le pain de pure farine de froument a besoin sur tous d'estre bien leué.

Mal pestri;

Auge eau or
de.

S'il n'est aussi bien pestri, il en est plus visqueux, & plus difficile à digerer; & encore davantage sil est empasté avec eau trouble, boueuse & impure.

Sans sel.

Quand il n'y a point de sel, il est oppilatif, & arreste trop au ventre.

Sans yeux:

S'il n'est poreux, il charge l'estomac, & oppile. Quand il a des yeux, il n'est pas de si grande nourriture, mais il se digere mieux, & descend plustost, d'autant que sa viscosité est ostée.

Mal cuict.

Quand il est mal cuict, il charge l'estomac, & se digere tardiuement & difficilement.

Cuict aux
cendres:

Celuy qui est cuict aux cendres dessèche, par ce que l'humidité en est separée: mais celuy qui est cuict au four est plus moite, & par consequent plus nutritif & meilleur.

Au four.

On fait du pain biscuit de la fleur de froument, pour ceux qui font diette, à fin de dessécher les humeurs superfluës du corps. On adiouste quelques fois à la pâte sucre, canelle, poyure ou gingembre: quelques fois de l'anis, pour manger aux desserts de Caresme. On fait aussi du biscuit de seigle, de merteil, d'orge, & autres bleus pareils avec peu de leuain, pour les Mariniers qui entreprennent

Biscuit.

DE LA FRAMBOISIERE. 23

lointain voyage sur la mer, qui est pareillement
propre à ceux qui sont assieges dans les villes,
par ce qu'il se peut long-temps garder.

Le pain encore frais, & tout chaud, pour son Pain chaud.
humidité & viscosité, se digere difficilement,
cause inflation à l'estomac, oppilatio au foye,
& autres parties internes, & par consequent
alteration ; combien que son odeur soit re-
commandée pour les faillances de cœur.

Le pain vieil cuit, principalement s'il passe Pain vieil cuit.
le trois ou quatriesme iour, perd toute sa sa-
uer, acquiert vne secheresse & dureté, dont
se digere à peine, descend tardiuement aux
boyaux, constipe le ventre, & engendre un
suc melancholic.

La crouste de pain engendre abondance de La crouste
du pain.
cholereaduste, & de melancholie. C'est pour-
quoy on a de coutume és tables des grands
Seigneurs de chapelet le pain. La crouste n'est
bonne qu'à ceux qui ont l'estomac humide.

Mais la mie est de meilleure nourriture, car La mie.
elle contient le suc doux, & comme l'ame du
pain.

Les gasteaux, tartres, tourtes, popelins, La pâtisserie
flans, coqueluces, & toutes autres sortes de etc.
patisseries, sot plus pour le plaisir de la gueu-
le, que pour la santé du corps, d'autant qu'el-
les apportent grande pesanteur à l'estomac, &
ne se digerent facilement, & oppiléat aisément
les conduits & veines du foye. Vray est que
mangées à la fin du repas, elles peuvent servir
comme de cotignac, pour faire descendre les
premières viandes au fonds de l'estomac, &
comprimer le ventre.

B iiiij

De la chair. CHAP. V.

Differences
des chais-
ts,
pour la di-
uersité des
bestes.

Les bestes , pour la diuersité tant de leur
l'espèce, que de leur habitude, de leur aage,
de leur maniere de viure , & des lieux où elles
sont nourries, ont la chair & les autres parties
du corps différentes en temperature & vertu,
Car entre les animaux les vns ont la chair
plus chaude, & les autres moins : les vns sont
de nature humide & phlegmatique: les autres
de complexion seche & melancholique. Les
vns parcelllement ont la chair plus nourrissante
que les autres: les vns l'ont de bon suc, de faci-
le digestion, & peu chargée d'excremens, & les
autres au contraire.

Difference
prise de l'ha-
bitude.

La chair des animaux gras & en bon pointt,
est bien plus exquise que celle des maigres &
chetifs. La chair des chastrez est meilleure
que celle des autres, d'autant qu'ils sont ordi-
nairement plus chargez de graisse, & si ne sont
pas si chauds.

Difference
prise de l'a-
ge.

La chair des ieunes bestes est moite , molle-
te,tendre, aisée à cuire, & de grande nourritu-
re : au contraire celle des bestes des-ja vieilles
est dure , seiche , mal-aisée à digeter; & de pe-
tit nourrissement. C'est pourquoi la chair des
ieunes est ordinairement meilleure, que celle
des vieilles bestes , pourueu qu'on ne la man-
ge si tost qu'elles sont nées. Car la chair des
animaux qui ne font que sortir du ventre de
leur mere , est par trop humide & baueuse.
Si faut-il toutesfois distinguer les tempéra-

mens. Car iacoit que les ieunes de ceux qui sont de complexion seche , soient tousiours les meilleures:si est-ce que les bestes de complexion humide , & plaines d'excrements, au contraire son meilleures estans aagees que plus ieunes, pource que l'aage vient à corriger & consommer l'humidité , & les superfluitez.

La chair des animaux qui mangent force Difference prise de la
bonnes herbes,& qui ont de la pasture propre nourriture.
à saison , & qui sont nourris en bon air , est
plus excellente que celle de ceux qui sont mal
nourris.

Les bestes sauvages qui demeurent parmy Difference prise du lieu
les montaignes , sont de nourrissement plus de leur de-
sec , & moins excrementeux que les domestiques , tant pour ce qu'elles viuent en vn air
plus sec, que pour ce qu'elles prennēt plus de
exercice. Delà vient que leur chair est plus
dure , & qu'elle a peu ou point de graisse : à
raison dequoy elle se garde plus de iours sans
se corrompre. Mais celle qui frequentent
les lieux aquatics , ont la chair humide , vis-
queuse, chargée dexcremens , & plus diffici-
le à digerer.

Galien prefere la chair de porc qui est de Chair de porc.
moyen aage, à celle des autres animaux à qua-
tre pieds , pour ce qu'elle approche plus de la
chair humaine , que pas vne des autres , &
si est de tres-grande nourriture , & de tres-
bon suc , qnand elle est bien digérée. Mais
pour ce qu'elle a en soy quelque viscosité ,
elle est mal-aysée à digerer à ceux qui ont
l'estomac humide , & si cause obstruktion

26 LE GOVVERNEMENT

defoye & de reins, signamment à ceux qui ont les conduits d'iceux estroits. Dauantage on trouue par experiance que le frequent vslage de ceste chair engendre la lepre, pour autant que les pourceaux y sont enclins. C'est pourquoy Moysé (comme dit Tertuliā) l'a defendu aux Iuifs, qui ja estoient subiects à ceste maladie.

Décochons. La chair de cochon d'autant qu'elle est plus humide, d'autant est-elle plus abondante en superfluitez, & moins nourrissante que celle de porc.

De sanglier. La chair du sanglier est bien plus estimée des grands Seigneurs que celle du porc prie. La hure du sanglier sur tout est tenuë pour vne viande delicate & exquise.

De bœuf. La chair de bœuf donne vne grande & solide nourriture au corps, mais elle engendre vn sang gros & melancolic. Et d'autant qu'elle est moins visqueuse que celle de porc, d'autant est-elle de substance plus grossiere. Et comme la chair d'un porc mediocrement aagé vaut mieux, que d'un plus ieune : ainsi la chair du bœuf qui n'a point encore atteint la fleur de so aage, est elle beaucoup meilleure que d'un plus aagé; pour ce que le bœuf est de temperament plus sec que le porc. Delà vient que les veaux ont la chair de meilleure digestion, que les bœufs & les vaches.

De veau. La chair de taureau est mal-aisée à digerer, & de manuais suc.

De cerf. La chair de cerf ressemble aucunement à celle de bœuf. Elle est dure à cuire en l'estomac, & engendre vn suc melancholic, & si

DE LA FRAMBOISIERE.

27

n'est pas beaucoup plaisante. Par ainsi le fan De fan, de biche.
vaut bien mieux que le cerf , & la biche.

Les cheureaux pareillement ont la chair meil-
leure & plus delicate que les cheures. Car ia-
çoit que la cheure soit de temperamēt moins De cheure.
fec que le bœuf , si toutefois on la compare à
l'homme, elle le surpasse beaucoup en leche-
resse . Ioint que la chair de cheure outre ce
qu'elle est d'assez mauvais suc , elle a quelque
acrimonie en soy , qu'on n'aperçoit pas au
cabril.

On tient bien plus de compte de la chair de De cheureul
cheureul, que de celle de cheure. Aussi est elle
bien plus delicate.

La chair de bouc est la pire de toutes , tant De boeuf.
pour la digestion , que pour le suc , qui est vi-
rulent.

Les agneaux ont la chair fort humide , gluā. D'agneau.
te & baueuse.

La chair de brebis est encore plus abon- De brebis.
dante en extremens , & de plus mauvais suc ,
que celle de moutō. Par ainsi la chair de mou- De moutou-
ton est beaucoup meilleure pour la santé , que
celle d'agneau , & de brebis. Les moutons de
Champagne sont plus exquis que ceux des au-
tres pays , d'autant qu'ils ont meilleur goust ,
que ceux qui sont nourris entre les montai-
gnes , & és lieux humides. On fait cas aussi
des moutons de Berry, pour ce qu'ils ont abô-
dance de bon pasturage.

La chair de belier est de mauuaise digestion , De belier.
& de mauvais suc.

La chair de liéures est melancholique , dif- De liéure.
ficle à cuire en l'estomac , & engendre vn af-

sez gros suc.

De leuraut. Mais celle des leuraux est fort delicate, & plaisante à manger.

De connin' Le lapin de garenne a la chair plus plaisirante & moins abondante en extremens, que ce luy de clappier, à cause qu'il a plus de liberté de courir, & de faire exercice. Tous deux sont meilleurs à manger estans encors ieunes & petis, que plus grands.

Des oyseaux La chair des oyseaux n'est pas si nourrissante que celle des autres bestes terrestres, mais elle est plus facile à digerer.

Des poulaillies. Entre les domestiques, les poulaillies tiennent le premier rang. Elles engendrent va suc, qui n'est ny gros, ny tenu, ains moyen, & tempéré, d'autant qu'elles ne sont ny excessiueimēt chaudes, ny froides. Parquoy il n'y a point de raison de les defendre aux goutteux, comme font aucuns. Car puis qu'elles n'engendent point de mauaises humeurs, il ne faut point croire qu'elles causent les gouttes.

Poulets. poulettes. Les poulets sont plus delicats que les poulettes, & les chappons de meilleur suc que les coqs. Les viels coqs ont la chair nitreuse & salée. C'est pourquoy leur bouillon lasche le ventre.

Des volailles d'Inde. La chair des volailles d'Inde est friande, mais fade & de dure digestion. C'est pourquoy on la fait saupoudrer, fort larder, & aromatiser.

Des phaisans. La chair des phaisans est vne viande excellente, de bon suc, de facile digestion, & qui engendre bon sang, & beaucoup plus delicate à manger que celle de poulaille.

DE LA FRANBOISIERE.

29

Des gelino-

Celle des gelinotes luy ressemble en bonté.
La chair de paon est plus dure, plus fibreuse,
& plus facheuse à digerer. Si toutefois on la
laisse attendrir long-temps, elle est de suc-
louable.

Les perdrix surpassent tous les autres oy-
seaux en bonté & delicateſſe. Elles ont la chair
de bon ſuc, de facile diſtention, qui engendre
vn ſang très-louable.

Les perdreaux font encors plus friands Des per-
dreaux.
que les perdrix.

On prie bien auſſi les beccafes, mais non Des bec-
pas tant que les perdrix. Auſſi leur chair n'est-
elle pas ſi delicieufe, ny de ſi bonne di-
ſtention.

On fait pareillement cas des cailles, horsmis Des cailles.
aux pays où il y a abondance d'ellebore, du-
quel elles prennent volontiers leur nourritu-
re: dont plusieurs personnes pour en uſer, y
font ſurprins d'épileptie & conuulsion. Elles
font meilleures en Automne, qu'aux autres
ſaisons, pour ce qu'elles ſont plus graffes alors.
Les ieunes font touſiours plus estimées que
les vieilles.

Les alouettes font de complexion chaude Des alouettes
& ſèche. Leur chair est de bonne nourriture, ſes.
mais elle est auſſez mal-ayſée à digerer, & fi-
reſſerre, encoré que le bouillon d'icelle laſche
le ventre. Les alouettes pour eſtre bonnes
doiuent eſtre graffes, comme elles font cou-
ſumierement en Champaigne, & en Beauſſe.
C'eſt pourquoy elles y ſont meilleures qu'aux
autres pays.

Les pigeons font de nature bien chauds. Ils Des pigeons.

DE GOVVERNEMENT

30 allument facilement le sang, & prouoquent l'appetit de Venus. Ils ne sont pas propres à ceux qui ont le corps disposé à la fieure, & à la lepre. Les ieunes ont la chair encore humide & têdre, mais les vieils l'ont seche & dure. C'est pourquoy les pigeonneaux sont de plus facile digestion & de meilleur suc que les pigeons aagez. Ils sont meilleurs au Printemps & en Automne, qu'en autre saison de l'année, pour ce qu'ils mangent force grains alors.

Des ramiers. La chair des ramiers est dure à cuire en l'estomac, toutefois elle n'est point mauuaise en Hyuer, si on la laisse attendrir longuement, combien qu'elle constipe le ventre.

Des griues. Les griues ont la chair delicieuse & de bon suc, mais aucunement dure à digerer. Horace en fait grand cas. *Nil melius turdo, inquit epist. 1.* Martial les extolle par dessus tous les autres oyseaux, comme il fait le liéure par dessus les autres bestes à quatre pieds.

Inter anes turdus, si quis me Iudice certet,

Inter quadrupedes, gloria prima lepus.

Des plu- Les pluuiers sont aussi recommandez pour leur bonté.

Des van- La chair des vanneaux est de bo goust, mais de legere nouriture, à cause du grand exercice qu'ils prennent à voler.

Des merles. Les merles approchent de la nature des griues, mais on n'en tient pas tant de compte.

Des tourte- La chair des tourterelles est de nature chau-de & seche, & de bon suc, mais elle est vn petit dure à digerer. C'est pourquoy les ieunes sont meilleures que les vieilles. Les grasses sont aussi plus recommandées que les maigres.

DE LA FRAMBOISIERE.

31

Les oyres ont la chair abondante en super-
fluitez, & plus facheuses à cuire en l'estomac,
que celle des autres volailles, hots mis leurs ai-
les, qui ne sont pas pires que des autres.

Les canards, farcelles, pouilles d'eau, & au-
tres oyseaux de riuiere ont la chair humide,
visqueuse, phlegmatique, excrementeuse, &
de facheuse digestion. Partant ne sont pas si
salubres, que oyseaux de montaigne.

Des canards
& autres oy-
seaux de ri-
uier.
Des gruet.
cignoignes.
& melacholic.

Des autres parties des bestes outre la chair,

CHAP. VI.

C'EST assez parlé de la chair; venons main-
tenant aux autres parties des animaux
terrestres.

La ceruelle des bestes est vne viande trop
phlegmatique, de grosse substance, & facheu-
se à digerer. Vray est qu'elle ne donne pas peu
de nourriture au corps, quand on la digere
bien. Mais elle prouoque bien tost le vomis-
semé. Les volailles ont peu de ceruelle, mais
d'autant qu'elle est plus dure, d'autant est-elle
plus excellente que celle des bestes à quatre
pieds. Les oyseaux de montagne ont la cer-
uelle meilleure que ceux de riuiere.

La moüelle de l'espine du dos est de mesme
nature & faculté que la ceruelle ; excepté pine.
qu'elle n'est pas si vomitive.

La moüelle des os, est plus humide, plus

De la cer-
uelle des a-
nimaux.
De la mou-
elle de l'es-
pine.
De la mou-
elle des os.

32 LE GOVVERNEMENT.

grasse, plus douce & plus plaisante que la cer-
uelle. Si on en mange trop, elle donne pa-
reillement envie de vomir. Quand on la di-
gère bien, elle ne nourrit pas mal.

**Des pou-
mons.** Les poumons d'autant qu'ils sont plus mols
& plus rares, que les autres entrailles, d'autant
sont-ils de plus facile digestion, mais ils nour-
rissent moins, & si d'önenent au corps vne nou-
riture trop phlegmatique.

Du cœur. Le cœur est de substance dure & fibreuse,
partant difficile à cuire, & tardif à se distri-
buer, mais s'il peut estre bien digéré, il ne don-
ne pas peu de nourriture au corps, voire de
bon suc.

Du foie. Le foie de tous les animaux est de gros suc,
de difficile digestio, & de tardive distributio.

De la rate. La rate, bien qu'elle soit plaisante au goust,
pource qu'elle a en soy quelque aigreur, on
la tient néanmoins à bon droit pour estre
de mauvais suc, attendu qu'elle engendre vn
sang melancholic.

Des roignos. Les roignos sont de substance glanduleu-
se, mais de tres-mauvais suc, & de difficile di-
gestion, principalement ceux des vieilles be-
stes: car ceux des ieunes sont meilleurs.

**Des testicu-
les.** Les testicules qui sont du nombre des glan-
des, ont quelque chose de virulent, retirat à la
nature de la semence qu'ils engendent, par
tant sont de mauvais suc, & de forte digestio,
exceptez seulement ceux de coqs, qui sont
tres-excellens. Car ils sont de bon suc, & de
grande nourriture, & de tres-facile digestion,
principalement qu'àd les coqs sont engraissez.

De la panse. Le ventre, la matrice, & les intestins des
bestes

DE LA FRAMBOISIERE.

33

bestes à quatre pieds , sont de substance plus ^{De l'amarré,} & des boy-
dure & plus seche que la chair , & partant de aux,
plus difficile digestion , & de moindre nourri-
ture , & si engendrent vn suc qui n'est point
totalement sanguin, ny loüable, mais plus froid
& plus crud; de sorte qu'il leur faut du temps
beaucoup , devant qu'ils puissent estre bien
digerez , & changez en bon sang . Mais les gi- ^{Des gîfers}
fiers des volailles , moyennant qu'ils soient
bien cuictz, sont de grande nourriture , prin-
cipalement ceux de poulaillles , & d'oye.

Les extremitez sont de fort petit nourrisse. ^{Des extrêmes.}
ment , à cause qu'elles sont nerueuses & sans mitez.
chair , & passent legerement par le ventre , à
raison de leur viscosité.

Les pieds de pourceaux sont meilleurs que ^{Des pieds.}
le groin , & le groin que les oreilles , à cause ^{Des mu-}
que ce n'est que peau & cartilage , que l'esto- ^{feaux.}
mac ne peut digerer. Ainsi est-il des autres
animaux.

La langue est de substance laxe, rare & spon- ^{De la lan-}
gieuse , & de mesme nourriture que les corps ^{gue.}
glanduleux.

Les glandes des mammelles qu'on appelle ^{Des tettines.}
tettines , sont plaisantes à manger , signam-
ment quand elles sont pleines de lait. Elles
nourrissent beaucoup , & quoy qu'elles soient
de gross suc , si font-elles toutesfois en nous
bon sang , quand la beste , de laquelle on les
prend , est en bon poinct.

Les ailes des volatiles , à cause qu'elles font ^{Des ailes.}
plus d'exercice , engendrent moins de super-
fluitez , que les autres parties.

* Les queues d'autant qu'elles surpassent les ^{Des queues.}

C

autres parties en dureté , d'autant sont-elles moins nourrissantes , & plus facheuses à digérer ; mais elles n'ont pas tant de superflitez , à raison de leur mouvement.

Des œufs, & autres alimens issuz des animaux terrestres. C H A P. VII.

Oeufs de pouilles , & autres bestes. **L**es œufs de pouilles & de phaisans excelltent en bonté ceux des autres bestes.

Ceux d'oye sont les pires de tous.

Oeufs frais, Mollets. **L**es œufs frais valent beaucoup mieux que les vieils ponduz. Les mollets sont de meilleure digestion & nourriture, que les autres.

Clairets. Ceux qui sont si legerement cuictz qu'on les peut humer , nourrissent moins, mais ils descendent plus aisément en bas , & seruent pour adoucir la gorge , & la poitrine.

Durs. **L**es durs sont plus facheux à digerer , & de plus gros suc.

Fris. **C**eux qu'on friit à la paëlle , engendrent vn mauvais suc , & rendent l'haleine puante apres la digestion , corrompans les viandes avec lesquelles on les mange , de sorte qu'ils sont dangereux , principalement à gens qui n'ont point bon estomac.

Dulait. **L**e laïct a trois substances diuerses, vne subtile & fluide , qui est le laïct clair ; vne grosse & espoisse , qui est le fourmage : & vne grasse & huileuse , qui est le beurre : la quantité des quelles n'est pas totalement esgale en tous les animaux : d'où prouient la diuersité tant de sa consistence , que de ses facultez.

Laiç d'as- nessé. **C**ar le laïct d'asnessé a plus de la substance

DE LA FRAMBOISIERE. L. IX. 33
fereuse que de la fourmägeuse. C'est pour-
quoy il lasche plus, & nourrit moins : mais il
est soudainement distribué, pour sa subtilité.

Celuy de brebis au contraire a plus de la ^{Lait de} brebis.
Substance fourmägeuse que de la fereuse. Par-
tant lasche moins, & nourrit plus ; mais il
charge trop l'estomac.

Celuy de vache est encore plus gros & plus
gras, de sorte qu'il rend plus de beurre que
pas yn. Il nourrit beaucoup, & fait bon ven-
tre ; mais il est oppilatif & venteux.

Celuy de cheure au regard des autres est ^{Lait de} cheure.
temperé, attendu qu'il n'est ny trop subtil, ny
trop gros, ny trop gras, & partant tient le mi-
lieu entre tous. Neantmoins il n'est pas leur
d'en vser, sans y mesler du succre, ou du miel,
de l'eau & du sel, de peur qu'il ne se caille dans
l'estomac.

Le laict de femme succé de la mammelle est ^{Lait de} femme.
plus propre aux petits enfans, & aux tabides
que tous les autres, à raison de la conuenance
& familiarité qu'il a avec nostre nature, &
substance.

Le laict nouueau traict, vaut mieux que ce-^{Lait nou-}
luy qui est long-temps gardé, par ce qu'il s'al-
tere & corrompt bien tost à l'air.

Le laict cuict nourrit dauatage que le crud, ^{Lait cuict}
mais il referset le ventre, parce qu'en le boüil-
lant, sa serosité se consomme, tellement qu'il
en deuient plus espés.

Le bon laict engendre bon suc. Le laict ^{Bon laict}
des animaux qui sont gras, en bon poinct &
bien traictez, est bon. Mais celuy des ani-
maux maigres, chetifs & mal-nourris, ne

C ij

36 LE GOVVERNEMENT
pourroit estre que mauuais , tout ainsi que
leur sang.

Mauuais lait. Le laict-clair rafraichit, deterge & lasche
le ventre.

**Lait-clair.
Dubeurre.** Le beurre frais eschauffe quelque peu ; avec
le temps il deuient plus chaud. Il ne nourrit
guere,mais il lasche, amollit & adoucit. Il est
bon à la poictrine & aux poumons.

**Du four-
mage.** Le fourmage est de suc reprouué. Car il en-
gendre des grosses humeurs, & oppile les en-
trailles, & constipe le ventre,& si est difficile
à digerer. Toutefois le nouveau n'est pas si
mauuais que le vieil,ny le mol que le dur ; ny
le lasche que le pressé, ny le pertuisé que le
massif.

Celuy qui est fort visqueux , estres-mau-
mais: comme est aussi celuy qui est trop fria-
ble. Le moyen entre les deux est moins nui-
sible. Pareillement celuy qui n'a point de
goust des agreable,ny de forte qualité , n'est
pas si dommageable que son contraire. Le
fourmage moderément salé,est meilleur aussi
que celuy quil'est trop , ou qui ne l'est point
du tout.

**Tempera-
ment du
fourmage.** Au reste tout fourmage, n'est pas de mesme
temperament. Car le nouuet , mollet &
doux, est froid & humide : mais le vieil , dur,
& salé,est chaud & sec, & a vne acrimonie , à
cause de la presure & du sel. Son frequent
vstage engendre la pierre aux reins , & excite
des songes terribles.

Du sang. Tout sang de quelque faço qu'il soit prepa-
ré, est fascheux à digerer , principalement le
gros & melancholic, comme celuy de bœuf.

DE LA FRAMBOISIERE.

37

Le sang de liéure est par tout célébré, comme sang de
le plus friand. C'est pourquoy on a de cou-
stume de le boüillir avec le foie, pour en faire
du ciuet.

Ciuet.

Le sang de porc est pareillement en usage. Sang de
Car on mange communément l'hyuer en Frace porc.
des boudins faictz de sang, de graisse & de Boudins,
boyaux de pourceaux, lesquels neantmoins
ne sont pas de fort bonne digestion.

Des poissans.

CHAP. VIII.

LEs poissans sont tous de complexion ^{La nature}
froids & humides, & par consequent ^{des poissans.}
phlegmatics. Car d'autant qu'ils sont animaux
aquatics, ils tiennent tousiours de la nature
de l'eau.

La nourriture qui en prouient est beaucoup ^{La vertu des}
plus legere, plus coulante, & plustost dissipée ^{poissans.}
que celle des animaux terrestres.

Parquoy les poissans qui ont la chair dure ^{Les meil-}
sont plus nourrissans, & plus salubres que ^{leurs pois-}
ceux qui ont la chair molle, à cause qu'ils sont
moins phlegmatics, & qu'ils rendent le sang
moins fereux, & de meilleure consistence, at-
tendu que leur chair approche plus près de
celle des animaux terrestres. Et bien qu'en co-
paraison des autres poissans ils soient estimez
difficiles à cuire, si est-ce qu'au regard des be-
stes terrestres, ils sont fort aisez à digerer.

Les poissans de mer sont meilleurs que ceux ^{Poissans}
d'eau douce, parce qu'ils sont plus fermes &
moins humides, à cause qu'ils sont nourris en
eau salée.

C iii

38 LE GOVVERNEMENT

Poiss. sa- Entre les poiss. marins, les faxatiles qui hantent autour des rochers, & parmy les pierres sont les plus excellés, pour ce qu'ils vivent en lieu plus sec. La nourriture qu'on en préd, outre ce qu'elle ne donne point de peine à digérer, est très-salubre au corps, à raison qu'elle engendre vn sang, qui n'est ny trop tenu ny trop gros, ains de moyenne consistence.

Poiss. pe- Les poiss. qui demeurent en pure & haute mer, sont meilleurs que ceux qui viennent aux riuages, & qui entrent dans les fleuves & estangs maritimes. Les poiss. sont encore meilleurs quand la mer est agitée de la tourmente des yents, que quand elle est calme, pour ce qu'ils font plus d'exercice : pareillement quand elle regarde le Septent. , parce que l'air qu'ils hument en respirant est plus sain.

Poiss. d'eau douce Entre les poiss. d'eau douce, ceux de riuere sont meilleurs que ceux des estangs, lacs & marescages, pour ce qu'ils n'abondent pas tant en humidité superflue, & ont l'odeur plus agreeable, & le goust plus suave.

Poiss. de riuere. Les poiss. de riuere pêchez en eau claire & courante sur les cailloux & le grauier, sont biē plus exquis, que ceux des eaux dormâtes, troubles & bourbeuses, d'autant qu'il sont plus fermes, plus plaisans à manger, & de suc plus loüable. Ceux des fleuves où il croist des bonnes herbes & racines, valent mieux aussi que ceux des lieux où il n'y a que des herbes limoneuses, & des racines de mauuaise suc pour leur nourriture.

Méchans poiss. Ceux des petits estangs, qui n'ont point de

fontaines, & ne reçoivent point de riuere, & où l'eau ne coule point dehors, mais y est tousiours croupissante sans aucu mouuemēt, sont tres-mauuais. Mais ceux des ruisseaux qui reçoivent iournellement les efgouts, immondices & ordures des grandes villes, sont encores pires. Car s'ils demeurent tant soit peu morts, ils se corrompent aussi tost, & sentent mauuais, & sont desagreables à manger, difficiles à digerer, & rendent peu de nourriture, & beaucoup d'excremens. Tellement qu'il ne se faut point esmerueiller s'ils engendrēt des mauuaises humeurs au corps de ceux qui en mangent ordinairement.

On fait plus de cas des poisssons masles que des femelles, encor qu'elles soiēt plus grosses. Que les mal: les excellēt les femelles. Car les pl^e gros poisssons ne sōt pas tousiours les meilleurs, d'autant que la grosseur difforne, porte tesmoinage d'une humidité superfluë, qui est communément aux femelles.

Nonobstant les poisssons vallent mieux en la fleur de leur aage, que plus ieunes, pour ce qu'alors ils n'ont pas tant d'humidité superfluë, & donnent vne nourriture plus solide au corps. De là vient le proverbe,

*Choisis en toute saison,
Jeune chair, & Vieil poisson.*

Toutefois Galien, Rondelet, & plusieurs autres Medecins tant anciens que modernes ont opinion que tous les poisssons, qui ont la chair molle (comme les ieunes) sont les meilleurs. Mais ceux qui voudront bien examiner mes raisons, trouueront qu'elles doiēt estre preferées à leur autorité. Il me semble que

C iiiij

tant plus les poissons ont la chair molle , tant plus ils ont besoin d'estre bien assaisonnez avec sautes aromatiques , pour corriger leur humidité superfluë: mesme que ceux qui sont les plus humides , & davantage abondans en superfluitez, sont meilleurs salez que frais, par ce que le sel consomme leur humidité excessiue.

Projet de
l'auteur.

D'autant que les poissons sont differens en bonté selon leurs especes , pour discerner les meilleurs parmy les autres , ie traictteray en particulier premierement des plats , conse, quemmet des autres qui n'ont qu'une simple peau polie , & lissee, puis de ceux qui sont revestus de petites escailles, en apres de ceux qui sont couuers de coquilles , & finalement des ceteux qui sont garnis d'un gros cuir , & d'armure par dessus.

La Sole.

Entre tous les poissons de mer , la Sole est fort recommandée pour sa bonté. Car outre ce qu'elle est fort plaisante au goust , elle est de bon suc , & de facile digestion. Galien au liure des viandes de bon & mauuais suc , la met au nombre des alimens qui engendrent vn suc ny trop gros, ny trop tenu, ains moyen. Au liure de la faculté des aliments , il reprend Philotimus, pource qu'il nel'auoit point mis au catalogue des poissons qui ont la chair molle. Toutefois Rondelet maintient qu'elle a la chair dure & vn peu visqueuse. Qui est cause qu'elle se corrompt difficilement , & se peut plus longuement garder , & porter fort loing sans se gaster: mesme qu'elle est meilleure & plus salubre, quand elle est portee loing,

DE LA FRAMBOISIERE. 41
que sur le bord de la mer. Les Grecs l'appellent $\beta\gamma\lambda\omega\sigma\alpha$, pource que sa forme ressemble à la langue d'un bœuf; & les Latins *solea*, pour ce qu'elle ressemble à la semelle d'un foulquier.

Le turbot a pareillement la chair tendre, *Le turbot*.
delicate & saluqre. Les anciens l'appellent
rhombus, pour sa forme.

La barbuë a la chair plus molle que le *La barbuë*.
turbot, & plus plaisante que la plye: C'est
vne espece de *rhombus*, que Rondelet sur-
nomme *Leuia*, à la difference de l'autre, qui est
aculeatus.

Le poisson qu'on appelle vulgairemēt *plye*, *La plye*.
& en nostre quartier *plays*, comme si on vou-
loit dire *plat*, ou en Grec $\pi\lambda\alpha\tau\upsilon\zeta$, est vn as-
sez bon manger, principalement quand il est
frit en la paëlle. Vray est qu'il n'est pas si
plaisant que la sole, ny si exquis. Les plays
de la mer entrerent quelquefois dans les estangs
maritimes, & dans les riuiieres, pour chercher
l'eau douce. Mais ceux qui ont demeuré aux
estangs ne sont pas si fermes, & sentent la
bourbe. Ceux qui ont esté nourris aux riuiie-
res sont encors plus mols, & presque insi-
pides. Partat ceux qui se prennēt dans la mer,
doient estre preferez aux autres. Les Grecs
l'ont nommé *λύθα*, & les Latins *passer*.

Aucuns l'appellent *plye*, quand il est grand, *Le quarelet*.
& *quarelet* quand il est petit; combien que
Rondelet pense qu'ils soient differens d'espe-
ce, pour ce qu'il semble que le *quarelet* soit de
forme plus quarrée que la *plye*, dont vient
qu'il est nommé *quadratulus*.

La raye. Les rayes sont de plus grande nourriture, mais plus dures & plus difficiles à digérer, d'autant qu'elles sont cartilagineuses. Les fraîches sentent fort la marine. Cette désagréable odeur se perd quand elles ont été quelque temps gardées. C'est pourquoi elles sont meilleures à Reims, qu'à Abbeville ; à Paris, qu'à Rouen, & à Lyon, qu'à Marseille. Car en les portant loing elles s'attendriscent, & deviennent plus plaisantes au goût. Les Grecs appellent la raye *βάτος* pour ce qu'elle a la queue piquante, comme une ronce.

La lampre. La lampre a la chair molle & quelque peu glutineuse, mais fort friande : C'est pourquoi on la aime tant. Au commencement du Printemps elle entre de la mer dans les rivieres. Ausone l'appelle *muffella*. Aucuns la nomment *muræna fluvialis* ; & les autres *galexia*.

L'anguille. L'anguille a la chair gluante, & de mauvais suc, tellement qu'elle n'engendre jamais bon sang : Et principalement quand elle est prise en eau orde & bourbeuse. Quelquefois elle entre des rivieres dans la mer, & en devient meilleure. Estant salée elle est aussi tendre & plus salubre, pour ce qu'elle n'est plus si visqueuse.

Le maquereau. Le maquereau que les Grecs appellent *σκόμber* & les Latins *scomber*, a la chair molle, grasse & delicate, & partant propre pour être salée. Il s'en prend de plus grands en la mer Océane, qu'en la Méditerranée, mais ils sont plus durs, plus secs, & moins plaisants au goût.

Le merlu. Les Grecs ont nommé *όνος* & *οὐρόνος*, & les Latins *asellus*, le poisson que nous appellons

merlus, comme si nous voulions dire, luc de mer, par ce qu'il a la bouche & la queue comme un brochet. Galien le nombre entre les viandes de bon suc, & de facile digestion, & maintient qu'il a la chair aussi bonne que les saxatiles, quand il est nourry de bon alimen, & qu'il ne bouge de la mer ; mais qu'il devient gras, visqueux & charge de superflitez, & moins plaisant à manger, quand il vit de mauvaise nourriture, dans les eaux meslées.

Le merlan est vne espece d'asnon, il a la ^{Le merlan.} chair tédre, molle, & si legere, qu'elle ne charge guere l'estomac. C'est pourquoi il est bon de le frire en la paëlle, apres estre saupoudré de farine, à fin que sa nourriture ne soit point si coulante.

La molue ou moruë est encore vne espece ^{La molue.} d'asne. Quand elle est fraiche, elle a la chair biē meilleure, qu'estant salée & desschée. Car sa chair alors est si glutineuse, qu'elle s'attache aux doigts en la mangeant, bien qu'elle ait été longuement trempée dans du beurre. Ce qui semble estrange, d'autant que le sel eschauffe, attenue & incise. Mais il arriue qu'elle devient avec le temps plus visqueuse, à cause que l'humeur tenuë en est cōsommée. Tout ainsi que nous voyons la farine dissoute en eau, si on la fait quelque temps cuire, les plus subtiles parties estans consommées par le feu, elle devient si espoisse & glutineuse, qu'elle fert de colle. Nous voyons pareillement le sucre dissout en eau, en le cuisant se rendre beaucoup plus visqueux.

Le saulmon.

Le saulmon prend tousiours sa naissance en l'Ocean, mais il se retire au Printemps aux riunieres qui coulent dedans. Il a la chair tendre, grasse, douce, fort friande & excellente au goust, de sorte qu'il est preferé à tous les autres poissons pour sa delicateſſe. Si n'est-il pas pourtant le plus ſalubre, principalement aux malades, d'autant que ſa nourriture eſt plus groſſiere, plus visqueufe, & plus facheufe à digerer, que n'eſt celle des poissons ſaxatiles, felon l'opinion de Gesner. Il eſt beaucoup meilleur frais que ſalé, encore qu'il ne ſoit pas mauuais quand il eſt nouueau ſalé.

La truite.

Les truittes reſſemblent aux ſaulmons. Vray eſt qu'elles ont la chair plus feche & moins friable. Il s'en trouue aux grands lacs, qui ſont presque auſſi grandes que ſaulmons, qu'on appelle pour cete caufe truittes ſaulmonées. Elles mangent des poiffons, des vers & du grauier: & ayment infinitement l'eau claire & froide. C'eſt pourquoy elles cherchent ordinai‐rement les ſources & les fontaines: & ſe dele‐ctent merueilleuſement parmy les pierres & les cailloux. Tellement qu'entre les poiffons d'eau douce, on les peut bien appeller ſaxatiles. Elles ſont fort agreeables au palais, & bonnes principalement quand elles ſont mangées chaudeſſe, & qu'elles ne ſont point longuemēt gardées. Toutefois Rondelet les defend aux malades. Mais nous ne voyons point de rai‐ſon pertinente, pourquoy nous n'en puiffions hardiment bailler aux malades, au defaut des poiffons ſaxatiles de la mer.

Il y a deux sortes de perches, l'une de mer, & la perche, l'autre de riuiere. D'autant que Galien pris celle de mer, pource qu'elle est du nombre des poissos laxatiles, d'autant Rondelet pret il plaisir à mespriser celle de riuiere. Il dit qu'elle a la chair dure & solide. Nous respondons qu'elle en est tant plus salubre, & moins phlegmatique, & qu'elle ne se corrompt pas si tost. Il adiouste qu'elle est plus difficile à digerer, que l'autre. Mais nous maintenons le contraire, pource que les poissos d'eau douce ne sont iamais si fermes, que ceux qui ont esté nourris en eau salée, & dans les rochers. Parquoy nous tenons contre son opinion, que la perche qui a esté peschée en vne riuiere claire & nette est bonne, non seulement aux sains, mais aussi aux malades.

Ausone est le premier entre les Latins qui a Le brochet donné au brochet nom *Lucius*, qui semble estre deduit du Grec $\lambdaύκος$, qui signifie loup, pource qu'il deuore ordinairement les autres poissos de la riuiere, comme fait le loup matin ceux de la mer, qui pour sa voracité est pa-reillement appellé des Grecs $\lambda\alpha\beta\epsilon\xi$. Sa chair est dure & ferme, quand il a esté pris en vn fleue, ou dans quelque grand lac: mais elle est visqueuse & de mauvais suc, s'il a esté nourry en vn estang, ou dans quelque eau marescageuse. Nous faisons grand cas des grands brochets, qui ont esté peschez en vne eau claire & nette.

Les carpes ont la chair molle, humide, vn La carpe. peu visqueuse, & assez fade. Vray est que pour la diuersité des lieux où elles sont nourties,

elles sont plus ou moins salubres, ou insalubres. Celles qu'on trouve dans les rivières claires & nettes, sont bien meilleures non seulement au goût, mais aussi pour la santé. Celles qu'on prend aux eaux qui reçoivent les égouts & ordures de la ville, encorés qu'elles soient grasses, sont néanmoins de mauvais suc. Celles des étangs & viviers marescageux sentent ordinairement la boue. La carpe est appelée des anciens *cypinus*.

L'aloë.

L'aloë est un poisson de mer, qui ressemble bien à la sardine, horsmis qu'il est plus grand & plus large. Au Printemps & en Été elle entre aux fontaines & aux rivières, & y devient tellement grasse, qu'elle en a la chair molle, plaisante, d'assez bon suc & de facile digestion. A raison de quoy on la trouve meilleure qu'à elle est prise loing de la mer, que près. Les Grecs l'appellent *χειρά* & les Latins *Clupea*.

Les sardines.

Les sardines sont semblables aux harangs ; elles se gardent deux ans salées.

Les anchoies.

Les anchoies ressemblent aux petites sardines. On les mange salées avec huile, vinaigre & poivre, pour exciter l'appétit : prises à l'entrée de table, elles laschent le ventre.

Les harangs.

Les harangs frais ont la chair grasse, molle & delicate. Ils ressemblent si bien aux petites aloës, qu'à grand peine les peut-on discerner. Il ne s'en trouve qu'en la mer Océane seulement, où ils sont quelquefois en si grandes troupes, qu'il n'est pas possible de les prendre. Mais après l'équinoxe d'Automne, ils se divisent par bandes, & changent de lieux, & vont ça & là par escadrons ; de sorte qu'on en

prend ordinairement beaucoup ensemble. Et meurêt aussi tost qu'ils sont hors de l'eau. On les sale incontinent, puis on les arange dans des tonnes: Belon croit qu'ils soient pour ceste cause appellez arangs.

On en seche d'autres à la fumée, apres les ^{Les forez}
auoir vn peu salez, qu'on appelle forez.

Il y a plusieurs sortes de rougets, entre les- ^{Les rougets}
quels celuy qui est appellé en Grec *τρίγλαν*, &
en Latin, *mullus*, est fort celebré des anciens,
pour sa delicateſſe. Sur tous les poiffsons de
mer, il a la chair fort dure, & neantmoins fort
friable, d'autant qu'il n'a point de viscosité ny
de grefſſe, & nourrit dauantage que les autres,
quand on le digere bien. Toutefois ceux qui
ſont extremement grānds, n'ont pas la chair
ſi plaifante, ny ſi ailee à digerer, que les moins
dres. Ceux qui mangent des petis cancreſ ſent
mauuais, & ſont defagreables au gouſt,
de fascheufe digestion, & de mauuais ſuc, dit
Galien.

Le rouget que les Latins appellent *cuculus*,
n'est pas aussi à contemner: non plus que ce-
luy qu'ils nomment *Lyræ*. L'un & l'autre a la
chair dure & ſeche, & peu ou point glutineufe.

Le goujon de mer est plus exquis que celuy ^{Le goujon}
de riuite. Celuy qui vit aux riuages ſablonneux, ou autour des rochers, eſt excellent, tant
pour le plaisir, que pour la digestion, & bōte
de ſon ſuc. Celuy qui ſe trouve aux embouchures
des fleuves, ou aux eſtangs maritimes,
ou autres, n'est pas ſi plaifiant, ny de bon ſuc
ny facile à digerer. Celuy qui vient des eaux

bourbeuses, ou des riuières qui reçoivent les immondices de la ville, est très mauvais. La chair des goujons est plus dure, que celle des faxatiles, & plus molle que celle des rougets, dit Galien. On l'appelle en Grec *καβιὸς*, & en Latin *gobio*, & *gobius*.

Le barbeau. Le barbeau a la chair blanche, molle, suave, mais fort phlegmatique. C'est pourquoy le vieil vaut bien mieux que le ieune: Aussi est-il de plus grand pris. Le vulgaire tient que ses œufs sont veneneux, pource qu'ils desuoient l'estomac par haut & par bas. Mais cela se fait à raison qu'ils esmeuuent & excitent la cholere. Ausone le nomme en Latin *barbus*. On le pourroit bien appeller aussi *mugil fluviatilis*.

Le musnier. Les Grecs nomment pareillement *χεραλος πτωταμιος*, & les Latins *capito fluviatilis*, le poisson que nous appellons vulgairement musnier, pource qu'il s'en trouve quantité à l'entour des moulins. Il se nourrit de bourbe & d'eau. Il a la chair blanche, & legoust fade. Il devient meilleur, quand il est salé.

La brame. La brame se plaist aux eaux dormantes, & se nourrit là d'herbes, de bourbe & d'ordure. Sa chair est molle, grasse, & extrêmeuse. Neantmoins il y en aaucuns qui en font estat. Tantost on la rostit sur le gril, tantost on la met en paste, estant bien espicée. Mais elle est plus plaifante ou goust, que salubre au corps.

La vandoise. La vandoise a la chair molle & douce. Rondelet dit que c'est vne espece de *Leuciscus*.

La tanche. La rosse (que Gesner appelle en Latin *rutilus*) n'a pas la chair si sauoureuse que la vandoise.

La tanche

La tanche se nourrit de bourbe & de muco-
sité. C'est pourquoy elle se plaît aux eaux
marescageuses & dormantes. Sa chair enge-
dre vn suc gros, visqueux & excrementeux.
Ausone l'appelle *tinea*.

Les huistres & toutes manieres de poissos Les huistres.
tueustus de grosses escailles , qu'Aristote ap-
pelloit *ostacoderme* , engendrent vn sang fort
gros & esp s. Vray est que leur eau a vertu de
lascher le ventre , tout ainsi que le lait clair;
mais leur chair est grossiere & dure à digerer ,
causant en nous quantité d'humeurs terrestres
& melancholiques. Les bons compagnons
les font cuire sur le gril dans leurs escailles ,
y adioustant du beurre & quelque peu de
poyure , pour exciter l'appetit de Venus. Plu-
sieurs les font cuire entre deux plats. Aucuns
les font frire à la pa ille : les autres les mangent
cru s.

Les moules sont appellees en Grec *μύες* & Les moules.
μύανες en Latin *mytili* & *musculi*. Elles se
prennent ordinairement en la mer. Il s'  trou-
ue aussi aux riuieres & aux estangs , où il y a
des pierres , ou bois attaché. On en voit des
grandes & des petites. Les plus grandes sont
dures & facheuses à digerer , & engendrent vn
gros sang , & force pituite : mais elles nourris-
sent beaucoup , & esmeuuent le ventre & l'vri-
ne. Les plus petites ont la chair plus molle &
& plus douce de bon suc: mais elles nourris-
sent moins , & prouoquent davantage l'vri-
ne. Celles de mer ont la coquille plus espoisse
& plus courte , & sont plus agreables au palais ,
que les autres.

D

50 LE GOVVERNEMENT

Les tortues. Les tortuës que les Latins appellent *tessellides* ont la chair principalement des espaules & des cuisses grasse, douce & delicate. Il y en a des terrestres & des aquatiques. Et de celles-cy, les vnes vivent en la mer, aucunes aux tierieres nettes, & les autres aux marescages. Les tortues de mer sont estimées les meilleures. Leur chair ne sent nullement la marine.

Les escreuilles. Galien dit que les escreuilles, cancrels, gammares, & les autres poissons nommés en Grec *malacostracæ* ont tous la chair dure, difficile à digérer, & fort nourrissante: laquelle estant cuicte en eau perd tellement son suc salé, qu'elle constipe le ventre. Rondelet tout au contraire écrit que les escreuilles dites *afraci fluviales*, ont la chair molle, fluide, très-humide, & peu nourrissante. Mais l'opinion de Galien doit être préférée à la sienne.

Les escargots. Combien que les escargots soient du nombre des animaux terrestres, si est ce toutesfois qu'il n'est point impertinent d'en faire icy mention, à cause qu'ils ont des coquilles comme les aquatics, desquels je viens de parler. Les escargots ont la chair dure & difficile à cuire, mais fort nourrissante, quand elle est digérée. & si ont un suc qui lasche le ventre, ne plus ne moins que les poissons garnis de grosses écailles. Au surplus les limaçons font le sang gros & espès.

Les balaines & autres poissons cœteaux. Les balaines, dauphins, thuns & autres grands poissons de mer, appellez ceteaux, ont tous la chair dure, de mauvais suc, & chargées d'excrements. C'est pourquoi on a de coutume de les saler, à fin de rendre la nourriture

DE LA FRAMBOISIERE. 51
 qu'on en tire pour le corps plus subtile, & plus propre pour la digestion, & la generation du sang. Car la chair fraîche de ces poissons là, si elle n'est fort bien digeree, amasse un tas d'humours cruës aux veines, dit Galien.

Iaçoit que les grenouilles ressemblent aux bestes terrestres, si font elles neantmoins aquatiques. Il est befoin de les bien distinguer. Car celles qui vivent dans les marescages sont tenues pour veneneuses: mais celles des riuieres, ruisseaux & fontaines sont bonnes à manger, principalement les cuisses. Elles ont la chair blanche, & dure quand elle est fraîche, mais estant gardee, elle devient têdre. Les Grecs les appellent *βάτραχοι*, & les Latins *ranae*.

Des herbes bonnes à manger. CHAP. IX.

Les herbes en comparaison des bestes sont peu nourrissantes, mais elles sont propres les vnes pour raffraichir, les autres pour reschauffer, accommodees en potage, salade, souffre, ou autre maniere.

Entre les herbes qu'on mange ordinairement, la laïctue tient le premier rang. Elle est de meilleur suc, que toutes les autres. Elle raffraichit bien le corps, fait dormir, empesche les songes, refrene la concupiscence charnelle. Pour ceste cause les gens de religion, & autres non mariés en doivent user louuent.

La chicoree des jardins a mesme vertu que la laïctue, mais elle n'est pas si plaisante au goust, ny de si bon suc.

La vertu des herbes.

De la laïctue

Dij

52 LE GOVVERNEMENT

De l'ozelle. L'ozelle à raison de son aigreur est agreeable à mäger, elle excite l'aperit, & mitige la chaleur de l'estomac, & du foye. Estant boüillie avec la chair elle l'attendrit.

Dupourpier. Le pourpier rafraichit fort, appaisit la soif, estaint l'ardeur de Venus, desagasse les dents, addoucissant de son humidité visqueuse ce qui auroit été rendu aspre, & par trop desséché par choses aigres & vertes.

De la poitee. La poitee (qu'on appelle joutte à Reims) n'est guere bonne à l'estomac. Son suc est si deteratif qu'il lasche le ventre.

Des choux. Les choux engendrent mauvais suc, nuisent à l'estomac, & à la veue, & causent des horribles songes. Leur premier boüillon est laxatif, mais ils reserrent le ventre, quand ils sont cuictz encore vne fois en eau boüillante, parce qu'ils ont perdu alors leur nature nitreuse & salee.

Des espinards. Les espinards amolissent le ventre, & humectent le corps, mais ils sont venteux. Pour empêcher qu'ils n'excitent des veants, il les faut premierement boüillir en l'eau qu'ils rendent, sans y en mettre d'autre : puis adiouster quelque peu de poiture avec du beurre & du verjus quand on les fricassee en la paëlle.

De la bourrache & de la buglose. La bourrache & la buglose seruent en potage, pour purifier le sang, & tenir le ventre lasche. Leurs fleurs sont fort bonnes en salade, pour resiouyr le cœur, & conforter les esprits vitaux. On les trépe pareillement dans le vin, pour apporter gayeté, & chasser toute tristesse.

Du houblon. Le ieune houblon est de suc loüable, il purifie le sang, & est ennemy de l'humeur melacholic.

DE LA FRAMBOISIERE.

53

Des asperges

Les asperges outre ce qu'elles sont gracieuses au gout, profitent à l'estomac, délopilent le foie, & les conduits de l'urine, & font bon ventre, étant mangées à l'entrée de table.

Les artichauds eschauffent le sang, & incitent nature au combat amoureux de Venus, ils sont bons à l'estomac, & donnent appetit. Toutefois Galien dit qu'ils sont de mauvais suc, principalement quand ils deviennent trop durs, d'autant qu'ils engendrent alors un suc choleric & melancholic. Mais on les estime tant pour leur friandise, qu'il ne se fait banquet magnifique sans y en avoir. On mange non seulement les pommes, mais aussi les cardes d'artichauds, avec beurre, sel & vinaigre.

Le cresson encore qu'il prenne sa naissance aux ruisseaux des fontaines, si est-ce qu'il est de tempérament chaud & sec, & provoque l'urine. On le mange ordinairement crud en salade. Les Grecs l'appellent *symbrium* aucun *cardamina*, pource qu'au goût il ressemble au cardamome que les Latins nomment *nasturtium*, & les François *nasturt*.

La roquette eschauffe fort, elle excite l'appétit de Venus. Elle fait mal à la teste, si on la mange seule en salade. Il est meilleur de la meler avec des feuilles de laitue.

Aucuns mangent du basilic en salade, mais il est de mauvais suc, & n'est pas bon à l'estomac, ny aux yeux. Vray est que son odeur resouvit le cœur.

La menthe fortifie l'estomac, & le remet en appetit. Son odeur fait reuerir le cœur.

Le fenouil est utile à la veüe, il augmente la force du fenouil.

D iij

34 **LE GOUVERNEMENT**
femence, & engendre abondance de lait aux
mammelles des femmes.

Du persil. Le persil est agreable à l'estomac , & profitab-
le aux roignons , parce qu'il est diuretic.

Du cerfeuil. Le cerfeuil excite l'appetit,fait vriner & pu-
rifie le sang.

De la saulge. La saulge est manifestement chaude,& quel-
que peu astringente. Il est bon d'en assaison-
ner les viandes,pour refueiller l'appetit , & di-
gerer les cruditez de l'estomac.

De l'hyssope. L'hyssope eschauffe & desseche fort. Par sa
subtilité elle nettoye la poitrine & les pou-
mons , des phlegmes gros & visqueux, qui s'y
amassent.

Du thym. Le thym est de mesme téperamēt,& pectoral
aussi, il prouoque l'vrine & les mois des fēmes.

De la sariette La sariette est pareillement chaude & seche,
elle ouvre l'appetit,aide la digestion , & excite
au coit.

**De la pim-
pernelle.** La pimpernelle est fort agreable en salade.
Mise dedans le vin , elle le rend aucunement
aromatic,& de plus plaisant goust. On en fait
grand cas en temps de peste , prise en breuuage
elle est souueraine pour restraindre le flux
menstruel des femmes.

Des raues. Les raues qu'on appelle autrement raiorts,
ont vne chaleur & acrimonie manifeste , &
partant vertu d'attenuer. On en vse ordinaire-
ment avec les viandes en forme de salade,pour
ouvrir l'appetit. Galien est d'aduis qu'on les
mange à l'entree de table, à fin qu'elles descen-
dent incontinent : combien que Dioscoride
ait escrit qu'il les faut prendre à la fin du repas,
afin d'ayder à la digestion , & qu'estans prinſes

au commencement elles souleuent les vian-
des, & les font vomir. Aucuns tiennent que
le frequent vsage des raues fait auoir quantité
de laict aux nourrices.

Les nauex sont venteux, & ont grande Des nauex
vertu d'el mouuoir le desir de Venus. Il nour-
rissent peu, & engendrent des vers aux petits
enfans par leur douceur. Les petis nauets sont
beaucoup pl^e sauoreux, que les gros nauex.
Il faut assaiionner les nauex avec du poiture,
ou de la moustarde, pour corriger leur vētolité

Les cheruis, carottes & pastenades nourris- Des cherui-
sent encore moins que les nauex, & sont carottes &
difficiles à digerer, comme les autres racines,
neantmoins ils eschauffent manifestement, &
prouoquent l'vrine, & les mois des femmes.

Les ails, oignons & porreaux eschauffent ex- Des ails, oign-
tremement le corps, digerent les cruditez, sub- gions & por-
tilient les grosses humeurs, decoupent les vis- reaux,
queuses, & desopilent les entrailles. Quand il
sont bien cuictz, il perdent leur acrimonie, &
donnent quelque peu de nourriture au corps,
ce qu'ils ne faisoient pas auparauant; & ne sont
plus de mauuais suc, comme ils estoient. Mais
comme ils sont propres à ceux qui ont vn tas
d'humeurs phlegmatiques, crues, grosses &
visqueuses, & qui sont subjects à la grauelle, &
à difficulte d'vrine : ainsi sont-ils contraires à
ceux qui sont de nature cholericis, & subjects
au mal de teste.

Des fruitz. CHAP. X.

ENTRE les fruitz ceux qui sont massifs & La vertu des
terrestres, sont fort nourrissans & de lon- fruitz.

D. iiiij

gue duree: mais ceux qui sont de consistence humide donnent peu de nourriture , & ne se peuvent garder, d'autant qu'ils se corrompent incontinent: Vray est qu'ils sont plustost digestez, & plus promptement rendus par le ventre, que les solides, principalement quand ils ont quelque qualite nitreuse, & vertu detersieue: aussi sont ils de plus mauvais suc, que ceux qui n'ont aucune qualite manifeste au goust, & autre ce sont venteux, comme ceux qu'on mange devant qu'ils soient parfaitement meurs. Tellement qu'ils ne sont profitables qu'à ceux qui durant la grande chaleur d'Esté sont fatiguez à force de cheminer & traauiller. Car ils sont bons alors pour les rafraichir , & leur humecter la sechereſſe du corps.

Des melons. Les melons de leur nature sont extrememēt froids & humides, & de mauvais suc, ils se corrompent aisement en l'estomac, & descendent plustost en bas que les courges:ils sont souverains pour tempérer la chaleur des reins , & pour faire vriner, & vuidier la grauelle, à cause qu'ils ont vne vertu absterſieue laquelle toutefois est plus grande en la femence , qu'en la chair. Il faut choisir ceux qui ont la chair ferme , & leur cauité ſèche , & qui sont meurs, pource qu'ils sont moins froids , & plus delicats à manger.

Des cōcombreſ. L'ufage des concombres est bien dangereux, d'autant que leur nourriture ne vaut rien , & que leur suc se corrompt facilement es veines. Vray est que leur femence misé en orge mondé, ou en decoction, prouoque l'vrine & rafraichit l'ardeur des reins.

Les courges & les citrouilles ne sont pas si Des courges
pernicieuses que les concombres moyennant & citrouil-
qu'on corrige leur aquosité avec safran, poy-
ure ou autre poudre aromatique. Estans cui-
tées elles n'ont point de qualité manifeste au
gouſt, & ne donnent pas grande nourriture
au corps, à cause que leur suc est aqueux, mais
elles se digèrent sans peine, & glissent aisément
en bas, à raison de leur humidité.

Les figues nourrissent davantage que tous Des figues.
les fruits passagers, & ne sont pas de si mau-
vais suc. Vray est qu'elles sont venteuses, mais
elles traument soudain outre l'estomach, &
passent aisément par tout le corps, à cause
qu'elles ont vne grande vertu absterſive, telle-
ment qu'elles font ietter la grauelle hors des
reins. Les figues meures sont beaucoup meil-
leures que les verdes. Les figues sèches (qu'on
appelle cariques) excellent aussi en bonté les
récentes. Elles laschent le ventre, & nettoient
les roignons, pour ce qu'elles sont aperitives.
Il se faut garder toutesfois d'en trop user, pour
ce qu'elles engendent vn sang qui n'est pas
fort bon & vne chair qui n'est point ferme
ny solide, ains spongieuse & mollassé, & cau-
sent quantité de poux, cōme assure Galien.

Les raisins ne sont pas si nourrissans que les Des raisins.
figues; mais ils ont cela de bon, qu'ils passent
vistement par l'estomach, encore qu'ils soient
composéz de substâces diuerſes. Car les pepins
qui sont de substance sèche, & aucunement
astringente, passent incontinent au trauers des
boyaux, sans recenoir alteration quelconque,
partant ne nourrissent point, ains relèvent:

58 LE GOVVERNEMENT.

La peau qui est autour, reçoit aussi peu de changement dans l'estomach, tellement qu'elle ne donne guère d'avantage de nourriture, ainsi un peu d'astriction. Par ainsifi il n'y a que la substance charnue qui est dedans leurs grains, & le jus qui est parmy, qui nourrissent, & qui laschent. Mais la substance charnue nourrit plus, & lasche moins, & le jus (qu'o appelle moust) nourrit moins & lasche plus, & s'il ne passe soudainement, il remplit le ventre de ventosité. Mais les raisins qui sont penduz quelque tēps en l'air, pourueu qu'ils soient biē meurs, deviennent bons en perfection. Car ils n'enflent point l'estomach, & ne troublent point le ventre, comme ceux qui sont nouveaux, ainsi raffraichissent legerement, & remettent en appetit les desgoustez.

Des passules. Les raisins de quesse, qu'on seche au Soleil, pour la varieté de leur goust, ont diuerses température & vertu. Car les doux sont de tempérament plus chauds, & les aspres plus froids; ceux-là sont moyennement deterſifs : mais ceux-cy fortifient l'estomach, & constipent le ventre. Ceux qui sont gras, & qui ont l'escorce deliée, sont les plus excellens. Ceux de Damas sont tousiours preferez aux autres. On fait grand cas aussi de ceux de Corinthe.

Des fraises. Les fraises outre ce qu'elles sont bonnes à manger en Esté, elles sont proffitables aux biieux, & à ceux qui ont l'estomach trop eschauffé, & qui sont alterez : Car elles estanchent la soif. Leur jus est souuerain pour oster les rougeurs & petites gratrellles qui viennent au visage de chaleur de foye, mesme pour

DE LA FRAMBOISIERE.

59

effacer les taches & boutons de la licerie.

Les framboises à cause de leur douce aspreté, Des fram-boises.
ou plustost de leur douceur tôt soit peu aspre,
sont si aggreable au goust, qu'il n'est rien plus.
Car il n'y a saveur, ny odeur pl^e plaisante, que
celle de la framboise. C'est pourquoy le vin
qui sent la framboise est tousiours estimé
le plus excellent. Et bien que les fram-
boises ne se puissent garder long-temps
fraisches, on les peut neantmoins conseruer
confites tant qu'on voudra. Leur confiture
surpasse en delicateſſe toutes les autres. Leur
couleur vermeille delecte pareillement la
veüe.

Les meures descendant soudain en bas, à Des meures.
cause qu'elles sont de substance humide &
glissante, & aussi qu'elles ont quelque qualité
tant soit peu acre. S'il arrive d'avanture qu'el-
les arrestent trop long temps au ventre, elles
se corrompent incontinent, comme les au-
tres fructs qui ne sont point de garde. C'est
pourquoy il les faut manger à jeun, ou bien à
l'entrée du repas. Car si elles rencōntrent quel-
que mauuais suc en l'estomach, ou si on les
prend apres les autres viandes, elles se corrom-
pent quant & quant. Elles donnent peu de
nourriture au corps, mais elles sont bonnes en
Esté pour raffraichir l'estomach, & le foye trop
chaud.

Les groifles devant qu'estre meures, ont Des groife- *
vne verdure agreable au palais. On en vend
tous les ans vne grāde quantité à Reims, pour
ce que les gens de ceste ville les ayment tant,
qu'ils en vsent beaucoup en leurs potages,

60 LE GOVVERNEMENT

faulles, pastez, & tartes qu'ils appellent au pays coqueluces. Pour ceste cause les jardiniers y cultuent diligemment les groiseliers, pour le grand profit qu'ils en tirent. Je ne veux pas icy mespriser les groiseles, de peur de degouster & desappetisser les Dames de Reims, qui durant la saison, ne trouuent point de viandes bonnes, si elles ne sont assaisonées avec force groiseles. Ioint que ce fruct n'apporte point de dommage aux Médecins du lieu.

Des groiseles d'outre-mer.

Les groiseles rouges ont vn goust aigre-doux fort plaisant au palais. Elles raffraichissent le corps, estanchent la soif, donnent appetit, fortifient l'estomach, & reserrent le flux de ventre excité d'humeur bilieuse. Les Apothicaires gardent le suc de ce fruct cōfit, pour s'en servir le long de l'année, & l'appellent *rob de ribes*.

Des cerises.

Les cerises mangées fraîches font bon ventre; estans sèches, le reserrent. Celles qui sont parvenuēs à parfaite maturité sont douces; mais celles qui ne sont point encors meures, sont aspres, ou aigres. Les douces laschent plus le ventre, mais elles ne sont pas si bonnes à l'estomach. Les aspres au contrarie. Les aigres sont bonnes aux estomachs phlegmatis & remplis de superflitez. Car elles sont plus dessicatives que les aspres, & aucunement incisives. Les gueignes, bigarteaux, & cesseles, n'ot pas si bon suc, que les cerises.

Des prunes.

Les prunes laschent le ventre; les fraîches, plus; & les sèches moins. Elles euacuent la cholere. Les prunes douces raffraichissent moins, les aigres & les aspres, sont plus froides & hu-

DE LA FRAMBOISIERE. 61

mides, & plus astringentes que laxatives.

Les plus excellentes sont celles de Damas,^{Des damas:}
qui sont de trois sortes, noires rouges & vio-
lettes.

Les dattes tiennent le second rang pour leur ^{Des dattes:}
suauité.

On fait grand cas en Prouence des prunes ^{Des Brigno-}
de Brignoles, pour leur plaisant goust.^{les.}

On pris fort aussi les prunes de Pardigoy-^{Des Pardi-}
gne pour leur grosseur, & laueur agreable.^{goynes.}

Les pruneaux de Reims sont exquis, plus ^{Des Nober-}
pour leur beaulté, que pour leur bonté. Car ^{tes.}
leur couleur bleue est pl^e delectable à la veüe,
que n'est leur goust agreable au palais. Ils ont
tant soit peu d'aigreut & d'astriction. On les
appelle au pays, Nobertes.

Il y a encors d'autres prunes à Reims, nom-
mées vagnons, qu'on mange coustumieremēt
deuant qu'estre meures. A cause de leur gran-
de aspreté & verdure: les gens de ceste ville en
sont si friands, qu'ils en mettent ordinairemēt
en leur potages, pastez & coqueluces, en lieu
de verjus.

Dioscoride dit que les pesches meures sont ^{Des peches.}
bonnes à l'estomach, & au ventre. Mais Galien
maintient qu'elles sont de mauuaise nourri-
ture, & qu'elles se corrompent aisément, &
partant doivent estre mangées à l'entrée de ta-
ble, & non à l'issuë. Les meilleures pesches
sont estimées celles de Corbeil, qui ont la chait
seche & solide, ne tenat aucunemēt au noyau.
Aucuns font grand cas des presles nommées
perfici duratim, encore que leur chait tienne si
fort au noyau, qu'elles ne le laisse iamais ner.

62 LE GOVVERNEMENT

On prise fort aussi les Mericotons, Pauies, & Alberges.

Des abri-
cots.

Les abricots sont beaucoup meilleurs que les pesches. Car ils ne se corrompent pas si tost au ventricule, & ne s'aigrissent point, & ont le goust plus suave, & pource sont plus agreables à l'estomac. On les appelle *præcocia*, c'est à dire fruits hâtifs, pource qu'ils sont plustost meurs que les autres.

Des pommes.

Les pommes comme elles sont differentes en saueur, aussi ont-elles diuerses qualitez & proprietez. Les vnes sont douces, aucunes aspres, & les autres aigres. Il y en a aussi de saueur meslée, & pareillement des fades, qui n'ot point de goust. Les douces sont de moyenne temperature, tenans toutesfois plus de la chaleur: comme les insipides tirent davantage sur la froideur: les aspres sont de substance froide & terrestre: les aigres de substance froide, mais de parties subtiles. Les pommes seulement douces, sont tost distribuées par le corps, mais si elles participent d'acrimonie, ou grosse substance, elles sont plustost euacuées par le bas. Les aspres sont propres quand l'estomac est debile, ou par trop grande chaleur, ou trop grande humidité. Et les aigres, quand il y a dans l'estomac quelque grosse humeur amassée, qui n'est pas trop froide. Car elles sont bonnes pour l'inciser. Les pommes vertes sont de difficile digestion, de tardive distribution, & de mauuaise nourriture: mais les parfaitement meures sont bonnes cuictes. Les pommes de court-pendu excellent toutes les autres en saueur & en odeur.

DE LA FRAMBOISIERE. 63

Les poires sont bonnes à l'estomac, à cause Des poires de leur astriction. Elles sont dessicatives & quelque peu nutritives. On cognoist leurs proprietez par leurs saueurs. Car il y a des poires (ainsi que des pommes) seulement douces, aspres, ou aigres: aucunes ont diuerses saueurs meslées: autres n'ont point du tout de goust. Les poires de Rousselet sont excellentes à Reims, vray est qu'elles ne sot point de garde: mais on les fait secher au four, pour en auoir tout le long de l'année. On fait grand cas de celles de bon Chrestien, de bergamote, de trouué, & de certeau.

Les pommes & poires de coings, ont vne Des coings plus grande astriction que les autres, & pour ce sont utiles à l'estomac. Sion en mange devant tout autre viande, elles reserrent le ventre: au contraire, si on les prend apres, elles le laschent.

Le cotignac qu'on fait de chait de coings Du cotignac fort meurs confits en succre, pris à l'étrée du gnac. repas, a grande vertu aussi de corroborer l'estomac, d'ayder à la digestion, d'arrester le flux de ventre, & de garantir la teste des fumées qui montent en haut apres boire.

Les mesles, qu'on appelle en France neffles, Des mesles. sont bonnes à l'estomac, & reserrent le ventre, pour ce qu'elles sont fort astringentes.

Les cornailles sont merveilleusement aspres, Des cor- Des cornailles. nailles, & pour ce restraignent fort le ventre, comme les neffles.

Les sorbes, qu'on appelle en France cor- Des sorbes. mes, sont moins astringentes, & plus plaiantes à manger que les neffles, à cause qu'elles

64 LE GOVVERNEMENT

n'ont pas tant de verdeur. Et bien que tous ces fruits soient bons à manger, si n'en faut-il pas toutesfois user beaucoup, parce qu'ils nous seruent plustost comme medicament, que comme aliment.

Des grena-
des.

Les grenades sont de plus plaisant gouſt, & meilleures à l'estomach que les pommes & les poires. Il y en a de trois sortes, de douces, d'aigres, & de vineuses. Elles sont toutes de bon suc, mais peu nourrissantes. Les douces sont plus agreables à l'estomach, mais elles y engendrent quelque chaleur, & des ventolitez, & pour ce sont defendues aux fiéures. Les aigres rafraichissent l'estomach trop eschauffé, referrent le ventre, & prouoquent l'vrine. Les vineuses sont de moyenne qualité entre les aigres & les douces. Les grains sont plus astrin- gents & dessiccatifs que le jus, & l'escorce encores plus. Elles sont appellées des Latins *mala punica*, & communément *granata*, à raison qu'elles sont toutes pleines de grains au dedans. Toutesfois il y en a qui disent qu'elles sont ainsi nommées, de Grenade Royaume d'Espagne, où elles croissent en grande quantité.

Des citrons.

Les citrons en Latin *citra*, sont appellez des Grecs *Medica*, pource qu'ils ont esté premiere-ment apportez de Medie. Ils sont composez de trois parties differentes en température, & vertu. Car l'escorce est chaude, leche, acre & aromatique; laquelle estant confite en sucre fortifie l'estomach, & ayde la digestion, bien qu'elle soit difficile à digerer, quād on la māge crue, d'autant qu'elle est dure. Au contraire le jus est aigre, refrigeratif, & dessiccatif : lequel reprime

DE LA FRAMBOISIERE. 65

reprime fort la cholere, & est bon contre la peste. Mais la chair du milieu qui donne nourriture au corps, n'est ny aigre, ny acre au goust, ains de moyenne qualité entre les deux. Vray est que la graine qu'on trouue enclose dedas, est amere, resolutiue & dessiccatiue, & partant resiste à tous venins, & fait bonne haleine.

Les limons sont de mesme nature & faculté Des limons, que les citrós. Le syrop qu'on fait de leur suc, est fort singulier aux fiéures ardentes, & cōrāgieuses. Leur jus est profitable à la grauelle, & propre pour nettoyer les taches du vilage.

Les poncilles qui sont deux fois aussi grands Des poncilles, que les limons, bien qu'ils soient beaux à voir, ne sont pas pourtant si bons à mäger frais : car ils n'ot quali point de goust. Mais à cause qu'ils ont l'escorce beaucoup plus espoissé, ils sont requis des Apothicaires, pour les confire.

Les orenges ont l'escorce plus chaude que Des orēges, les citrons: on l'apperçoit bien au goust plus acre & plus amer. Elles n'ont pas toutes le jus de mesme saveur. Car les vnes ont le suc doux, les autres aigre, aucunes l'ont vineux. Les douces orēges eschauffent de toutes leurs parties: le suc des autres est refrigeratif, & resiste à pourriture, & pource sont propres aux fiéures: les douces au contraire. Elles sont appellées *aurentia, quasi aurea mala*, pource qu'elles ont couleur d'or.

Les cappres sont de parties fort subtiles, & Des capres pource donnent peu de nourriture au corps. Mais estant bien dessalées, elles sont bônes en salades, pour ouvrir l'appetit, pour nettoyer & purger les phlegmes qui sont en l'estomac, &

E

66 LE GOVVERNEMENT
 deliurer les oppilations du foye & de la rate,
 moyennant qu'elles soient mangées avec huile
 & vinaigre devant toute autre viande. Diosco-
 ride dit qu'elles sont meilleures à l'estomac
 estans cuictes que cruës. Les grosses, d'autant
 qu'elles ont plus de suc & plus de chair, sont
 beaucoup meilleures que les menuës : toutes-
 fois les menuës sont plus appetissantes que les
 grosses, parce qu'elles sont plus abbreuées de
 vinaigre.

Des olives.

Les olives encore vertes excitent l'appetit,
 & confortent l'estomac, mais elles rendent le
 ventre dur, pource qu'elles sont astringentes,
 & ne donnent guere de nourriture au corps.
 Les olives parfaitement meures font mal à
 l'estomac, à la teste & aux yeux. Elles sont mo-
 derément chaudes, & les autres au contraire
 refroidissent.

**Des écrev-
iseaux.**

Les noix fraîches ne sont point manifeste-
 ment astringentes ny huileuses, ains fades &
 sans grande saueur. C'est pourquoy on a de
 coutume de les affaisonner avec du sel & du
 vin, ou de l'eau. Elles sont aisées à digérer, &
 font bon ventre. Mais les noix sèches n'ont pas
 peu d'astricition, laquelle avec le temps se perd,
 leur substance se conuertissant en huile. Elles
 sont de difficile digestio, nuisibles à l'estomac,
 contraires à la toux, augmentent la cholere,
 font douleur de teste, & rendent le ventre dur.
 Vray est qu'elles sont de mesme vertu que les
 fraîches, si on les laisse long-temps tremper
 dans l'eau. Les noix encorées vertes, confites
 avec leur escorce en sucre, sont bonnes à l'e-
 stomac, & plaisantes aux goûts.

Des noix.

DE LA FRAMBOISIERE. 67

Les noisettes, qu'on appelle en France auel- Des noisett-
laines, & en Champaigne Corynes, donnent tes.
plus de nourriture que les noix, pour ce qu'el-
les sont plus massives, & moins grasses, mais
elles sont encores plus difficiles à digerer, &
mauvaises à l'estomac. Estas broyées & beuées
avec eau miellée elles sont profitables à la
toux. Les lögues sont plus exquises que les
rondes, d'autant qu'elles sont plus sauoureuses.
On les nomme à Reims corynes franches.

Les amandes ne sont aucunement astringen- Des aman-
tes, ains incisives & deteratives, principalement des.
les ameres, d'autant qu'elles sont plus chaudes
& dessicatives que les douces, au moyen de-
quoy elles font cracher les grosses & visqueu-
ses humeurs contenues en la poétrine & aux
poulmons, & nettoient & desoppilé le foye,
la rate & les reins. Elles sont aussi aucunement
grasses & huileuses comme les noix. Elles ne
nourrissent pas beaucoup, iacioit que plusieurs
en vsent pour restaurer leurs forces, & estre
plus promptes au jeu d'amour. Elles appasent
les douleurs, font dormir, prouoquent l'vrine,
Dioscoride dit que si on mange cinq ou sept
amandes ameres devant le repas, qu'elles gar-
dent d'enuyer.

Les pignons, comme tesmoigne Galien, Despignos.
nourrissent fort & engendent bon suc, en-
core qu'il soit plus grossier que subtil, mais ils
sont de difficile digestion. Si nous croyons
Auicenne, ils sont maturatifs, lenitifs, & re-
solutifs, partant profitables aux pulmonics, &
à ceux qui sont trauaillez de la joux, ils aug-
mentent le sperme, & incitent au jeu d'amour.

E ii

68 LE GOUVERNEMENT

ils mondifient les reins & la vessie , & sont si
gulierement bons à ceux qui ne peuvent pis-
ser que goutte à goutte.

Des pistas-
ches.

Les pistaches ressemblent aux pignons, mais
ils ne sont pas si nourrissans. Ils sont propres
pour desoppler & fortifier le foye. Car ils ont
yne vertu aromatique, avec vne petite amer-
tume & aspreté au goust.

Des chasta-
ignes.

Les chataignes sont de grande nourriture,
mais de gros luc, & de difficile digestion : Elles
referrent le ventre, & engendrent des vento-
sitez, tellement qu'elles enflent , rendent les
personnes libidineuses, & font mal à la teste, si
on en mange trop. Les marrons tiennent le pre-
mier rang entre les chataignes. Car ils sont
plus gros, plus beaux & plus sauoreux. Ceux
de Lyon sont renomez par dessus les autres.

Des legu-
mes.

Reste à parler des legumes, qui sont aujour-
d'huy en vstage.

Des féues.

Les féues sont de téperature moyennement
froide & seche. Leur chair est quelque peu ab-
stensive, tout ainsi que l'escorce est vn peu ab-
stringente. Elles sont fort venteuses, de sorte
qu'elles enflent assez souuent tout le corps, &
causent des songes fascheux. Elles ont vne
substance non massiue, ne pesante : ains spon-
gieuse & legere , ayant nonobstant quelque
qualité deterseuse, cōme l'orge mondé : en ver-
tu de laquelle elles ne demeurent pas long-
temps à passer par le ventre. Estans fricassées
elles perdent leur ventosité, mais elles sont de
fort difficile digestion , arrestent longuement
à passer, & donnent vne nourriture grossiere
au corps. Quand on les mange vertes , deuant

qu'estre meures & seches , elles engendent vne nourriture plus humide , & par consequent vne plus grande abundance d'excremens, non seulement aux boyaux , mais vniuersellement par tout le corps: tellement qu'elles ne nourrissent pas tant , mais elles passent plus legerement par le ventre. Pour leur faire perdre leur ventosité , aucunz y meslent des oignons, autres de la sarriette , ou des espices, en les fricassant. Car toutes viandes venteuses doivent estre corrigées par choses chaudes & attenuatrices.

Les pois quant à leur substance ressemblent ^{Des pois.} aucunement aux féues. Il n'y a que deux choses à dire , l'une qu'ils ne causent pas tant de ventositez que les féues : l'autre qu'ils n'ont aucune vertu deterseuse , & pour ce sont plus tardifs à descendre par le ventre , comme dit Galien. C'est donc abus de bailler à humer de la purée de pois à ceux qui ont pris medecine laxatiue, pour lauer l'estomac. Vray est que les pois verds donnent au corps vne nourriture plus humide , & plus abondante en superflitez que les secs: & par ainsi nourrissent moins, mais ils descendent plustost en bas. Toutefois quand ils sont fricassez, ils sont de plus dure digestion, & resserrent davantage le ventre, & engendent vn plus gros suc.

Les pois chiches ne sont moins venteux que ^{Des chiches} les féues, mais ils nourrissent davantage. Ils ont aussi la vertu absterseuse plus grande que les féues, à raison de quoy ils sont propres à la grauelle, prouoquent l'vrine, & les fleurs aux femmes , & font bon ventre ; ils engendent force

E iiij

70 LE GOVVERNEMENT
laict, & attisent le brasier de Venus, en accroissant la semence.

Des lentilles. Les lentilles sont fort astringentes & dessicatives, & pour ce resserrent le ventre, jaçoit que leur bouillon le lasche. Estant pellées elles perdent leur forte astriiction, & nourrissent auantage, mais elles engendent vn sang gros & melancholic, & sont de difficile digestion.

Du riz. Le riz nourrit mediocrement, mais il referre le ventre, & pour ce est fort bon à ceux qui ont la dysenterie, ou quelque deuoyement d'estomac. Il est de plus facile digestion, & de meilleur goust, quand on le fait cuire avec laict de vache, laict d'amades, ou bouillo gras de chair.

De l'orge mondé monde. L'orge mondé bien appareillé est vne viande des plus recommandées qui se face point de grain quelconque, pour faire bon sang. Car il rafraichit, humecte & desaltere, il engendre vn suc subtil & aucunement deteratif, il coule doucement en bas, d'autant qu'il n'a point d'astriiction, il n'est point fascheux à digerer, il n'enfle point l'estomac, & ne donne point de tranchées au ventre, tellement qu'il n'apporte aucune nuisance au corps.

Des champignons. Encore ne faut-il pas mettre fin à ce traité, sans faire mention des champignons. Il y en a deux sortes, cōme tesmoigne Dioscoride. Car les vns sont bons à manger, & les autres sont venimeux. Ils sont venimeux quand ils croissent en lieu où il y a quelque clou de fer entrouillé, ou quelque drap pourry, ou près de la cauerne d'un serpent, ou au pied de quelque arbre qui produit ordinairement fruits nuisibles. Ceux qui sont tels ont au dessus quelque ordure ou

baue espoisse, cueillis de terre, ils sont incontinent pourris, & deviennent moisis. Ceux qui ne sont point venimeux, ont vn goust plaisant, & nourrissent fort, mais ils sont si mal-aylez à digerer, que le plus souuent ils sortent entiers avec la matière fecale, à cause qu'ils sont extrémement froids & humides : de sortent qu'ils approchent bien pres du naturel des poisons comme dit Galien. Aussi la nourriture qu'ils donnent est-elle fort phlegmatique, & dangereuse: tellement que si on en mangé par trop, & qu'on ne les digère pas bien, ils causent vn grand deuoyement d'estomac, ou ils estranglent. Car de leur naturel ils engendrent humeurs grosses & visqueuses, dont ils estoupet si bien les bouches des arteres, que les esprits estás enfermez leans, les personnes estouffent. C'est pourquoy en les apprestant, il est bon d'y mettre des ails, au poivre, ou autre espice.

Des condimens. CHAP. XI.

APRES auoir discouru de la vertu des vian-

des, il m'a semblé expedient de parler de la nature des choses qui seruent à les confire, assaisonner & conseruer long-temps.

Le miel est chaud, sec & fort déterrif, aperitif & de parties subtiles. Le bon miel est doux, acré, & odorant. Les vns choisissent le jaune, & les autres le blanc, pour le plus excellent. Le miel crud à cause de son acrimonie, lasche le ventre, & engendre des ventositez. Quand il est escumé, il nourrit plus qu'il ne lasche, & se digere mieux, & n'est plus venteux, & pro-

E iiiij

72 LE GOVVERNEMENT
 uoquel l'vrine, principalement quād on la fait
 bouillir avec vn peu d'eau, iusques à tant qu'il
 soit biē escumé. Le miel est bon aux vieillards
 & à toutes personnes de temperament froid:
 mais il n'est point propre aux ieunes gés, d'a-
 tant qu'il se conuertit en humeur cholérique
 és corps chauds. Au surplus le miel a vne ver-
 tu singuliere de contregarde de corruption
 les sūcs des plantes, racines, fleurs & fruiēts.

Du sucre.

Le sucre n'est pas si doux, ny par conse-
 quent si chaud que le miel. Il a toutesfois (dit
 Galien) vne mesme vertu abstergive, dessica-
 tive & resolutiue. Mais il est plus agreable au
 palais, meilleur à l'estomac, & altere moins,
 que le miel. Outre ce qu'il conserue long-tēps
 les jus d'herbes, racines, escorces, fleurs &
 fruiēts, sans estre gaitez, il les rend encore plus
 plaisans au gouſt. C'est pourquoy on fait au-
 iourd'huy quasi tous les syrops, confitures, &
 conserues avec sucre.

Du sel.

Le sel restraint, reprime, absterge, mondifie,
 subtilie, resout & corrode, d'autant qu'il est de
 nature acre & brûlante, il contregarde de pu-
 trefaction la chair, le poiffon & toutes les au-
 tres viādes, parce qu'il desseche & consomme
 leur humidité superfluë, & reserte en soy leur
 substance molle, & la rend solide pat son astric-
 tion. Dauantage il donne sauer à toutes
 viandes, qui d'elle-mesmes sont fades, & n'ont
 point de gouſt, de sorte qu'il est tref-necessaire
 à la vie humaine.

**Des espi-
cieries.**

Les espiceries eschauffent, dessechent, & sub-
 tilient: Partant sont propres pour assaisonner
 les viandes froides, humides, & grossieres. En-
 tre autres.

L'gingembre est bon à l'estomac, & aide à ^{Du gingembre.}
la digestion. Il eschauffe fort, non pas du prem
ier coup, comme le poivre. Car il n'est pas
de parties si subtiles que le poivre, d'autant
qu'il est composé d'une substance grosse & in
digeste, non leche ne terrestre, ains humide &
aqueuse, comme asserte Galien.

Le poivre est extremement chaud, mis en ^{Du poivre.}
fausse il ouvre l'appetit, & aide à faire la dige
stion, & fait vriner. Le poivre blanc est plus
fort que le noir, l'un & l'autre est dessicatif;
mais le poivre long est de nature plus humi
de, comme telmoygne Galien.

Les giroffles eschauffent & subtilisent iusques ^{Des cloux de gyroffles.}
au tiers degré, ils ouvrent & corroborent tout
ensemble. Ils sont profitables à l'estomac, au
foye & au cœur, ils aident à faire digestion.
Estans maschez ils font bonne haleine.

Les noix muscades sont chaudes & seches au <sup>De la musca
de.</sup>
second degré, elles sont astringentes, partant for
tifient l'estomac, & le foye, & resserrent les
cours de vêtre, neantmoins prouoquent l'vri
ne, dechassent les ventositez, rendent la veüe
bonne, & font bonne aleine estans maschées.

La canelle eschauffe & desseche quasi au tiers ^{De la canelle.}
degré, elle est de parties subtiles, & a vne forte
acrimonie au goust, avec vne legere astrictio.
Au moyé de quoy elle decoupe & dissout les
superflitez du corps, & fortifie les membres.
Elle est fort propre à esmouvoir les fleurs arre
stées, elle prouoque l'vrine, & nettoye ce qui
peut offusquer la veüe.

La moustarde eschauffe & desseche au quart <sup>De la mou
starde.</sup>

degré. Elle est propre pour assaisonner les vias des grosses, visqueuses, & venteuses, parce qu'elle subtile, incise & resout. D'avantage elle sert d'aiguilon pour resueiller l'appetit languissant, & en piquant le palais desgousté donne envie de manger. Mais sa force prend incontinent les gens par le nez, & penetre quant & quant au cerveau.

De l'huyle.

L'huyle qu'on tire des olives meures, est moyennement chaud & humectatif. Celuy qui est fort doux, pur, clair, & subtil, est meilleur pour assaisonner les salades,

Du vinaigre.

Le vinaigre selon Galien est de parties subtiles, & de nature meslée de froideur & de chaleur, mais la qualité froide surmonte la chaude. Car le vinaigre a en soy quelque acrimonie qui eschauffe, laquelle toutefois n'est assez suffisante pour vaincre la froideur prouenant de l'aigreur, mais bien pour le faire penetrer plus soudainement. Car d'autant que le chaud perce plus que le froid, d'autant vn suc acre est-il plus propre à percer les conduits des corps sensibles, que l'aigre. Pour ce l'acre prepare le chemin, l'aigre suit aussi tost, & lors se fait vn sentiment meslé: de sorte que le vinaigre ne paroist point froid, à cause qu'on y apperçoit vne acrimonie chaude; ne chaud aussi, à raison que la chaleur de l'acrimonie precedente est tousiours amortie & du tout estinte par la froideur procedante de l'aigreur, qui suit incontinent. Parquoy combien que le vinaigre soit composé de qualitez contraires, toutesfois il participe plus de froideur que de chaleur. Vray est que tant plus il est vieil &

fort, tant plus il est chaud. Au reste le vinaigre est fort dessicatif & incisif. Et outre ce qu'il resoult, il a cela de singulier qu'il reprime & restraint, c'est pourquoy il estanche le sang; il donne appetit, est bon à l'estomac, & sert au flux de ventre, cuict parmy les viandes. On en met aux sausses & aux salades, pour les rendre sauoureuses.

Le verius raffraichit, dessèche & restraint fort. Il esteint la chaleur excessiue du corps, & estanche la soif. Vray est qu'il ne peut penetrer profondement comme le vinaigre, parce qu'il n'a en soy chaleur, ny acrimonie aucune, ainsi vne forte astriction, d'autant qu'il est de parties crasses. On en met aux sausses, aux potages, & aux pastez, pour leur donner goust.

Comment il se faut gouverner au boire.

CHAP. XII.

L'ELECTION du boire n'est pas moins nécessaire, que du manger, pour engendrer bon sang. Parquoy quiconque ayme sa santé doit auoir soin d'estre bien emboissonné. Il y a plusieurs sortes de breuuages, entre lesquels le vin tient le premier rang, & surpassé en bonté tous les autres. Aucunes nations au defaut du vin boiuent coustumièrement du cidre & du peré: autres de la biere. On vse quelquesfois d'hypocras, de bouchet, d'hydromel, d'oxymel, & de ptisane. Le menu peuple boit ordinairement de l'eau, tellement

Les sortes de
boissons, &
quelle est la
meilleure.

76 LE GOVVERNEMENT
que l'eau est la plus commune boisson de toutes, combien qu'elle soit la plus simple, & qu'elle ne soit point nutritive, comme les autres. Chacun choisira le breuuage qui luy est le plus commode.

La quantité du boire. Il faut qu'il y ait tousiours proportion du boire au manger. Car si le boire excede la viande, il la fait nager dans l'estomac. Quand on mange des viandes solides & seches, il est besoin de boire davantage: mais quand on vise de viandes liquides & humides, il n'est pas bon de tant boire.

G. F. Boire deux ou trois fois modestement au pris
Qu'on mange, n'est jamais des Medecins repris.

La façon de boire. Mais nous n'approuuons pas la façon de boire d'autant, ny la coutume de boire à la tournee, à la mode des Allemans & de leurs voisins, ny pareillement de beuuoter, comme font aucuns; parce qu'en beuant beaucoup tout d'un traict au repas, la viande vient à flotter incontinent dans l'estomac, de sorte qu'elle ne se peut bien ny lier, ny cuire. Et comme on empesche la chair de cuire, en remettant souuent de l'eau au pot, ainsi la coction est-elle empeschée dans l'estomac en beuant trop souuent. Quand on ne fait que beuotter, outre ce que la soif n'en est point esteinte, le chyle en est rendu trop moite, & par consequent plus venteux. Il est bon de boire le premier traict de vin plus pur, le second plus trempé, & que le dernier coup ne soit quasi qu'eau rougie, quand on alefoye chaud, & le cerveau debile.

DE LA FRAMBOISIERE.

77

Le premier traict qu'on boit d'un vin un peu plus fort,
 A la digestion donne ayde & confort:
 Au second coup conuient davantage d'eau mettre,
 Car estant plus trempé, moins au cerneau penetra.
 Mais la dernière fois que tu beuras, je veux
 Qu'il y ait moitié d'eau, pour estre moins fumeux.
 Mais ic donne dispense à ceux qui ont le foye
 tēperé, & le cerneau robuste de boire vn pe-
 tit de vin pur à l'yssue de table, pour ayder à la
 coction du fruit, suiuant le Proverbe vulgai-
 re, post crudum merum. Comme la faim mon-
 stre qu'il est nécessaire de manger, pour resta-
 blir ce qui est ruiné de nostre substance solide:
 ainsi la soif qui suruient en mangeant, est-elle
 vn tesmoinage qu'il est temps de boire: par-
 ce que nature a besoin alors d'humidité, pour
 reparer ce qui s'est esculé de nostre substan-
 ce humide. Et bien qu'on ne soit point alte-
 ré, encore est-il bon, quand on a pris de
 la viande solide en assez bonne quantité, de
 boire pour l'arrouser, & la rendre plus molle,
 à fin que plus aisément elle puisse estre dige-
 rée, & portee apres au foye & aux veines.
 Car le boire (comme dit Erasistrate) est le
 chariot de la viande. Mais il se faut garder de
 boire à ieun: & incontinent apres le repas,
 quand l'estomac s'employe à la digestion, &
 à l'yssue du bain; & quād on est en sueur à for-
 ce de trauailler. Il n'est pas bon aussi de boi-
 re quand on s'en va coucher, de peur d'exciter
 le rheume: vray est qu'il est permis quel-
 quesfois aux bilieux, pour mieux reposer la

G. F.

Le temps de
boire.

78 LE GOVVERNEMENT

nuict de boire vn peu d'eau pure , ou bien de l'eau vineuse , quand ils ont pris au souper du vin plus fort que de coutume , ou qu'ils ont excedé la mesure ordinaire . Il est pernicieux de boire en la soif menteuse , parce que l'humeur qui la prouoque , en deuient plus fârouche . Ord'autant que pour se bien gouverner au boire , il ne suffit pas de cognoistre l'usage des boissons en general , mais est besoin de sçauoir exactement la nature & proprieté de chacune en particulier , ie discoueray icy par ordre premierement du vin , en apres du cidre & du peré , puis de la biere , consequemment des autres breuuages artificiels , & finalement de l'eau .

Projet de
l'auteur.

DU VIN. CHAP. XIII

Vertu du vin.

LE vin est merueilleusement utile à l'homme , il r'allume nostre chaleur naturelle , & la fortifie , par ce moyen il refueille l'appetit , aide à la digestion , engendre le sang pur , clarifie le trouble , desopille les conduits , fait passage aux extremens , donne bonne couleur , purifie le cerveau , aiguise l'entendement , subtilise les esprits , & (comme dit David) resiouyt le cœur de l'homme , & le rend hardy & courageux , & entretient le corps en santé , moyenant qu'il soit pris par compas , & sans excés . Autrement il oste l'usage de raison , & cause vne infinité de maladies .

Distinctions
des vins.

Pour discerner la nature & propriété du vin , il faut considerer la consistence , couleur ,

DE LA FRAMBOISIERE. 79

sauveur, force & odeur, avec la temperature,
l'age, le terroir où il a creu, & la constitution D'où sont
de l'annee. Pour ces diuerses considerations, prises leurs
on a fait plusieurs differences.

On remarque trois sortes de vin à la consistence. Car aucun sont subtils & deliez, au-
tres gros & charnus, & les autres moyens.

Les vins de substance tenue & claire comme
eau, donnent peu de nourriture au corps, mais
ils sont bien tost digerez, & prouoquent fort
les vrines. Ils sont propres aux gens delicats,
& duisent à ceux qui ont amassé es veines un
tas d'humeur grosses & melancholiques.
Quand ils sont forts, ils sont vaporeux, & pour
ce font mal à la teste.

Les gros vins nourrissent beaucoup, mais Gros vin.
ils sont de plus difficile & tardive digestion, &
si oppilent les entrailles. Ils sont bons aux la-
boureurs, vigneron & autres personnes qui
travaillent beaucoup, & à ceux qui ont le
corps rare.

Les vins de consistence mediocre sont les Vin mediocre,
meilleurs, pource qu'ils n'offendent point le
cerveau, ainsi que les subtils, & si n'ex-
citent point d'obstructions comme font les
gros.

On distingue trois sortes de vin, par la cou- Difference
leur, à scauoir le vin blanc; le vin clair qui
est paillet ou rougelet; & le vin couvert, qui
est rouge, vermeil, ou noir.

Le vin blanc d'autant qu'il est de substance Vin blanc,
plus tenue que le rouge, il se digere plus faci-
lement, & si penetre plus soudain par tout le
corps, & prouoque plus les vrines: mais il

80 LE GOVVERNEMENT
 nourrit moins. Aussi est il plus conuenable pour ceux qui viuent mignardemēt, que pour ceux qui viuent duremēt. S'il est fort & gēne-reux, il enuoye force fumees à la teste, & es-chauffe le foye en passant. Quand il est foible, aqueux, crud & verdelet, il n'apporte aucun detriment ny à la teste, ny au foye, & si est proffitable aux passions des reins, & de la vē-sie, à raison qu'il trauerse incontinent iusques là: mais par long vſage, il offense le ventricu-le, les intestins, la rate, & la matrice.

Vin couvert. Le vin couvert, pource qu'il est de substan-
 ce plus grosse & terrestre, que celuy qui n'a
 guere de couleur, a de coustume d'estre plus
 tardiuement cuict & distribué: mais en recom-
 pense il donne plus grande nourriture, estant
 plus idoine pour engendrer le sang, d'autant
 qu'il luy ressemble dauantage, il offence
 moins la teste, & fortifie mieux l'estomac, qui
 est laſche & debile. Vray est qu'il cause abon-
 dance d'humeurs grossieres, & excite force
 obſtructions aux entrailles. Il est profitable à
 ceux qui mènent vne vie laborieufe, & à ceux
 qui ont la texture du corps rare, & les conduits
 trop ouverts, & qui sont subiects à furer à tous
 propos.

Vin clairet. Le vin clairet tient le milieu entre les deux.
 C'est pourquoy il excelle l'vn & l'autre en bō-
 té. Le paillet qui est fauveler ou jaunatre ap-
 proche de bien prés aux facultez du vin blanc;
 le rougelet tire quelque peu dauantage sur le
 couvert.

**Différence
 prisē de la
 fauer.** Les anciens & modernes ont mis trois prin-
 cipales sortes de vin differentes en fauer,
 qu'ils

DE LA FRAMBOISIERE. 81

qu'ils ont nommez vin doux, vin aspre, & vin ^{vin doux.}
mestif entre le doux & aspre.

Le vin doux nourrit plus que les autres. Il profite à ceux qui toussent beaucoup, parce qu'il les fait cracher plus à l'aise. Il cuïst les phlegmes cruds en la poïctrine, il adoucit les asperitez des parties interieures. Pour ceste cause il est vtil aux poulmons, à la vessie, & aux reins exasperez ; & mauuais à l'estomac, à raison qu'il n'y arreste guere. Il est dommageable au foye & à la rate, par ce qu'il les enflé & oppile. De là vient qu'il excite la soif, & si est facilement conuerty en cholere. Si est ce toutesfois qu'il n'offense pas beaucoup le cerueau.

Tout vin qui est paruenu à parfaite maturité, approche du vin naturellement doux, bien <sup>vin parfaite-
ment meut.</sup> qu'il soit plus chaud & sec, à cause qu'il a perdu toute son aquosité.

Le vin aspre eschauffe moins. Il est rude, où ^{vin austere,} verd. Le vin rude, comme est celuy de pressoir exprimé de la grappe quand le clair est tiré, est plus sec & terrestre.

Le vin vert exprimé des taisins non entore meurs, est plus humide & aqueux, jaçoit que Galien maintienne le contrarie.

Le vin rude fortifie l'estomac & le ventre ^{vin rude,} par son astriction, il est plus difficilement digéré, plus tardiuement distribué, & nourrit moins que le doux. Et comme il est moins odorant & vaporeux, aussi a il accoustumé de moins entester & enyurer. Vray est qu'il opile les entrailles, & constipe le ventre.

F

26 LE GOUVERNEMENT

Vin verdelet

Le vin verdelet n'offense point la teste aussi,
d'autant qu'il contient plus d'eau que de vin.
Araison de quoy il est profitable à ceux qui
ont le foye extremement chaud, & ie sang
boüillant, mais dommageable à ceux qui ont
l'estomac debile. Car il se cuict & digere avec
peine, & si excite des cruditez, des ventositez
& des tranchées, par ce qu'il est de tempéra-
ment froid, en comparaison du vin meur.

Vin messtif.

Le vin qui tient le mitan entre le doux &
aspre, doit estre preferé à tous deux. Car il ex-
celle en bonté de suc, & si est exempt de la
nuisance qu'apporte l'vne & l'autre extre-
mité. Ioint qu'il est friand & delicat à boire,
à cause qu'il a vne douceur tant soit peu aspre,
semblable à la framboise, si agreable au goust,
qu'il n'est rien plus, par ce qu'il pique vn petit
sur la langue.

Difference
prise de la
faulté.

Il ya aussi grande difference entre les vins,
touchant leur efficace. Car les vns sont forts
& puissans, les autres foibles & petits, les au-
tres entre-deux. Les premiers portent beau-
coup d'eau, les autres peu, & les autres
moyennement. Les vins forts, sont ap-
pellez vineux; & les petits, aqueux. Les
Grecs nomment constumierement ceux-cy
oligophores, c'est à dire vins de petite portée. Les
vins genereux sont extremement chauds &
fumeux; partant font bien tost mal à la teste,
& offendrent les nerfs, s'ils ne sont bien trem-
pez d'eau. Les petits vins sont propres aux
gens de lettres, pour ce qu'ils ne remplissent
point le cerveau de vapeurs, & ne troublent
point l'esprit.

Vin gene-
reux.Vin de peti-
te portée.

Moyen vin.

DE LA FRAMBOISIERE. 83

On discerne encore les vins par l'odeur, par ^{Difference} ce que les vns ont vne bonne odeur, les autres ^{prise de l'odeur.} vne mal plaisirante, les autres n'en ont point du tout. Or l'odeur au vin, est vn signe de force & de chaleur, & la priuation d'odeur, vn tesmoignage certain d'imbecillité & froidure. Le vin odorant moyenant qu'il soit subtil & clairet, est fort propre pour recréer les forces abbatués, faciliter la concoction, & attenuer le sang; mais il eschauffe beaucoup le corps, & remplit la teste de vapeurs, & offense fort les nerfs, & l'entendement, & cause douleur de teste, & vne infinité de catarthes.

Le vin est de temperament chaud & sec, ^{Difference} plus ou moins, selon l'age, le pays, & la con- ^{du vin selon son tempé-} stitution de l'année. C'est pourquoi le moust, rament & le vin nouveau, & le vin vieil, sont beaucoup ^{age.} differens en temperature.

Le moust est chaud au premier degré, le vin nouveau au second, & le vieil au troisième, dit Galien apres Dioscoride. Ce qui est vtay es regions chaudes, cōme en Afrique, Asie, Grèce, Italie, Espagne où les vins sont plus chauds à la cinq ou sixiesme année, qu'à la premiere: mais non pas es pays froids qui approchent vers l'Occidēt, ou le Septentrion. Car en nos fte pays qui est Septentrional, la plus part des vins principalement quand l'année est froide & humide, sont verds & si debiles, qu'à grand peine eschauffent ils iusques au premier degré, de sorte que l'année expirée leur chaleut estant résoluē, ou ils deuientent du tout aigres, ou poussiez & cuentez, en perdant leur

F ij

84 LE GOVVERNEMENT
saueur & odeur.

Moust.

Le moust d'autant qu'il est crud, venteux & de difficile digestion, s'il n'excite vomissement ou flux de ventre, il s'arreste long temps en l'estomac, & es hypochondres, lesquels il enflle, & y engendre force obstructions, & cause beaucoup de songes fascheux.

Vin nouveau

Le vin nouveau qui n'est pas encore bien cuit & fermenté, approche fort du tempérament & des facultez du moust. Car il se digere difficilement, & ne passe pas aisément par les boyaux, ny par les veines, & ne prouoque aucunement l'vrine : mais celuy qui est assez cuit & despuré de tous extremens, est facilement digéré, & soudainement distribué, ote les inflations des hypochondres, deliure les obstructions, fait passage aux superfluitez, prouoque les vrines & les sueurs, & fait bien dormir, tellement qu'il a beaucoup de vertus toutes cōtraires aux vices que nous appercevons au moust. Et comme en nostre pays & autres lieux froids le vin nouveau suffisamment esbouilly & desséqué est plus plaisant au goust, aussi est-il plus chaud que le vieil; au contraire de celuy qui naist es contrées chaudes. Aussi noz vins vieils ne font-ils pas si tost mal à la teste, que les nouveaux, pour ce qu'ils eschauffent moins, & ont moins de force.

Vin vieil.

Difference

des vins selo
les pays.

Les vins sont de nature & vertu differente selon les pays, pour la diuersité des climats, & des terroirs.

Vins Fran-
cois.

Les vins François creusés enuironz de Paris, & par toute l'Isle de France, sont pour la

DE LA FRAMBOISIERE. 85

plus part blancs & clairets. Il y en a peu de rouges, & encors moins de noirs. Ils sont chauds & secs au premier degré seulement, ou au commencement du second. C'est pourquoy ils ne sont guere forts, ains de petite portée. Quand ils sont bien meurs ils sont d'un goust plaisant, & propres aux studians, aux citoyens des villes, & à ceux qui meinent vne vie tranquille & sedentaire. Car ils ne remplissent pas la teste de vapeurs acres, comme font les vins d'Orleās: & ne bruslent point les entrailles, comme les vins de Gascoigne, d'Espagne & autres regions extremement chaudes: & ne chargent point le corps d'exremens sereux, comme les vins cruds & verds: & n'amassent vn tas d'humeurs melancholiques qui engendrent obstructions, comme ceux qui sont gros, & noirs.

Entre tous les vins de France, ceux de Coussy sont estimez les plus excellens. C'est pourquoy ils sont dediez au Roy, & reseruez pour sa boisson. Ils sont ordinairement rouges, ou clairets, genereux, d'une consistence mediocre, & d'un goust plaisant, & delicat à boire, & fort conuenables à ceux qui sont extremement affoiblis, & quasi desnaturez, pour s'estre trop emancipez au jeu des Dames rabautes; & à ceux qui ont enduré quelque grande euacuation.

Quand la saison est chaude, il se trouve des vins au pays de Lannois, notamment à Cranee, approchans en couleur, cōsistence & bonté à ceux de Coussy. Aux autres contrées de Picardie, & de Nor-

Vins de
Coussy.

De Lannois.

De Picardie

& de Nor-

F iij

mandie. comme sont aussi les vins de la haute N
mandie.

Vins d'Ay,
& autres
lieux de Châ
pagne. Entre les vins de Champagne, ceux d'Ay
tiennent le premier rang en bonté & perfe
ction. Ils sont clairets & fauelets, subtils, de
licats, friands & d'un goust fort agreable au
palais, approchant à la framboise. C'est pour
quoy les grands Seigneurs en font grand cas.
Neantmoins ils prouoquent les defluxions,
& font mal à la teste à ceux qui ont le cerveau
debile, & la texture du corps rare, plus pour
leur subtilité & renuité de substâce, que pour
leur force. Comme ils ne sont pas des plus
forts, aussi ne portent-ils guere d'eau. Et
se doivent boire en dedans la Sainct Iean,
Car de là en avant, leur bonté diminuë. En
la montagne de Reims il y a d'assez bons
vins quand l'année est chaude, autrement ils
sont petits & verdelets. Ceux de Verzenay, &
d'Auenay sont ordinairement les meilleurs.
Ils sont plus chargez de couleur que ceux
d'Ay: aussi sont-ils de plus longue garde.

Pampelune
de Reims. Tous les ans durant les oz de Noë, les digni
tez de l'Eglise de Nostre-Dame de Reims ont
de coustume, l'une apres l'autre, de faire pre
sent à tous les Chanoines, & à leurs amis, du
plus excellent vin de l'année, qu'on appelle
Que signifie Pampelune, comme si on vouloit dire en Grec
ce mot pam *παμπέλης οἶνος*, entendant par la premiere
pelune. lettre, ce mot *πάπλων*, c'est à dire vin de
toute vigne: pour ce que Messieurs envoient
ordinairement leurs tonneliers aux caues des
marchands de la ville goustier du vin de tous
les creus du pays, pour choisir & acheter le

meilleur qu'ils trouuent.

Les vins de Sens, d'Auxerre, & de Tônerre, Vins de Bourgongne
sont rouges, astringens & rudes, és premiers
mois . Par leur astriction ils confortent vn
estomac lasche, & n'offensent point le cer-
veau par grande vaporation . A raison de-
quoy ils sont bons à ceux qui sont subiects
aux defluxions . Mais ceux qui sont disposez
aux oppilations de foye & de rate, & ceux qui
meinent vne vie oisive & sedétaire, n'en doi-
uët point uster, iusques à la fin de l'année, lors
qu'ils ont deposé leur astriction & aspreté.
Ioint que deuant qu'ils ayent acquis leur par-
faicté maturité , ils sont plus difficiles à estre
digerez , & plus tardifs à estre distribuez.

Entre les vins de Bourgonge, ceux de Beau- Vins de Be-
aune.
ne tiennent le premier lieu , d'autant qu'ils
sont d'une consistence mediocre , d'une cou-
leur d'œil de perdrix,d'un gouſt plaifiant , au
surplus genereux,& moins fumeux que ceux
d'Orleans . C'est pourquoy on dit vulgaire-
ment,

Vinum Belnense super omnia vina recense.

Les vins d'Orleās sont fort estiméz en Fran- Vins d'Or-
ceans.
ce pour leur force & bonté. Ils sont pour la
plus-part rouges, de substance mediocre , de
bon gouſt, sentant la framboise, vineux, prof-
fitables à l'estomac.Ils eschauffent beaucoup
plus,& donnent d'avantage de nourriture au
corps,que les vins François. Mais ils entêté,
& offensent le cerveau sur tous autres. Par-
tant sont nuisibles à ceux qui sont subiects à
la Migraine, & aux defluxions, & qui ont les
parties nobles d'une constitution chaude &

F iiiij

88 LE GOVVERNEMENT

seche. Ils sont au prime en leur bonté en la seconde année.

Vins d'Anjou.

Les vins d'Anjou sont pour la plus-part blancs, doux, vineux, de sorte qu'on en fait grand cas en France pour leur bonté. Ils sont beaucoup meilleurs la seconde année que la première. Ils se gardent long-temps.

Vins de Bar-sur-Aube.

Les vins de Bar-sur-Aube, approchent de bien près en couleur, saveur & bonté aux vins d'Anjou.

Vins de Gascongne.

Les vins de Gascongne, bien qu'ils soient sans comparaison plus chauds & secs que les vins d'Orléas, si est-ce que pour ce qu'ils sont plus gros, & n'ont point leur force du tout dessiée, ils ne sont pas si vaporeux, & n'offendent pas si tost la teste, comme i'ay recogneu par experiance.

Vins estrangers.

Les vins de Maluysie, Muscadets, Corsiques, & autres qui viennent de la Grece, d'Espagne, d'Italie & de Languedoc, nous sont tres-pernicieux, si nous en visons en commun bruuage, bien qu'ils soient singuliers es cruditez d'estomac, es coliques, & aux autres maladies causées d'humeurs froides. Or quoy que les vins estrangers qu'on fait venir des regions chaudes, nous semblent estre gracieux au goust, si n'en faut-il pas toutesfois viser que bien à propos, d'autant qu'outre leurs qualitez manifestes, ils en ont encores d'autres occultes, qui par vne antipathie nous sont autant ennemis (parce que nous sommes de pays dissemblables) qu'elles sont familières & amies par vne sympathie aux habitans du terroir où tels vins crois-

sent.

Pour iuger de la bonté & qualité des vins, Difference des vins selon la constitution du temps. faut soigneusement regarder quel est l'estat & la constitution de chacune année, & en gouster tous les ans, pour en donner vn iugement assuré, d'autant qu'il arriue quelquesfois que les vins François sont les meilleurs: Quelques années les vins de Bourgongne gaignent le prix: autres années les vins d'Orleans surpassent: Aucunes années les vins d'Anjou sont plus excellens que tous les autres: & le plus souuent les vins d'Ay tiennent le premier lieu en bonté & perfection.

Du cidre & du peré. CHAP. X I I I .

POUR iuger de la vertu du cidre, il faut Vertu du ci-
cidre. regarder au goust, à l'aage, & à la composition d'iceluy Le goust depêd non seulement de la saveur des pommes dont il est faict, lesquelles sont douces, ou aigres, ou aspres, mais aussi de l'aage qu'il a; parce que le pomme qui est gardé, change de goust avec le temps, & acquiert apres qu'il est paré vne autre saveur qu'il n'auoit lors qu'il se paroit.

Le cidre doux, à raison de sa douceur qui Cidre doux. prouient de chaleur temperée, eschauffe moderately & raffraichit le moins de tous. Il est le plus alimenteux, & le plus proffitable à ceux principalement qui ont l'estomac froid & sec.

Le cidre aigret, soit qu'il ayt été faict de Cidre aigret. pommes aigres, soit qu'il fust deuenu acide.

90 LE GOUVERNEMENT
 par succession de temps, d'autant qu'il est fort aqueux, & quelque peu terrestre, astringent & confortatif, & neantmoins fort subtil & penetratif, est singulier pour tempérer la chaleur d'un estomac & foye chaud, & d'un sang ardent & bilieux, pour arrêter les vomissements & defluxions cholériques, pour estancher la soif, & inciser les humeurs grosses & visqueuses.

Cidre aspre. Le cidre aspre, d'autant qu'il est fort froid & sec, il n'est bon qu'à la longue, quand il a perdu son aspreté, & changé la grande froidure & secheresse en vne moindre froidure, accompagnée de quelque humidité tirant sur la douceur ou acidité. Vray est qu'il cōforte aucunement un estomac languide & mollastre, & arrête les vomissements excessifs, & toutes sortes de flux de ventre, & assopit les battemens de cœur & faillances, & aide à faire la digestion, beu sur la fin du repas, moyennant qu'il soit destrempé avec un peu d'eau, pour luy diminier cette pesanteur & tardiueter à penetrer.

**Cidre nou-
veau.** Quant à l'aage du cidre, celuy qui est nouvellement fait, encore trouble, non despuré, ny desfqué, n'est point sain. Car il endommage l'estomac, il excite douleur de teste, & si engendre vne infinité d'obstructions.

**Cidre surâ-
né.** Celuy, qui est fort suranné, & qui tire des De moyen ia sur l'aigre, n'est pas moins dommageable que le precedent. Parquoy n'en faut vfer que lors qu'il est bien paré, & au milieu de son aage.

**Composition
du cidre.** Pour le regard de sa composition, celuy-là

DE LA FRAMBOISIERE.

91

est tousiours le meilleur, plus salubre, & plus facile à digerer, qui est faict de pommes bien meures, cueillies en leur temps, non trop longuemēt gardées, & sans eau. Car l'eau luy fait perdre le goust naturel, le fait aigrir & corro-pre facilement, & empesche qu'il ne soit de garde. Le pire de tous est celuy qui est fait de pommes sauvages, avec de l'eau.

Le péré est encore plus sain, & plus profitabVertu du péré.le à l'estomac & au corps que le pommé.

Car outre la vertu manifeste qu'il a de corroborer l'estomac, prouenant de la substanc^e terrestre, & faculté astringente que toutes poyses ont de nature: on remarque encore au péré vne vertu occulte qu'il a de dōptre toute poison, & principalement le venin engendré dedans l'estomac pour avoir mangé des champignons. Le péré humecte moins que le pommé, mais il raffraichit plus, & conforte bien dauantage.

Vray est qu'il donne plus souuent des tranchées & coliques; principalement si il est aigret ou aspre, par ce qu'il ne fescoule pas si tost par les vrines, & par le ventre, ains s'arreste plus long-temps en l'estomac, & es hypochondres. Pour ceste occasiō il vaut mieux le boire sur la fin du repas, qu'au commencement, moyennant qu'il n'y ait vomissement, ny flux de ventre.

De la biere. CHAP. xv.

LA biere se fait d'orge avec du houblō, & Compositio de la biere de l'eau. Aucuns y adioustent de l'auoy-

91 LE GOVVERNEMENT

ne , autres du bled froument , pour la rendre plus nourrissante. Quelquefois on y mesle de l'uraie pour irriter davantage le goust. Les Anglois pour la faire plus plaisante , apres qu'elle est brassée ietrent dans les tonneaux du succe , de la canelle , & des cloux de girofle . Les Flamans y mettent quelquefois du miel & des espices . La biere est de temperatu-
Tempéra-
ture de la
biere.
 re chaude, plus ou moins toutesfois, selon les ingrediens dont elle est composée. Car celle qui est faicte seulement d'orge , & vn peu de houblon, est la moins chaude de toutes. Aussi est-elle plus propre pour estancher la soif , & raffraichir le corps durât les grandes chaleurs d'Esté. Celle qui est faicte d'orge & d'auoyne, est quelque peu plus chaude. Celle qui est faicte d'orge & de froument , est encore plus chaude . Partant ne faut point douter que la biere de quelque grain qu'elle soit faicte , ne soit chaude. Car encore que l'orge de son naturel soit froide , neantmoins par la maceration , ferméation , putrefaction & decoction qu'elle endure en la préparation de la biere, il est impossible qu'elle n'acquiere quelque chaleur. Ioint que le houblon (soit sa fleur ou sa semence) y estant meslé, par la chaleur tempere beaucoup la froideur naturelle de l'orge. Le goust de la biere monstre bien aussi qu'elle est chaude . Car il doit estre doux, ou acre ou amer pour estre bonne . Et si d'aumenture elle est d'vn goust aspre, ou aigre, elle ne vaut rien. Ses effets pareillement demonstrent sa chaleur. Car quand on en boit excessiuement, elle enyure comme le vin. On en distille mes-

me de l'eau de vie par l'alembic.

Comme elle nourrit davantage, aussi est-
elle de plus grosse substance, & de plus diffi- Faculté de la
cile digestion que le vin. Si elle est mal cuite,
biere.

ou nouvellement faicte, ou trouble, elle cau-
fe des obstructions, & inflations, mal de teste,
colique, grauelle, strangurie, & ardeur d'vri-
ne principalement si elle est acre. Si elle est
trop vieille & tire sur l'aigre, elle offense l'e-
stomac, & les parties nerueuses, & engendre
mauuais suc, & en fin la lepre, si nous croyons
à Dioscoride. Parquoy faut vfer de celle qui
est bien cuite, defequée, claire, & d'aageme-
diocre.

*Des autres breuuages artificiels, desquels
on se sert quelquesfois.*

CHAP. XVI.

Le vin aromatisé avec sucre & canelle, Doù vient ce nom Hypo-
l'est appellé hypocras, non qu'Hippocrate cras.
l'ait iamais inuenté, ou mis en vstage, mais à
raison de la mesflange des ingrediens qui en-
trent en sa composition. Car il vient du ver-
be Grec *ὑπόκρασις*, qui signifie meslan-
ger. On n'en doit vfer que bien à propos, à L'usage de
l'hypocras. cause que par sa chaleur, & vaporation gran-
de, il excite plusieurs maladies dangereuses,
comme la squinancie, l'apoplexie, la paralysie.
Toutesfois ceux qui sentent quelque froi-
deur & debilité à l'estomac, en peuvent vser,
non en breuuage commun, mais en forme de
remede.

94 LE GOVVERNEMENT

**Compositio
ns l'hydromel.** L'hydromel est fait d'eau, & de miel bouilli ensemble; mais celuy qui a esté durât les chaleurs des iours caniculaires exposé long-temps au Soleil, est appellé vineux, pource qu'il a acquis e vne chaleur pareille au vin, en vertu de laquelle il subtilie & nettoye les humeurs grosses & visqueuses, il fait cracher, il aide à faire la digestion des cruditez en l'estomac, il desopille le foye, les roignons, & les vretaines en prouoquant l'vrine. Il est propre aux gens phlegmatiques, en hyuer. Il est bon d'en prendre tous les matins avec vne rostie. Il n'est point fumeux, & n'offense point le cerveau. Les Polonois, Moscouites, & autres nations froides qui ont disette de vin, & abondance de miel, en font leur boisson ordinaire.

De l'oxymel. L'oxymel est fait d'eau, de miel & de vinaigre. C'est un breuvage tres-profitable pour l'entretenement de la santé, à toutes aages, & complexions, destouppant les oppilations des parties interieures, & ne laissant aucunes humeurs grossieres ny gluantes dans les conduits de nostre corps.

Du bouchet. Le bouchet est fait d'eau aromatisée avec sucre & canelle. Il ne refroidit pas l'estomac, comme fait l'eau creuë, & si n'eschauffe pas tant que le vin. On l'appelle autrement hypocras d'eau.

De la tisane. La ptisanne qu'on fait de la decoction d'orge, & de reglisse, est bonne pour rafraichir les alterez, durant les chaleurs d'Esté, & propre en tout temps à ceux qui ont la fièvre.

De l'eau. CHAP. XVII.

Combien que l'eau soit la plus simple & la plus commune boisson de toutes, néanmoins pour ce qu'elle est la plus vile, & qu'elle n'est point nutritive, comme les autres, ie l'ay referuée au dernier lieu. L'eau est de nature froide & humide. Elle duyt à ceux qui ont mestier de rafraichissement: & nuist aux autres, parce qu'elle refroidit l'estomac, & empesche la digestion des viandes.

La meilleure eau de toutes est la plus legere, non au poix, comme pese le vulgaire, mais en effet. Car nous appellons la plus legere, celle qui pour sa subtilité passe plus legerement, & descend soudainement de l'estomac en bas: cōme nous nommons pesante, celle qui pour sa longue demeure appesantit l'estomac, le ventre & les flancs. Galien esprouue la bonté de l'eau par trois sens: premierement à la venie, il veut qu'elle soit fort claire & nette; à la bouche & au nez, qu'elle n'ait aucun goust, ny odeur, ny qualité quelconque. Au surplus que elle soit aisément alterée. Il n'est donc pas besoin de peser l'eau à la balance, pour sçauoir son excellente, ains faut plukost regarder si elle n'est point trouble, ny bourbeuse; puis taster si elle n'est point douce ny salée, ou si elle ne retient point quelque estrange saueur de la terre par où elle passe; & si elle est tost eschauffée, & tost refroidie, comme a remarqué Hippocrate en l'Aph. 26. du li. 5. d'autant que celle eau reçoit facilement alteration.

La nature &
vertu de
l'eau

Comment
on esprouve
la bonté de
l'eau.

36 LE GOVVERNEMENT

Les sortes d'eaux. Il y a cinq sortes d'eaux à boire, à scauoit celles de pluye, de fontaine, de riuiere, de puys, & d'estang.

Eau de pluye. L'eau de pluye bien qu'elle soit la plus legerre à la balance, estant plus facilement montée en l'air, & ayant là quelque temps demeuré pendue par sa subtilité; si n'est-elle pas pour-

Eau de neige & de glace. tant la meilleure. Autrement les eaux de neige, & de glace fonduë, qui sont trop plus legeres au poix que celle de pluye, seroient plus excellentes: Neant moins elles sont (& à bon droit) reiettées de tous, comme tres-mauuaises & pernicieuses, pour ce que la menue substance en est sortie, quand l'eau s'est congelée.

Et encore que l'eau du ciel fust plus tenue, par ce que le Soleil attire tousiours en hault ce qui est le plus subtil; si est-ce toutesfois qu'elle n'est pas la plus salubre, pour ce qu'elle est tirée non seulement des riuieres coulantes, mais aussi des mares, des lacs dormans, & de la mer. Ioint que les exhalations putrides des lieux infectez, & des corps morts esleuées de la terre en l'air se meslent parmy. Aussi est-elle plustost corrompuë, que pas vne des autres, & cause incontinent le rheume, & la toux.

Eau de fontaine. L'eau de fontaine surpasse toutes les autres en bonté; celle de riuiere va apres, puis celle de puys. La pire de toutes est celle d'estang. L'eau de fontaine qui passe au trauers des canaux de plomb, n'est pas des meilleures, à cause de la ceruse meslée parmy le plomb.

Celle de riuiere est beaucoup plus salubre

DE LA FRAMBOISIERE. 97
 bre, quand elle est bien reposée & rassise. Car ^{Eau de rivièr} par longue résidence elle devient plus nette, plus claire & plus tenuë, pour ce que tout le limon descend petit à petit au fond du vaisseau. On estime d'avantage celle qui regarde l'Orient.

L'eau de puys, (aussi bien que celle de fontaine) qui voit le ciel & l'air, & qui est souvent espumée, vaut beaucoup mieux, que celle qui est couverte, & qui n'est guère fréquentée. On prend bien d'avantage aussi celle qui est froide en Esté, & chaude en Hyuer.

L'eau d'estang ne vaut rien, à raison qu'elle ^{Eau d'estang} est espoisse, limonneuse & orde, & ne peut être exempte d'infection, faute de mouvement.

Comment il se faut gouverner au dormir & au

veiller. CHAP. XVIII.

Le sommeil donne repos à la faculté animale, & vigueur à la naturelle. Car quand l'esprit animal en veillat est dissipé par le travail, le sommeil nous saisit incontinent, par le moyen de la chaleur naturelle, qui se retire du dehors au dedans, pour mieux cuire l'aliment, duquel les vapeurs benignes montées de l'estomac au cerveau, estans espoissies par sa froideur viennent soudainement boucher les nerfs, de sorte que la faculté animale ne peut plus reluire aux organes des sens, partant est contrainte de se reposer tandis que nature est totalement occupée à faire la coction des viandes non seulement en l'estomac, mais aussi au

G

98 LE GOVVERNEMENT
foye & en toute l'habitude du corps ; puis la distribution de la nourriture par toutes les parties, pour reparer la triple substance cōsomée, restaurer les esprits exhalez, rafraichir leurs organes laissez, & fortifier tous les membres debilitez du travail, à fin qu'ils puissent habilement recommencer leurs mouuemēs, & s'acquiter gētiment de leur office. Par ainsi le sommeil nous apporte des grandes commoditez, quand il est tel qu'il faut.

Quel doit e-
tre le som-
meil.

Le sommeil doit estre doux, profond & me-
dioce. Car le sommeil n'est pas bon, quand il est trouble de songes fascheux, ny quand il est si leger qu'on est incontinent esveillé, & qu'il est à tous propos interrompu. Le dormir excessif est encore pire : Car il empesche les extremēs de sortir dehors en temps deu, il amasse beaucoup de superfluitez, il refroidit & humecte extremēmēt le cerueau, il appesantit la teste & tout le corps, il rend l'esprit lourd, les sens hebetez, & les membres pesans & pa-
rallieux.

Combien il
faut dormir.

Il faut dormir tant que la digestion soit parfaite. Et bien qu'elle se face aux vns plustost, & aux autres plus tard, si est-ce que communément elle est paracheuée en six, sept ou huit heures. On cognoist qu'elle est parfaite, quand le ventre fait bien son deuoir, que l'vrine est dorée, qu'il n'y a point de tension à l'estomac, qu'il n'y vient point de rots aigres à la bouche, & qu'on ne sent point le corps pesant, ains leger & dispos. Le somme qui continué encore apres la digestion, à bon droit est appellé immoderé. Car il excede la mesure raiſonnable. Pour limiter ius-

DE LA FRAMBOISTERE. 99

la quantité du dormir , il faut considerer la complexion,l'âge, l'aliment & le labeur précédent. Les cholericis ont besoin de dormir plus longuement, pour rafraichir & humecter leur chaleur seche , & temperer la choler extremement eschauffée en veillant. Les phlegmatics n'ont que faire de tant dormir, possece qu'ils sont assez humides . Neantmoins on laisse long temps dormir les enfans qui sont naturellement humides ; mais c'est pour empescher la continuelle dissipation de leur substance par le cuir rare & transpirable. Les vieillards ont mestier de tres-bien dormir pour les humecter, attendu qu'ils sont secos. Quand on a visé de grande varieté de viandes,& qu'on a beaucoup mangé le soir, on doit dormir plus largement, à fin que la digestion se puisse parfaire . Mais si on a legement soupé, il n'est pas besoin de tant dormir. Pareillement quand on a beaucoup traauillé le corps ou l'esprit, il est expedit pour restablir les forces dissipées par le labeur , de dormir davantage, que quand on a esté oyssi.

Apres auoir declaré la qualité & la quantité du sommeil , reste à monstter la façon , & se coucher le temps de se coucher pour dormir . Premieremēt on se doit coucher vn peu droit, de sorte que les parties superieures soient plus hautes esleuées que les inferieures , de peur que la viande ne remonte du fonds de l'estomac à son orifice superieur . Il n'est pas bon de se coucher sur le dos , craignant premierenement de trop eschauffer les reins , & d'y engendrer la pierre ; en aptes que la veine caue,

G ij

100 LE GOVVERNEMENT

& la grande artere , qui sont appuyées sur les lumbes estans eschauffées de la plume , n'envoyent vne grande quantité de vapeurs du cerueau ; puis que les extremens ordinaires au cerueau qui se doivent purger par le nez & par la bouche , ne tombent par derriere sur l'épine . Il n'est pas mauuais de dormir quelquesfois sur le ventre pour ayder à la concoction , moyennant qu'on ne soit point subject au mal des yeux . Il est bon de faire ordinairement son premier somme sur le costé droit . à fin que la viande descende au fonds de l'estomac , & que le foye se mettant au dessous , & luy seruant comme de rechand , luy puisse ayder à faire sa digestion : puis de se retourner sur le costé gauche , à fin que les vapeurs retenues au dextre hypochondre s'exhalent : Et enfin de se remettre sur le costé droit , à fin que la digestio faict , le chyle soit plus facilement distribué au foye . Au surplus il ne faut pas en dormāt auoir les membres estendus du tout ains convient les retirer mediocrement . Car comme remarque Galien au premier liure du mouvement des muscles , le repos de tous les muscles consiste en vne mediocre cōtraction . C'est la figure que les Anatomistes appellent moyenne , qui est la plus naturelle , & la moins douloureuse .

Le temps de dormir.

Le temps plus commode pour dormir est la nuit . Car elle incite les personnes au sommeil , tant pour la froideur & moiteur , que pour la tranquillité & obscurité , par ce que les tenebres font retirer la chaleur naturelle avec les esprits au dedans . De là vient qu'on

DE LA FRAMBOISIERE. ior

dort mieus en vn lieu obscur , qu'à la clarté.
Ioint aussi qu'on a loisir de dormir la nuit,
tant que la digestion soit parfaicte ; & qu'on
n'a point la commodité le iour de dormir,
sans interruption , autant qu'il seroit requis
pour acheuer la digestion. Pour ceste cause
le sommeil iournalier engendre des cruditez
en l'estomac, des rots aigres à la bouche, & en-
voye des grosses vapeurs au cerveau, qui en-
gendrēt pesanteur de teste, catarrhes, & beau-
coup de maladies froides. Toutefois il est per-
mis de dormir vn petit apres disner à ceux qui
l'ont de long temps accoustumé, pour r'allier
la chaleur naturelle esparse par toute l'habi-
tude du corps , & remettre en vigueur les
membres mattez de trauail. Et vault mieus
dormir alors assis que couché, à fin que les va-
peurs ayent plus libre yssuë. Au demeurant
il ne se faut jamais coucher pour dormir, que
deux ou trois heures apres souper . Car il est
besoin de se pourmener bellement avant que
se mettre au liet , pour faire deualler la vian-
de au fonds de l'estomac , d'autant qu'il est
charnu & moins membraneux que le dessus,
& par cōsequant plus chaud, & plus propre à
la cōcoction. Il fait mauuais dormir à jeun, &
immediatement apres quelque grand trauail.
Car le corps en est extremement debilité , &
en devient maigre & sec. Mais Galien louë
grandement le dormir apres le bain.

Comme la nuit est conuenable pour dor-
mir, ainsi le iour est-il propre pour veiller.
Car il nous inuite par sa chaleur , par sa sé-
cheresse & par sa lumiere, laquelle fait reti-

G iij

102 LE GOVVERNEMENT
 rer la chaleur naturelle & les esprits du corps, à l'habitude du corps, & par ce moyen nous esueille. D'avantage le bruit qu'on fait de iour, nous empesche de dormir, & dormans nous resueille. C'est pourquoy il est tresbon (comme maintient Hippocrate en ses prognostiques) de s'accoustumer à dormir seulement la nuit & à veiller le iour, pour exciter tādis qu'il dure la faculté animale à faire ses functiōs. Outre ce que le veiller sert à donner sentiment & mouvement au corps, il prouoque l'appetit, & ayde à distribuer l'aliment, & à mettre dehors les excremens: De sorte qu'il est merueilleusement profitable. Vray est que trop veiller, offense infiniment les functions naturelles, & sur tout empesche la coction, & engēde crudité. Au surplus debilite les sens, abat les forces, desseche l'habitude du corps, corrompt le temperament du cerveau, & réduit tous les membres langourenx. Il faut donc que le veiller soit (aussi bien que le dormir) modéré, & non point excessif.

*Comment il se faut gouverner au mouvement
& au repos.*

CHAP. XIX.

L'utilité de l'exercice. L'EXERCICE apporte trois singulières commoditez à nostre corps. Premièrement il augmente la chaleur naturelle, en apres il resueille proprement les esprits, puis il rend les membres plus durs, par le moyē de l'attri-

D E L A F R A M B O I S T E R E. 103
 tion mutuelle des parties qui se frorent l'une contre l'autre. A cause de l'augmentation de la chaleur naturelle, l'appétit est meilleur, l'estomac cuist mieux l'aliment; les membres en sont mieux nourris, tous les conduits du corps tant sensibles qu'insensibles plus ouverts, & la couleur plus vermeille. Par la soudaine exhalation des esprits, l'aliment trouvant les passages libres, est aisément distribué de toutes parts, & les superfluitez de la dernière digestion poussées dehors par les pores du cuir. Les membres à raison de leur dureté, endurent plus facilement le travail, & en sont rendus plus forts, pour faire leurs fonctions. Par ainsi l'exercice rend tout le corps plus agile & dispos, moyennant qu'il soit tel qu'il faut, autrement il est nuisible à la santé.

L'exercice ne doit estre ny trop doux, ny trop vêtement, ny trop soudain, ny trop tardif, ains mediocre. Vray est que les corps phlegmatics, pour corriger leur intérieur, ont besoin d'un exercice plus vêhemé & soudain; & les bilieux d'un plus doux & lent. L'exercice léger aux autres gens n'a pas grande vertu; le violent lasse les membres, affoiblit les jointures, red les muscles lasches, dessèche, atténue, amaigrît & ruine les corps, voire les plus robustes. L'exercice universel est à préférer au particulier. L'exercice égal est plus salubre que l'inégal. L'appelle égal celuy qui exerce également toutes les parties du corps tant hautes que basses. L'exercice qui en mouant le corps, recrée l'esprit, est toujours le meilleur, comme tesmoinage Galien. Car si

G iiiij

104 - LE GOUVERNEMENT

l'exercice n'est accompagné de quelque plaisir, ce n'est que trauail, & non pas esbatement; de sorte que l'exercice du corps est penible, s'il ne resiouyt par mesme moyen l'esprit. Pource Platon en son Timée deffend d'exercer le corps sans l'esprit, & l'esprit sans le corps.

Le jeu de la paulme.

Le jeu de la paulme (selon Galien) emporte la palme entre tous les autres, parce qu'il exerce également toutes les parties du corps, & donne grand contentement d'esprit. Car la teste, le col, la poitrine, les espaulles & les bras, le ventre, les lumbes, les cuisses & les jambes trauaillent également, en se baissant, se haussant, se pliant, en s'aduançant, se reculant, se tournant, en allant, en venant, & en courant tantost de-ça, tantost de-là, pour frapper l'esteuf: Car d'autant que le corps change à tous propos de posture, tous les muscles font leurs actions, les vns apres les autres. Les yeux sont pareillement occupez à regarder le mouvement de la bale, & l'esprit continuellment bandé à espier l'occasion de ioüer, pour gagner en fin le prix, & emporter l'honneur. Cest exercice entretient le corps en mediocre habitude, car il empêche qu'il ne devienne ny trop gras ny trop maigre, & le rend plus alaigne, dispos, & prompt à toutes ses actions, de sorte qu'il est merueilleusement profitable à la santé.

La chasse.

La chasse est aussi vn exercice non moins utile que delectable, à ceux qui ont commodeté d'y passer le temps. Car outre ce qu'on

DE LA FRANBOISIER. 103
 prend ses esbats à poufuyure la beste avec les chiens courans, on y acquiert vne grande agilité & force de corps. Et si a encore d'autant de plaisir, & de profit à la prisne.

Le ieu d'escrime aiguise l'esprit, endurcit le corps, & accroist la respiration. Partant est contraire à ceux qui ont courte haleine.

En tirant de l'arc, en iettant la pierre, en iouant à la boule, aux quilles & au paillemail, on exerce principalement les bras & les mains : mais en marchant, en courant, en sautant, & en dansant, on traueille d'avantage les iambes & les pieds.

La pourmenade est fort salubre à toutes personnes. Elle conforte le cerneau & l'estomac, & excite les poumons, le ventre & la vessie à ietter dehors leurs excremens.

La course eschauffe incontinent le corps, excite l'appetit, dissipé les ventositez, & profite aux reins. Vray est qu'elle estonne & apesantist ceux qui ont le cerneau debile.

Le sault produit les mesmes effects : mais quand on s'efforce trop à saulter, on esbranle fort la poitrine.

La danse est vn exercice utile & plaisant, d'autant qu'elle exprime par gestes & certaines mesures ce qu'on chante & sonne sur les instrumens. Elle rend le corps alaigre, dispos & adroit ; l'esprit vif, gay & ioyeux, la face vermeille, le regard agreable, la mine gracieuse, & la contenance belle, & est singulierement propre aux Dames pour procurer leurs purgations. Vray est que ie leur defend de danser la volte, pource qu'elle estourdit

106 LE GOVVERNEMENT

la teste, trouble l'esprit, esblouit la veue, & esbranle tellement tout le corps, qu'elle leur cause en fin beaucoup de maladies dangereuses. Et fait celles qui sont grosses, courrit fortune de leur vie, & de leur enfant, les faisant accoucher avant terme.

L'escarpolet
te.

L'escarpolette rend le cerveau estonné, l'entendement hebeté, la veue trouble. Partant est infiniment nuisible à ceux qui sont sujets à la migraine, aux catarrhes, & au mal des yeux.

L'équitation

Ceux qui ont l'habitude du corps grefle, rare & aisée à se resoudre, d'autat qu'ils ne peuvent pas beaucoup cheminer à pied, sans s'offenser, ont besoin d'aller à cheual. Car l'équitation fait mouvoir le corps sans colligation de sa substance, ny diminution des ses forces, & outre ce rend l'esprit plus vif, & les sens plus vigoureux. Le coche agite plus les humeurs, & esbranle d'avantage le corps, que l'équitation.

La nauiga-
tion.

La nauigation par son mouvement vacillant tourmente le corps, & le purge par vomissemens. Neantmoins elle est utile à gens robustes.

La friction.

Soubz l'exercice est comprise la friction. Elle sert merveilleusement pour esuiller la chaleur naturelle, pour attirer l'aliment à la partie, pour dissiper les excremens fuligineux retenus dans les espaces des muscles & parmy les membranes, & pour diuertir la fluxion des humeurs coulantes d'une partie à vne autre.

I'ay montré jusques icy quel est l'exercice

DE LA FRAMBOISIERE. 107

profitable, & domageable à la santé; voyons maintenant cōbien on en doit prendre, comment il s'y faut comporter, & quand il est besoin de s'y mettre.

L'exercice doit estre proportionné au man-
ger. Car il en faut faire d'avantage quand <sup>La quantité
de l'exerci-
ce.</sup> on mange beaucoup, & moins quand on má-
ge peu. Il se faut exercer iusques à ce que le
corps soit suffisammēt eschauffé, qu'il cōmē-
ce à s'ēfler, que la couleur apparoisse vermeil-
le, qu'on apperçoiue la sueur sortir avec vne
chaude vapeur, qu'on aye la respiration gran-
de & frequente, & tant qu'on verra le mou-
vement se faire brusquement, gayement &
sans peine. Mais aussi se doit-on bien garder
de continuer si longuement l'exercice, que le
corps en devienne lasche, la couleur terne, la
sueur froide, & l'haleine si courte qu'on ne la
puisse plus reprendre qu'à peine, & qu'on soit
extremement fatigué à force de trauiller, de-
peur de refroidir, dessecher & amaigrir par
trop le corps. Il faut donc cesser aussi tost que
les membres commenceront à se lasser, crai-
gnant la resolution de nostre triple substance.

Il est besoin de faire autant de fois exercice, <sup>La façō de
s'exercer.</sup> que nous faisons de repas. Pour y proceder
comme il appartient, on dōnera ordre que le
mouvement soit au commencement plus
lent, puis plus fort, & sur la fin plus doux.

Pour le regard de la friction, quand on a en-
vie de rarefier, resoultre & atténuer, il la faut
longuement & souuentefois continuer. Mais
quand on veut espoissir, restreindre & corro-
borer on n'a que faire de frotter long temps.

108 LE GOVVERNEMENT

Æginette conseille de frotter rudement les parties molles & lasches , & de frotter doucement les parties dures & resserrées, & mediocrement celles qui sont entre-deux; pour ce que la friction dure resserre , affermit & endurcit, la molle relasche & amollit, & la mediocre tient le mitan. La friction se fait avec la main , ou avec linges , esponges ou sachets. Anciennemēt on la faisoit avec la paulme de la main ointe d'huile , à fin d'humecter & ramolir les parties desséchées & endurcies, relascher les pores & resoultre les superficies de la tierce digestion. Mais ceste maniere d'onction aujourd'huy n'est plus en usage. Il faut commencer la friction aux bras, puis venir aux espaulles, au dos, à la poitrine; de là faut descendre aux cuisses & aux jambes ; & monter apres à la teste, laquelle on doit diligēment peigner & bruissier tous les matins.

Le temps de s'exercer.

Le temps propre à faire exercice est quand la digestion est paracheuée. Les pituiteux ne se doivent point exercer , que la premiere & seconde coction ne soit parfaite. Ce qu'ils cnoisstront à leur vrine , qui apparoistra lors & non devant teinte mediocrement de jaune. Mais les bilieux n'ont que faire d'attendre que la seconde coction soit paracheuée au foie & aux veines , à raison que la chaleur de leurs parties solides , qui est acre, ne demande pas la matière alimentaire cuicte à perfection. Car elle n'en feroit pas bien son proffit; par ce qu'elle la rostiroit de telle sorte, qu'il ne resteroit humidité, ny viscosité competente , pour estre agglutinée aux parties.

DE LA FRAMBOISIERE. 109

Or d'autat que l'exercice resueille la chaleur naturelle , sans laquelle la coction des viandes ne peut estre faite, on doit tousiours prendre exercice auant le repas. Ioint que l'exercice consomme beaucoup de superflitez, desquelles il faut descharger le corps au parauant que manger. Et cōme l'exercice est merueilleusement proffitable devant le repas, ainsi est-il infinitement nuisible apres; par ce que l'agitation fait sortir les viandes de l'estomac devant qu'elles soient digerées, dont prouient vn grand amas de crudités dans les veines, de quoy sont causées maintes maladies par repletion. Il ne fait pas moins dangereux de trauiller quand on a faim , que quand on est saoul. Car en trauillant par trop àjeun, on irrite tellement l'humeur cholérique , qu'elle deuient furieuse , on enflambe ses esprits , & est-on incontinent saisi de fiévre , & autres maladies causées d'inanition. Ioint que la chaleur de l'estomac, faute d'aliment loüable, attire des superflitez à force d'en bas , & d'en haut , & par ce moyen excite le catarrhe. De sorte qu'il y a autant de peril à s'exercer qu'à l'estomac est vuide , que quand il est plein . Il n'est pas bon aussi de faire grād exercice, sans preallablement descharger le ventre de ses excessmens, craignant que la chaleur procedant du trauail , au lieu de la triple substance du corps dissipée , n'attire quelque mauuais suc par les veines mesaraïques. Il est expedient non seulement le matin devant l'employer à l'exercice, mais aussi apres auoir iouié à la paume ou pris quelque autre semblable exerci-

110 LE GOVVERNEMENT

ce, de se faire diligemment frotter toutes les parties du corps, auprés du feu , avec des linges secs, pour essuyer la sueur,& nettoyer le residu des extremens demeurez entre cuir & chair,& empescher par ce moyen la lassitude des membres. La friction qu'on donne à l'entrée de l'exercice est appellée preparatoire,& celle qui se fait à la fin,(qui est la dernière partie de l'exercice deuëment accomply,) recuatoire; des Grecs *apotherapia*.

Du repos.

Quand on commence à sentir le corps fatigué du mouvement, il faut auoit aussi tost recours au repos, qui est le souuerain remede de la lassitude : Mais il doit estre moderé. Autrement il cause des cruditez & des mauuaises humeurs en abondance, parce que la chaleur naturelle est tellement assopie & endormie par l'oisiueté, qu'elle ne peut faire la coction des viandes comme il appartient, dont s'ensuyt vn monde de maladie. Parquoy la vie oysine est autant dommageable, que la vie actiue est proffitable à la santé. Il n'est pas defendu pourtant de se reposer , apres auoir traauillé. Il est neccesaire de donner par fois repos au corps, autrement il ne seroit pas de longue durée. Le temps propre pour se reposer est apres la refection , iusques à ce que la digestion soit faicte. Quand l'esprit a esté long-temps bandé à l'estude , il est besoin aussi de luy bailler relasche. L'arc se rompt pour estre trop tendu. Partant conuient quitter par fois les affaires serieuses, à fin de recreer son esprit à choses ioyeuses.

*Comment il se faut gouverner en l'euacuation
des superflitez du corps.*

CHAP. XX.

IL est certain que la substance de nostre <sup>D'où proce-
dant les ex-</sup>corps cōtinuellement dissipée, ne peut estre ^{cremens.}reparée que par chose semblable. Or l'alimēt que nous prenons, a touſiours quelque chose de dissemblable à nostre nature. C'est pour quoy elle emploie ſa chaleur à le cuire par trois fois, pour ſeparier ce qui eſt conuenable de ce qui eſt contraire au corps, à fin de refurer ce qui eſt propre pour ſa restauration, & pouſſer dehors le ſuperflu, que nous appellons excremente. De là vient que de chaque coction naiffent diuers excremens, desquels l'euacuation eſt autant proffitable à la ſanté, <sup>Comme il eſt
néceſſaire
d'evacuer
les excre-
mens:</sup> qu'eſt la retencion dommageable. Car eſtans trop long-temps retenus, ils fe corrompent, & offendrent merueilleusement le corps.

Premierement il eſt beſoin de vuyder les <sup>De la pre-
miere cocti-
on.</sup> gros excremens de la premiere coction de l'aliment. Car telle ordure longuement retenue au ventre, infecte les parties nobles, fait mal à la teste, & oſte l'appetit.

Il s'engendre apres trois sortes de ſuperflitez en la ſeconde coction, l'vrine, la cholere <sup>De la ſecon-
de coction</sup> & la melancholie, desquelles l'excretion n'eſt pas moins néceſſaire. Car l'vrine eſtant trop long-temps gardée, la vessie en eſt tellement offendree qu'on ne peut plus piffer sans

112 LE GOUVERNEMENT

peine, quelquesfois la grauelle en prouient,
& quelquesfois l'hydropisie. Si la cholere
n'est poussée en sa vessiette, puis desgorgée
dans les intestins, elle cause la iaunisse, la fié-
ure tierce, & beaucoup d'autres maladies.
Si la melancholie n'est attirée par la rate, puis
iettée dans l'estomac, ou enuoyée dehors par
les hemorrhoides, ou par autre voye, elle en-
gendre l'affection hypochondriaque, la fié-
ure quarte, l'hydropisie, & autres maladies
longues.

*De la tierce
codition.*

Au surplus il est besoin que la sueur, l'ordu-
re & exrement fuligineux de la troisieme
digestion sortent par les pores. Autrement la
galle, la gratelle & autres infections du cuir
f'en ensuyuent. Quelquesfois les maladies in-
ternes en procedent. Parceillement les propres
excremens de chaque partie doivent estre
euacuez par leurs propre conduicts, com-
me ceux du cerveau par le nez, & le palais:
ceux des poumons par la bouche. Car les
superflitez du cerveau retenuës, caufent
mal de teste, apoplexie, epilepsie, paralysie,
& plusieurs autres pernicieux accidentis; &
celles des poumons rendent la personne
astmatique, & phthisique. Et bien que la
semence soit vn exrement bening du dernier
aliment, destiné de nature pour la generation,
si est ce qu'estant trop long-temps retenuë,
elle se corrompt, & par sa corruption excite
beaucoup de maux au corps. Mesme l'exre-
ment menstruel, encore que ce soit vne por-
tion du sang de la femme, vtile pour la nour-
riture de l'embriion, neantmoins estant trop

lon-

DE LA FRAMBOISIERE. 115

longuement retenu, cause suffocation de matrice, palle-couleur, caxexie, nausée, dégouste-mér, difficulté d'haleine, pesanteur par tout le corps, & plusieurs autres facheux symptomes.

Pour maintenir le corps en santé, non seulement les excremens, mais aussi les humeurs <sup>Comme il est
bien d'e-
alimentaires par trop abondantes doivent estre
vacuer les hu-
meurs super-
euacuees, à raison qu'elles suffoquent la cha-
leur naturelle, & incontinent apres se putrefient, & causent vne infinité de maladies. Il y a deux sortes d'abondance, l'une de toutes les humeurs ensemble, & l'autre d'une humeur seulement. La première est appellée *plénitude*, & des Grecs *pleshore*, la seconde est nommée *cœochymie*.</sup>

L'euacuation des superflitez se fait ou de soy-mesme, ou par art. Celle-là est naturelle, & utile au corps, quand elle se fait par la force de nature qui pousse dehors ce qui est superflu. Mais elle est contre nature & pernicieuse, quand elle aduient pour la débilité de la faculté retentrice, qui ne peut plus gouverner les humeurs du corps, ou qui est tellement importunée pour l'abondance & acrimonie des superflitez, qu'elle les laisse sortir dehors de leur propre mouvement. Partant est nommée euacuation symptomatique. L'euacuation artificielle est legitime & profitable, quand elle osts du corps ce qui luy nuit pour sa qualité, ou quantité. Mais elle est sans discretion & dommageable, quand elle tire dehors l'humeur qui n'est point nuisible, ainsi utile au corps. Si nature est negligente à ietter

H

n^o 4 LE GOUVERNEMENT
hors les superflitez du corps , il faut auoir
soin de les faire sortir par art.

Quel moiës il y a d'eua- cuoient vser de diuerses sortes de remedes cuer les ex- cremens da pour les euacuer , quand nature manque en ventre. son deuoir. il est necessaire de se presenter diligemment à la selle , pour descharger le ventre de ses excremens. Si le ventre est dur , les pruneaux cuicts avec sucre sont bons à l'entree de table,pour le r'amollir. Aussi sont les bouillôs faits de rheubarbe de moyne , ozeille , laictuë , endive , cichoree , buglose , bourrache , espinards , arroches , porree , de choux & autres herbes laxatius avec beurre frais. Le laict clair pris avec sucre trois heures avant disner, procure le benefice du ventre. Nô seulement les viandes qui r'amollissent mangees au commencement, mais aussi les astringentes prises sur la fin du repas , laschen le ventre , principalement à ceux qui ont l'estomac debile. La casse , les pilules gourmandes , l'aloës & autres medicamens eccoprotics sont propres pour lascher le ventre , qui est constipe. Quand il est paresseux , on le peut aussi haster d'aller par clysteres , ou l'éguillonner par suppositoires.

De prouoquer l'vrine. & à la rate , qui retient l'vrine , l'exrement choleric , & le melancolic , il est besoin de desboucher leurs canaux par remedes aperitifs , à fin de laisser sortir les superflitez. Les medicamens propres à prouoquer l'vrine (que les Grecs appellent Diuretics) sont les racines de guimauve , d'asperge , de gramen , d'ozeille ,

DE LA FRAMBOISIERE.

115

d'eryngium, d'anonis, d'ache, de leuistic , de
raue, de bardane, les herbes capillaires, la pim-
pnelle , saxifrage, berle, parietaire, les semé-
ces de melons, concombre, courge, citrouille,
de laictuë , pourpier, d'ortie , lithospermum,
daucus & seseli , les alkekenges, & les chiches
rouges. Entre les compositions diuretiques,
le syrop de limons , celuy de guimauve , & le
capillaire sont excellens.

Les mesmés medicamens sont bons pour de faire pas-
sage à la bile.
desoppiller le foye , & les conduits de la bile;
comme sont aussi la cichoree, l'endive , la sca-
riole, le laicteron, l'agrimoine, la fumeterre, le
houblon , la cuscute, l'absynthe, le marrubin,
le chamedrys, le chamepytis. Et entre les com-
posez, le syrop de cichoree , celuy des cinq ra-
cines , & le Bisantin.

Tous lesquels medicamens sont conuenables
aussi pour destoupper les tuyaux de la
rate, & se despêstrer de la melâcholie. Au sur-
plus l'escorce des racines de tamatis , & de
capprier, la squille, l'aristoloche, la flambe : &
entre les compositions le syrop de pommes
odorantes, celuy de fumeterre , & l'oxymel
scillitic, à ceste fin sont recommandez sur tous.
La terebenthine de Venize est singuliere pour
nettoyer & desoppiler toutes les entrailles, &
principalement les rognons.

Il faut pareillement donner issuë à la sueur, n'esmouuoit
la sueur.
& autres excremens retenus entre cuir &
chair, par medicamens aperitifs, par exercice,
par friction, & par bains chauds. Le vin blanc
est subtil, parce qu'il est apperitif, prouoque
l'vrine & la sueur.

Et à la melâ-
cholie.

Hij

116 LE GOVVERNEMENT

De faire sortir les excréments du cœuau. Il est besoin d'attirer les superfluitez du cœuau, tant par errhines faites avec ius de marjolaine, de bête, de mouron, & vin blanc : que par masticatoires faits de mastic, de poyure, & de pyretre.

Et des poumons. Il est expedient pour deliurer les poumons chargez de gros phlegmes, d'vser de sucre cadi, d'alphenix, de tablettes diayreos, de syrops, d'hyflope, de capillaires, & de pas d'asne, d'lohot, & autres remedes bechics, qui font cracher aisement.

De faire excretion de la semence. Pour faire excretion de la semence l'vsage de Venus est autant vrile que plaisant. Car il descharge les reins, il nettoye les vaisseaux spermatiques, il rend les membres plus dispos & agiles, & l'esprit plus gay & ioyeux, il chasse le chagrin, il appaise la cholere, s'il suruient quelque contention en mesnage, il y remet la paix, il empesche les imaginactions lubriques, & les pollutions. Mais quand il est deffendu de danfer le branle de Venus, il faut retrancher la generation du sperme, par extraction de sang, par ieusne, par sobrieté, par alimens raffraischissans, & par traual.

De prouquer les mois. Pour prouoquer les fleurs suprimees, il faut auoir recours aux diuretics. La decoction d'hyflope, d'armoise, de marjolaine, de pouliot, d'herbe au chat en eau miellée y est singulierement bonne. Il est besoin de s'abstenir de viandes grosses & gluantes, & de choisir les subtiles & attenuantes, d'vser de vin blanc, de se tenir ioyeusement, de se baigner, & de se faire frotter rudement les cuisses contre-

DE LA FRAMBOISIERE.

117

bas, avec un linge neuf. D'autant que les femmes doivent attirer leurs maris au combat amoureux. Car la compagnie de l'homme ne leur est pas moins utile, que délectable. Si ce régime ne suffit pour éliminer leurs menstrués, il faut conseiller de se retirer de bonne heure vers leur Médecin ordinaire, qui leur donnera les remèdes qu'il jugera être nécessaires pour ôter la cause qui empêche leur flux naturel.

Au demeurant il faut évacuer la plénitude des humeurs par saignée : & la cacoxytie par purgation, faite avec medicaments chologiques, phlegmagogues, ou melanagogues, de quels la connaissance appartient seulement au Médecin. Partant mettrai fin au discours de la qualité de l'évacuation, pour venir à sa quantité.

La quantité de l'évacuation doit toujours être mesurée selon les forces, autrement elle est très-dangereuse. Car s'il est ainsi que le flux de sang, le cours de ventre, la sueur, l'émission spermatique, & autres vuidanges que nature même procure pour sa décharge, étant immoderée, est accompagnée de péril, pour la grande perte des esprits qui sont mêlez parmi les superfluitez: à plus forte raison la saignée, la purgation, la prouocation de la sueur, & toute autre évacuation faite par art, est-elle merveilleusement dangereuse, quand elle sort passe les limites de mediocrité. Il fait bien dangereux aussi, d'aller souvent à l'escarmouche sous la cornette de Venus. Il n'y a si vaillant Capitaine, qui ne soit enfin harassé

H iij

118 LE GOVVERNEMENT
de tant porter le harnois au combat.

L'usage excessif de Venus nuit infiniment, parce qu'il desseche & refroidit par trop, & par consequent enveillist tost. Voyons maintenant la façon de se bien comporter en l'évacuation.

**La façō d'e-
vacuer les su-
perfluitez.**

Quand il y a beaucoup de superfluitez, il les faut evacuer petit à petit, & non pas toutes en vn coup, de peur de debiliter par trop le corps. Il vaut donc mieux reiterer plusieurs fois la saignee, que de tirer vne trop grande quantité de sang, toute en vne fois. Il est plus expedient aussi de repurger doucement le corps par interuelles, que de le purger excessiument vne fois seule. Pareillement il est plus feur de prouoquer la sueur, l'vrine & les mois avec remedes benings, plusieurs fois repe- tés, qu'avec vn seul trop vehement. Car on doit tousiours craindre de violenter nature. Aussi vaut-il bien mieux seruir longuement Venus à son ayse, par interuelles, que de se faire mourir en peu de temps, à force de l'em- brasser sans celle,

**Le tēps pro-
pre pour sain-
gner & pur-
ger.**

Reste à designer le temps de l'évacuation. Entre toutes les saisons de l'année, le Printēps est propre pour saigner & purger, comme tesmoygne Hippocrate en l'Aphorisme quarante-sept du liure sixiesme, pource que alors (dit Philothee) il n'y regne point de grande chaleur, qui diffise les forces du corps, ny de grande froideur qui empesche le mouvement des humeurs, mais plustost vne température. En Automne Galien fait encore cuacuation des humeurs superfluës,

DE LA FRAMBOISIERE. 119
pour coupper chemin aux maladies qui en
pourroient prouenir.

Quant aux extremens retenus au corps, ^{Pour vuidre les extremes}
ceux qui sont nuisibles pour leur qualité,
comme la matière fecale, l'vrine, la sueur, la
morue, & le crachat, doivent estrevuidez tous
les iours : mais ceux qui pechent en quantité
seulement, comme la semence & les fleurs,
doivent estre gardez iusques à ce qu'ils com-
mencent à importuner pour leur abondance.

Le temps propre à la copulation de l'hom- <sup>Pour la co-
me & de la femme, est apres le premier som-
me, soit pour la santé, soit pour la generation:</sup>
parce que la coction de la semence est faite
alors, & que la restitution des esprits perdus
au ieu d'amour, se fait au somme ensuyuant.
Il est defendu de s'embrasler durant la purga-
tion menstruelle, de peur d'engendrer un en-
fant lepreux. Il ne faut pas danser le branle
de Cypris, quand on a la panse pleine, & en-
core moins quand on a faim. Au parauant
que donner carriere en la lice amoureuse, il
y faut estre esguillonné de nature. La riante
aison du Printemps nous y inuite. Mais il
fait bien dangereux durant les iours canicu-
laires de se battre en duel avec Venus. Car
elle a touſiours l'avantage alors sur Adonis.
L'acte venérien est naturel & proffitable,
quand le corps est en la fleur de son aage, &
qu'il est de bonne température & habitude.
Car quand les vaisseaux ont abondance de se-
mence genitale, il faut nécessairement ou
qu'elle sorte hors du corps, on qu'elle se trâf-
forme en autre qualité estrange, qui ameine

H iiiij

LE GOUVERNEMENT
 coutumierement des pernicieux accidentis.
 Mais Venus est fort dommageable, & quasi contre nature, quand on est trop ieune. Car par son vlage, l'adolescent est incontinent fait hōme, & deuient bien tost vieil. Ce qu'a voulu signifier Martial par ceste Epigramme.

*Par trop haster les œures de Venus,
 Jeunes chéureaux sont tost boucs deuenus,
 Produis sans tost poil, & barbe admirable
 A leurs parens, d'odeur abominable.*

**Pour la pro-
 vocation des
 mois.** Quand les fleurs sont arrestees, il les faut prouquer au temps, auquel elles aquoient de coutume de venir au-parauant, afin d'auoir nature favorable. On ne les doit iamais exerciter aux femmes grosses, ny aux nourrices, ny aux ieuunes filles deuant quatorze ans, ny aux vieilles, qui les ont perdues pour leur grand aage.

Comme il se faut gouverner aux passions de l'ame.

CHAP. XXI.

D'où procedent les pa-
 sions de l'ame. **A**çoit que nous soions souuent trompés au chois du bien & du mal, suiuans plustost le iugement de nos sens, que de la raison : si est ce que naturellement nous appetons tout ce que nous pensons estre bon, & fuyons ce qui nous semble mauuais. De là vient que nous sommes agitez de diuerses passions de l'ame, procedantes de l'opinion du bien ou du mal, present ou aduenir, lesquelles pour l'aprehension de l'object font dilater ou com-

primer le cœur, & en l'esbranlant esmeuent soudainemēt les esprits & la chaleur naturelle, de sorte que la couleur de la face en est incontinent changée. De l'opinion du bien présent, vient la ioye, & du futur la cupidité, à laquelle se rapporte la cholere, qui est vn desir de vengeance, du mal présent prouient la tristesse, & de l'aduenit la crainte.

La ioye procede du cœur, qui se dilate doucement pour embrasser l'objēct agreable, & en ceste dilatation espand force chaleur naturelle avec le sang & les esprits, desquels vne bonne portion est enuoyée à la face, lors qu'ōrit, au moien de quoy elle s'enfle & eslargit, tellement que le front en est rendu clair & polly, les yeux deuennent luisans, les ioües vermeilles, les léüres plattes, & toute la bouche se retire, de facon qu'on voit deux petites fossettes au visage, faictes par la contraction que les muscles endurent pour l'abondance des esprits qui y montent quand le cœur se dilate: vne autre portion d'iceux est quant & quant enuoyée à toutel habitude du corps, dont les membres sont arrousez & humectez, & par ce moyen s'engrossissent, & s'engraissent.

La cupidité & la cholere font pareillement dilater le cœur, celle-là pour le desir de ce qu'il ayme: & celle-cy pour enuoyer vistement la chaleur naturelle avec le sang & les esprits du dedans au dehors, à fin de fortifier tellement les membres qu'ils puissent courageusement venger le tort qu'on nous a fait. C'est pourquoy elles les pousse avec vne grande vehemence & furie.

La tristesse. La tristesse serre tellement le cœur, qu'il se festrît, & diminuë. Ceste detresse de cœur appert au visage, qui en est le miroir. Elle est cause qu'il ne se peut engetdrer grande quantité d'esprits, & que si peu qu'il y en a, encore ne peuvent-ils estre ayflement distribuez par les membres. Par ce moyen elle affoiblit la vertu vitale, & ses compagnes. Delà s'ensuit vn aneantissement de l'embon-poinct & de la santé.

La crainte. La crainte aussi fait soudainement retirer la chaleur, les esprits & le sang du dehors au dedans. De là vient que le visage pallit, & que les extremitez demeurent froides, avec tremblement vniuersel, & que la voix est interrompuë avec battement de cœur. Car pour la grande quantité du sang & des esprits, qui de vitesse viennent saisir le cœur, il est tellement pressé qu'il ne se peut mouuoir librement, & est presque estouffé.

A qui les passions de l'esprit sont profitables & ouïssibles.

Entre toutes les passions la ioye est salubre, pour ce qu'elle donne vn tel contentement à l'ame, que le corps par sympathie en est participant. Mais elle est plus propre aux gens maigres, qu'à ceux qui sont fort gras. La choler est profitable aux pituiteux, pour ce qu'en eschauffant le sang, elle accroist la chaleur naturelle, & par ce moyen cuist & digere mieux la pituite. Mais elle est fort nulsive aux bilioux, pour ce qu'elle augmente l'humeur bilieuse, & l'enflâbe aisément. La tristesse est pernicieuse aux gens attenuez, mais elle n'offense pas tant ceux qui sont en bon poinct. La crainte ne sert qu'à ceux qui sont en danger de per-

DE LA FRAMBOISIERE. 123
 de la vie, pour quelque flux de sang, sueur,
 ou autre euacuation excessive.

Il faut que les passions de l'ame soient moderées. Car si elles sont excessives, elles nuisent infiniment à la santé. Partant ont besoin d'estre conduites par la raison, & non pas par les sens. Les passions raisonnables, sont appellées affections, & les sensuelles, perturbations de l'ame, pour ce qu'elles troublent l'ame sous ombre du plaisir ou desplaisir, en l'obieet du bien ou du mal imaginé. Platon en vn dialogue qu'il nomme Carmides escrit avec verité que les plus violentes & dangereuses maladies que souffre le corps, viennent des perturbations de l'ame, parce que l'ame ayant vn pouuoir souuerain, & commandant absolument au corps, le meut, altere & change en vn moment comme il luy plaist.

Il faut donc affectionner les obiects autant que la raison le permet: & ne se point passionner outre mesure, de peur qu'en se laissant porter au vice sous ombre du bien, par l'amorce du plaisir, on soit en fin gehenné par des maladies cruelles qui font courir fortune de la vie. Car la ioye immoderée espand avec vne telle vehemence le sang & les esprits du centre en l'habitude du corps, que le cœur est entierement destitué de sa chaleur nature: D'où prouient vne syncope, & quant & quant la mort. Le Poëte Philippides, le sage Chilon, Diagoras de Rhode, Denys tyran de Sicile, Polycrite dame de Naxe, & vne in-

Quelles doivent estre les passions de l'ame.

124 LE GOVVERNEMENT

finité d'autres sont morts subitement par mesme de ioye. L'ardante cōuoitise ne fait pas moins de mal au corps que la ioye. Le courroux vehement en poussant de furie le sang & les esprits du dedans au dehors, les enflamme tellelement, que bien souuent la fiévre en procede. Le continual ennuy desseche à la longue tout le corps, le rendant maigre & atrophié, de sorte que la mort s'ensuit en fin. L'horrible peur venant à l'improueu, cause quelquesfois la mort subite, à raison que le sang & les esprits gaignans le bastion du cœur, en vn moment estouffent sa chaleur naturelle. Il appert par-là que toutes les perturbations de l'esprit sont bien dangereuses. C'est pourquoy on doit

La façon de dompter ses passions.

tascher de dompter ses passions sensuelles, par la consideration des maux qu'elles apportent. Car outre ce qu'elles sont tres-pernicieuses à la santé du corps, elles rendent les hommes semblables aux bestes brutes, les destournans du sentier de la raison: elles agitent leur courage, & esbranlent leur constance.

De refrener sa ioye des regles.

A fin de ne se laisser transporter de ioye comme les sots enyurez de leurs plaisirs, qui ne peuvent durer en place, estans hors des gôs, incessamment emportez du vent de leurs voluptez: il faut considerer que la ioye démesurée n'a fermeté ny durée aucune, ains ordinai-rement se terminé en dueil, & finalement sera conuertie en pleur, grincement de dents, & tourment eternel: & partant penser à soy, de peur de se perdre par vne ioye esperduë, & que la douleur ne morde à la queüe.

Pour ne point lascher la bride à sa cupidité De borne^e
 infatiable , il se faut ressouvenir du commandement exprés de la Loy , Tu ne conuoiteras point:& bien que la terre, que la mer, que l'air,
 & que le ciel ne puissent faouler la conuoitise, nenantmoins que tout ce qu'on souhaite au monde,n'est que vanité. Car les choses qu'on pense icy estre de grande consequence,ne sont que fatras, & bagatelles , de nulle valie , & de petite durée, attēdu qu'il n'y a rien sur la terre, qui ne soit transitoire & perissable.

Pour réprimer la cholere impetueuse , faut regarder en vn miroir les mines qu'on fait, durant sa fureur. Qui est celuy qui n'ait hor-
 reur du hydeux spectacle de l'homme cholere? Il iette le feu par les yeux comme vn Demo-
 niacle, il mugle comme vne beste sauvage , il grince les dents comme vn Sanglier , il dresse le poil comme vn Herisson , il efragatigne de ses griffes comme vn Tygre , il trepigne des pieds comme vn bouffon. Bref il n'a aucune façon, ny contenance d'homme. Aussi n'est-il pas homme,n'ayant plus de raison.

Partant faut bien prendre garde à soy, quand on se courrouce , de peur de passer les limites de raison. Pense que si tu suys ton courage, bien tost apres te repentiras de l'ouurage que tu auras fait , estant transporté de rage. Car comme a bien remarqué Horace,

Iren'est autre cas qu'une briefue rage:
 Parquoy regis, reiens, & bride ton courage,
 Qu'il cede à la raison: il ne luy veut ceder
 Comme vntyran de force il voudra commander.
 Mais celuy commander, qui doit faire seruice,

N'eft-ce pas renuerfer & l'ordre & la Iustice?

Auant que la cholere te transporte , tu as puissance sur elle. Si elle te gaigne , elle sera maistresse; & puis que tu ne l'as voulu chasser de ton cœur, elle te chassera de ta maison. Aduise donc par la raison, de bannir de ton ame vne si dommageable hostesse, qui entrant en ton logis, t'en deposseuder auec infini dommage. En te plaignant qu'on te fait tort , est-il raiionnable que toy mesme le fasses? Tu ne respondras que pour toy , & non pour autruy. Mais en iugeant du fait, prens les choses de la bône anse: peut estre ne sont-elles si aigres que ta passion te les represente.

De terminer
sa tristesse,
& se confon-
der en affili-
ation.

Pour passer vistement sa tristesse, il se faut remettre devant les yeux le piteux estat auquel elle reduit en fin la personne; & pêser qu'affliction d'esprit , n'apporte qu'affliction au corps; & que c'est vne folie de se tourmèter de chose où on ne peut remedier. Dauantage qu'il n'y a celuy qui ne soit subiect à mesme misere. Quoy veux-tu estre ô homme, d'autre condition que les autres hommes?

Quand tu aurois perdu les biés que tu avois espargnez pour ta necessité , il ne te faut pas falcher si fort de perdre ce qui t'eust perdu, Croy que le Medecin qui t'a ordonné ce breuage, ne la pas fait, sans te bien cognoistre. Puis qu'il t'est bon pere, il ne l'a fait que pour ton profit. Ne t'agoisse pas du passé , il est irreuocable; contente toy du present, il y a dequoy; & espere bien de l'aduenir, il y sera pourueu par celuy qui ne defaut iamais à ceux qui luy obéissent.

Mais diras-tu, i'ay perdu mon pere, ma mere,
ma femme, mes enfans, mes amis. Je le veux.
Les pensois-tu estre engendrez immortels?
Estimes-tu perdus ceux qui sont conseruez en
vne meilleure vie, & y iouissent d'une immor-
telle felicité? Mais il te fait mal d'estre priué
de leur douce compagnie. C'est donc ton
interet qui te fait pleurer. Que si tu les as
aymez viuans en ceste vie mortelle, n'as-tu pas
subiect de les aymer viuans en la vie, qui n'a
point de fin? A quel propos regrettes-tu ce-
luy qui est mieux que toy? C'est la volonté de
Dieu de redemander ce qu'il t'a presté: Pour-
quoy ne luy rendras-tu pas le sien, de tel cœur
que tu l'as receu? Rien n'est icy perdurable. Il
n'y a rien qui nous puisse rendre eternels, que
la vertu.

Si tu es trauailé de maladie, il ne te faut
pas affliger l'esprit avec le corps. Aye recours
à Dieu, & au Medecin ordonné de Dieu pour
te soulager: aye patience en ton mal, esperant
qu'il t'en reuiendra quelque bien. L'affliction
est le theatre de la vertu. L'affliction roidit,
fortifie, accourage, anime, augmente la vigueur
de l'ame. L'aise tout au contraire destrempe,
attendrit, effemine, énerue & aneantit la
viguer de l'ame. L'indulgence des meres
gaste les enfans: Mais la feuerité des peres, les
rend vertueux. Dieu nous traicté en pere,
quand il nous fait passer par beaucoup de
peine. Quelle plus grande preuve d'amitié
donne le pere à ses enfans, que quand il les
chastie? Il ne chastie pas ainsi ses seruiteurs. Le
Capitaine honore le soldat, lequel il emploie

aux hazardoux combats. C'est à vne ame g
nereuse de combattre vaillamment le mal.

Mesme quand quelque mesdisant te blasme-
roit à tort, & attenteroit à ta renommée, tu ne
t'en dois point affliger pourtant. Celuy ne peut
estre deshonoré, lequel la vertu honnore. Et
encores moins te dois-tu soucier des eniuieux.
Car il vaut mieux enuie que pitié.

Pour se de-
livrer de la
craincte.

Pour se deliurer de la crainte, il faut penser
que plusieurs choses nous font plus de peur,
que de mal; & que nous sommes bien souuet
plus trauailleuz par opinion, que par effect, &
que c'est folie de feindre vn mal qui n'est
point, & de s'effrayer de ses imaginacions,
comme vn petit enfant d'un phantosme. Da-
uantage, que non seulement on se tourmente
bien souuent par fausses imaginacions de mal,
mais quand le mal nous pend sur la teste à la
verité, & qu'il ne faut que le dernier coup
pour nous accabler, que les issuës sont toutes
autres que le danger. Etaçoit que le mal qui
nous doit aduenir fust vray-semblable, neant-
moins qu'il suffit luy present de l'endurer, sans
se rendre mal-heureux auant le temps: & qu'il
n'y aura que trop de téps pour le sentir, quand
il sera venu, & qu'il n'y a point d'acquest d'an-
ticiper le mal, qui ne viendra que trop rost:
partant qu'on ne doit iamais perdre le bien
present, pour la crainte du mal aduenir. Et en-
cores que nous soyons bien assureuz que ce
que nous craignons arriuera, tousiours se
faut-il resoudre de suyre gayement la volôté
de Dieu, & croire, quoy qu'il aduienne, qu'il
nous en pourra réussir quelque bien.

Il faut

Il faut disposer tellement son ame, qu'elle ~~La maniere~~^{d'affectioner} ne reçoiue aucune fausse opinion. Et à ceste fin on doit examiner l'obiect qui se presente au bureau de la raison : l'alembiquer par le iugement du discours, le peser à la balance de l'entendement, & le mettre au crible, à la touche, à la coupelle, à ce que l'imagination nous pipe. Estant resolu de la verité, il faut aduiser s'il depend de nostre volonté, & s'il est en nostre puissance. Car on ne peut sagement faire estat, que de ce qui est en son pouuoir. Quand nous scauons véritablement que l'obiect est tel que nous l'imaginons, & que nous ~~l'ionner les~~^{faut affe-} cognoissions auoir moyen d'obtenir le bien, ou d'éviter le mal apprehendé, il le faut affectionner alors. Autrement il ne s'en faut point esmouuoit, ny passionner. Car c'est vne extreme folie de poursuyure, ou fuyr vne chose fausse, ou impossible.

I



LE
GOVVERNEMENT
PROPRE A CHACVN,
SELON SA COMPLEXION.

A
TRES-HAVT ET TRES-
ILLVSTRE PRINCE, CHARLES
DE GONZAGUE ET DE CLEVES,
Duc de Niuernois & Rethelos, Pair de
France, Gouverneur & Lieutenant
General pour le Roy, en ses pays
de Champagne & Brie.

MONSEIGNEVR,
Considerant que les Medecins
des Princes ne se doient pas
moins estudier à les conseruer en
santé, qu'à les guarir malades,
depuis que i'ay eu cest honneur d'estre em-
ployé à vostre seruice en ma vocation, ie me
suis occupé à feuilleter les escrits de tous les
bons auctheurs anciens & modernes, pour re-
cueillir tout ce qui sert à la conseruation de la
santé, & le ranger en vn parterre dressé par

compartimens autant profitables, que dele-
tables. T'espere que vous trouuerez les
fructs sauoureux, quād vous en aurez bien
goufté, encore que ie les aye cueillis auant sai-
son, sans leur donner loisir de paruerir a par-
faicté maturité: pour l'extreme desir que i'a-
ueis de vous les presenter en Eſtreine au
premier jour de l'an du Iubilé, à l'heureux au-
ſpice de ce nouveau ſiecle. Je ne me ſuis point
contenté de traiter ſeullement en general le
Gouuernement requis pour viure long temps
ſainement; mais ay voulu encore declarer à
part la maniere de l'approprier ſelon chacune
circonſtance, à fin de ne rien obmettre de ce
qui appartient à ce ſubjet. Et bien que tout
mon labeur ſoit voué pour Voftre Yſage, ſi
eft ce que ie vous ay particulierement dédié
le Gouuernement propre à chaque comple-
xion, contenu en l'un des plus beaux carreaux
que ſeufſe peu remarquer en mo iardin, pour
confacer à la grādeur de Voftre renommée,
Laquelle ie ſupplie le Createur vouloir vous
conferuer & accroifte, & vous octroyer la
longue & heureufe vie, de laquelle vous pre-
tend faire iouyr par ſon trauail,

MONSEIGNEVR,

Voftre très-humble ſeruiteur, & fidèle
Medecin LA FRAMBOISIERE.

I ij



L E
SECOND LIVRE
DU GOVVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

*Comme il faut diuersifier le Régime, selon
la Variété des complexions.*

CHAPITRE I.

*Que c'est
que comple-
xion.*



OMPLEXION (que les Grecs ap-
pellent *Crasie*, & les Latins *Tempera-
ment*) est vne proportion des qua-
tre premières qualitez elemétaires,
conuenable pour exercer les actiōs naturelles:
laquelle est temperée , ou intemperée.

Temperée.

I'entens par la complexion temperée , celle
qu'on nomme par excellence , Temperature,
sans queue, en Grec *Eucrasie* , où il y a vne har-
monie des quatre qualitez elementaires iuste-
ment compassée , pour exercer en perfection
toutes les actions du corps: Et par la comple-
xion intemperée , celle qui est simplement

Intemperée.

dite Intemperature, de Galien *Dyscrasie* , où il
y a tousiours vne qualité ou deux, qui surpas-
sent les autres.

De là vient qu'il y a huit differences d'In-
temperatures , quatre simples , où il n'y a
qu'une seule qualité dominante, chaude,froi-
de,seche,ou humide:& quatre composees,où
il y a deux qualitez excessives,chaude& seche,
chaude & humide, froide & seche , ou froide
& humide. Chacune desquelles est naturelle
ou vicieuse: Naturelle, quand elle se contient
encore dedans les limites de santé , de sorte
qu'elle n'offense pas à veüe d'œil les actions.
Et pour ceste cause merite bien d'estre hon-
norée du tiltre de téperature, avec adionction
du nom de la qualité dominante. Mais l'intem-
perature est mauuaise lors qu'elle excède tel-
lement en quelque qualité , qu'elle empêche
évidemment les actions. A raison de quoy elle
tient le premier rang entre les maladies.

Or la complexion temperée & naturelle doit tousiours estre conservée par son semblable: & la complexion intemperée & vicieuse, corrigée par son contraire. Voilà pourquoi Galien sur la fin du troisième livre des aliments, maintient qu'à ceux qui sont d'un bon tempérament conviennent alimens de semblable qualité : mais qu'à ceux qui dès leur naissance sont mal habituez & de mauvaise complexion, ou bié qui l'ont acquise telle par leur maniere de viure desordonnée, ne sont vtilles les choses semblables: ains plusost celles qui sont de qualitez contraires.

Partant si le corps humain (dit-il au premier livre des alimens) est si bien tempéré , quil soit iustement constitué au milieu des quatre qualitez premières , sans decliner ny cä , ny là , il conserue Par quel moyen la bonne tem perature doit être conservée

C Pourquoy le régime doit estre different selon la complexion.

sera conserué en cest estat par alimens tempe-
rez. Mais s'il decline à l'yne ou plusieurs d'i-
celles,c'est à dire,qu'il soit plus chaud , ou plus
froid,plus sec,ou plus humide , pour neant on
luy baille alimens temperez. Car d'autat qu'il
est eslongné de la mediocrité , d'autant doit-il
estre tiré a l'estat opposité. Et cela se doit faire
par les causes contraires à son intemperature,
lesquelles soient distantes de ce moyen en pa-
reil degré de leur opposition. Par ces choses il
appert que le temperament louiable doit estre
conserué par ses semblables. Et celuy qui en
est fort esloigné doit estre corrigé par les co-
traires en pareil degré , comme (par exemple)
celuy qui est chaud au tiers degré , a besoin de
choles froides au tiers degré , pour estre reduit
à son moyen. Car les causes contraires en
moindre degré ne peuvent entierement cor-
riger l'exez cōtrarie, comme on peut voir par
le même exemple. Car si vous ne luy donnez
que choses froides au preniet ou second de-
gré, vous ne le pourriez reduire à la vraye me-
diocrité , parce qu'il tiendroit tousiours plus
de chaleur. Et les causes qui l'excedent , intro-
duiroient vne nouuelle dyscrasie , d'autant &
pareil degré comme elles sont excessiues. Car
luyuant le premier exemple , si vous donnez
choles froides au quart degré à celuy qui est
chaud au tiers,tant s'en faudra que vous le re-
duisiez à la symmetrie , que vous le refrigere-
rez partrop. Il y a dauantage vne intempera-
ture qui ne decline guere de la parfaicté lante,
& si n'approche de celle qui en est fort eslon-
gnée,laquelle doit estre corrigée par causes cō-

traires, en ceux qui ne peuvent aisement supporter incommodité quelconque en leurs actions. Il n'importe aux autres de l'entretenir en mesme estat par causes semblables.

Bref quiconque est curieux de sa santé, aduise si son temperament est exactement tempéré, ou modérément chaud, froid, sec ou humide, à fin de l'entretenir en son estre par regime pareil: ou s'il est fort elongné de la mediocrité, & excessiuement intemperé, pour le châger & remettre en bon poinct, par regime opposit en mesme degré: S'il est entre-deux, sera permis suyuāt son appetit naturel, de faire ce quiluy plaira, & de choisir des deux manières de viure, celle qu'il aymera mieux.

La maniere
de se go-
uerner felon
son tempe-
rament.

Comment les Sanguins se doivent gouverner.

CHAP. II.
DE la variété des complexions, depend la diuersité des humeurs. Car c'est vne chose assurée, que nostre temperament fait touz iours noz humeurs pareilles à soy. Parquoy si le temperament est parvenu jusques au poinct de perfection, il rend toute la masse sanguinaire parfaitement temperée. Par ce moyen il donne la superiorité au sang, & assubjettit les autres humeurs au joug de la domination. Et si le temperament est chaud & humide, il engendre au corps abundance de sang, non exactement tempéré, ains excessif en chaleur & humidité. Mais quand le temperament est chaud & sec, la cholere domine en nous: lors

Comme la
diuersité des
tempera-
mens engen-
dre diuer-
sies humeurs.

I iiiij

Comme il y Il est donc certain que les temperez, & ceux
à deux forces qui sont de complexion chaude & humide,
de sanguins, font sanguins, iaoit que le sang soit aux vns
mieux, & aux autres moins téperé. Toutefois
il est nécessaire de distinguer soigneusement
les sanguins temperez, d'avec les intemperez,
parce que ceux-cy ont besoin d'un autre regi-
me que ceux-là. On les cognoist principale-
ment à l'habitude du corps , à la couleur, aux
mœurs,& aux actions.

Par quels si-
gnes on co-
gnost les
temperez.

Le corps tempéré, est mediocremēt charru, à raison que la chair est engendiée du sang, au toucher moderémēt chaud & moite, & tient tousiours le milieu entre le mol & le dur, le râre & l'espais, le velu, & celuy qui est sans poil, entre celuy qui a les veines larges , & qui les a estroites, & qui a le pouls grād , & qui l'a petit. Il a la couleur belle, vermeille, meslée de blanc & de rouge: Le poil blond, crespé & ondoyat, & tous les membres organics li bien propor-
tionnez en toute leur dimēsion, qu'il semble à voir qu'ils ayent este compassez à la regle de Polyclet, pour la symmetrie exquise qu'on y apperçoit. Et cōme les temperez ont le corps accomply de tous nombres , aussi ont-ils l'es-
prit gentil, le iugement bon , les mœurs douces, le naturel iouial, la facō gaye, le maintien mo-
deste, la volonté franche , la condition libera-
le: de sorte qu'ils sont gaillards , discrets, adui-
sez, accorts , paisibles, honnestes, amateurs
de sciences, courtois, gracieux , ioyeux, ac-

DE LA FRAMBOISIERE, L.II. 157
 costables, amoureux des Dames, & se plaisent
 en compagnie , à dire le mot , à tire , à chan-
 ter , à faire bonne chere , & ne songent que
 choses plaisantes : au demeurant sont prôpts
 à faire plaisir à chacun , & ronds en affaires , &
 si moderez d'humeurs qu'on ne les lçauroit
 taxer d'estre ny temeraires , ny coüards ; ny
 trop hastifs, ny tardifs, ny cauteleux, ny hebe-
 tez . Or d'autant que leur complexion tient
 iustement le mitan entre les deux extremitez,
 sans decliner ny de-çà, ny de-là vers l'vne ou
 l'autre, ils ne sont point subjects à estre offen-
 sez ny des causes externes, ny des internes . De
 là vient qu'ils ne sont point maladifs , ains
 forts, & robustes pour resister aux iniures pro-
 uenantes tant de dehors , que du dedans du
 corps . A raison aussi que leurs parties instru-
 mentales sont mignonement façonnees a-
 uec bonne proportion , ils sont adroits à tou-
 tes choses , & propres à exercer dextrement
 toutes functions, ayans bonne grace en tout
 ce qu'ils font .

Voilà les marques des sanguins tempetez .

Mais ceux où le sang chaud & humide abo-
 de à foison, sont recogneus à la corpulence ,
 parce qu'ils sont polysarcis , c'est à dire fort
 charnus , à l'insigne rougeur du visage , à la
 grandeur des vaiseaux , à la repletion & ten-
 sion apparante d'iceux , au battement des ar-
 teres , à la respiration difficile & fréquente , à
 la pesanteur du corps , & lassitude sans tra-
 uail precedent , à la sueur superfluë , à l'esprit
 simple & sans finesse , qui s'applique plustost
 à goguenarder & plaiſanter , qu'à manier des

signes pour
 cognoître
 ceux qui ont
 abondance
 de sang
 chaud & hu-
 mide;

138 LE GOUVERNEMENT
affaires de consequence, & qui quitte volontiers les choses sérieuses, pour s'addonner aux délices. Dont vient que les sanguins qui ont l'entendement aussi lourd, comme le corps grossier, & au surplus voluptueux, ne sont pas capables des grandes charges, ny des hautes entreprises. Et combien qu'ils aient la meilleure complexio pour viure longuement; d'autant que la chaleur & l'humidité sont les deux principes de la vie: si est-ce qu'ils sont subiects à plusieurs maladies, comme fièvres synoches, phlegmons, pustules sanguines, flux de sang, & les femmes à avoir leur purgation menstruelle en grande abondance. Au reste endurent brauement la saignee, & sont promptement offensés des choses chaudes & humides, & soulagez des contraires.

Or comme il y a grande différence entre les sanguins temperez, & les intemperez, aussi ont ils besoin de diuers regime pour les maintenir en santé, d'autant qu'il faut contregarde la complexion de ceux-là, & changer celle de ceux-cy. Car la température doit estre conservée par vne maniere de viure semblable, & l'intemperature corrigée par vne contraire.

La maniere de viure des temperez. Les temperez donc pour entretenir leur bon naturel, aduiseron de ne faire excès en chose quelconque, de garder tousiours la mediocrité par tout, sans outrepasser aucunement ses bornes, d'ysler ordinairement de viandes temperees, & fuir celles qui sont manifestement chaudes, froides, seches ou humides. Parce moyen ils viuront vn siecle entier fains & dispos. Toutesfois pour leur oster

DE LA FRAMBOISIERE, L. II. 139

l'occasion de me reprocher que viure ainsi medicinalement , c'est viure miserablement , ie les dispenseray de nostre loy , quand il leur plaira , & leur bailleray priuilege de viure en toutel liberte comme ils voudront , sans les tenir tousiours en tutelle , leur permettant toustesfois & quantes qu'ils auront appetit de quelque chose , d'en passer leur enuie . Et si pour cela on les accuse d'offenser criminellement la sacree Majesté de Madame * Hygee ,
* La deesse de santé.

ie respondray pour eux deuant * Apollon , &
* Le Dieu de Médecine.

defendray si bien leur cause , qui ils en au-
 ront sentece reduc à leur proffit , par laquelle
 il sera dit , qu'ils sont affranchis de la subie-
 ction de la trop rigoureuse regle au parauant
 donnee , sans courir fortune de leur santé .

Parquoy puis que les temperez sont de bo-
 ne pastre , & de nature robuste pour resister aux
 iniures tant externes qu'internes , il est expe-
 diet qu'ils s'accoustumment à toute maniere de
 viure , sans s'affubier ny obliger à vne seule :
 de peur que deuenans en fin delicats , ils ne so-
 bient malades , aussi tost que la commodité ne
 leur permettra point de garder leur regle . Par
 ainsi ils feront bien de s'accommoder à tout
 air , attendu qu'ils peuuent aysement suppor-
 ter toutes les incommoditez du temps . Et
 pour ceste cause ie leur donneray librement
 congé de demeurer tantost aux champs , tan-
 tost à la ville . Et quand ils auront faim , n'ont
 que faire d'attendre quel l'heure soit soinée , à
 se mettre à table . Car qu'ils prennent leur re-
 fection tost ou tard , il n'importe . Qu'ils man-
 gent chaud ou froid , qu'ils mangent dur ou

140 LE GOVVERNEMENT

tendre, soit pain, chair, ou poisson, rosti ou bouilli, soit faictage, herbage ou fruit, cuict ou crud, comme ils l'aimeront mieux, il n'y a point de danger. Bref qu'ils ne facent difficulte quelconque d'vsier de toutes sortes devances, & qu'ils en prennent tantost plus, tantost moins, s'iuas leur appetit. Qu'ils aillent quelquesfois en festin, quelquesfois qu'il s'en retirent. Et leur conseilleray tousiours s'ils ont dequoy, de faire bonne chere : sinon de ieusner d'aussi bon cœur, que s'il estoit commadé de l'Eglise. Car ils peuvent faire lvn & l'autre, sans engager leur santé. Qu'ils boient du meilleur, s'ils ont le vin à chois: sinon, tel qu'ils le pourront auoit. Et s'il manque, que ils boient du cidre, ou de la bierre, ou que ils se passent d'eau. Et s'ils la trouuent bonne, qu'ils ne l'espargnent pas. Car elle est à bon marché. Il est bon quelquefois qu'ils se reposent, & le plus souuent qu'ils s'exercent tantost à ioües à la paulme, tantost à aller à la chasse, tantost à s'embarquer sur l'eau, tantost à se baigner, & ordinairement à trauailler en leur vacation. Et ne s'en trouueront plus lasches, moiennant que la premiere sueur mette la fin à leur labeur. Et si tost que le sommeil commence à les surprendre, qu'ils se couchent le mieux qu'ils pourront, pour donner tréue à leurs yeux, & à leurs sens recreuz de traual, qui ne demandent autre chose qu'à se rendre. Et si à leur resueil, il leur prend envie de faire hommage à Dame Venus, qu'ils se mettent en devoir de s'en bien acquitter. Car ils ont dequoy fournir d'appoinctement. Au demeu-

DE LA FRAMBOISIERE. L. II. 142
 rant qu'ils domptent si bien leurs passions,
 qu'ils n'en reçoivent aucune escorte, & ne
 se tourmentent point l'esprit pour toutes les
 affaires du monde, ains se resiouyssent d'estre
 bien nez. Voilà comme ie licentie ceux qui
 sont tempérément sanguins.

Mais ceux qu'ile sont excessiuement, doi- Regime de
 vent estroictement garder vne maniere de vi- viure pour
 ure raffraichissante & dessechante, pour cor- ceux qui soient
 riger leur intemperature chaude & humide. extremement
 Par ainsi l'air & les alimens froids & secs leur
 sont propres. Par consequent pourront user
 vn petit de fruiëts, de salades, de boüillons de
 cichoree, ozeille, laïctue & autres parcelles,
 pour les raffraichir, mais non pas beaucoup,
 craignant de les humecter dauantage. Ils boi-
 ront de l'eau, du cidre ou de la biere, si bon
 leur semble. Et ne prendront point de vin que
 moderement, c'est à dire en petite quantité,
 & suffisamment trempé. L'exercice leur est
 bon, pource qu'il desseche: toutesfois le trop
 violent leur est nuisible, à raison qu'il eschauf-
 fe immoderément. Le dormir excessif leur est
 contraire, à cause qu'il humecte trop. L'usage
 Venerien leur est proffitable, d'autant qu'il
 refroidit, & desseche. Pour les preseruer des
 maladies Plethoriques ausquelles ils sont sub-
 jects, la saignee est necessaire, pour le moins
 vne fois l'an. Les bains d'eau froide, apres
 l'euacuation vniuerselle, sont utiles pour raf-
 fraichir l'habitude du corps. Entre les passio-
 ns de l'esprit la cholere les offense fort. La tristesse
 ne leur nuit pas tant qu'aux autres com-
 plexions, pource qu'elle desseche. Au reste

142 LE GOVVERNEMENT
tant plus les sanguins approchent de la tempé-
rature, tant plus ie leur donne de liberté de vi-
ure à leur plaisir. Et tant plus ils en sont eslon-
gnez, tant plus ie leur enjoints d'obseruer exa-
ctement la regle,

Comment les Cholerics se doivent gouverner.

CHAP. III.

Marques par lesquelles on connaît les Cholerics. Les Cholerics sont assez à cognoistre. Ils ont le corps maigre , greffe & velu , au toucher chaud, sec,dur,rude & acre; les veines & arteres grosses, la couleur jaunastre , palle ou brune : le poil roux , ou noirastre , l'esprit vif,subtil,boüillant & precipité , le iugement leger , variable & sans solidité , le geste inconstant & le courage Martial. Si bien qu'ils sont alaiges de corps & d'esprit,prompts à parler, hastifs au marcher , soudains en toutes leurs actions , vehemens en leurs affections, impatiens en toutes choses, incontinent cholerez, & tost apres appaïsez , ingenieux en inuentio, mais arrogans , presumptueux , audacieux, impudens, vanteurs , gosseurs , miqueurs, rulez,malings , vindicatifs,tempestatifs , querelleux,ambitieux,prodigues , sans preuoyance,temeraires , & indiscrets. Et pour ceste cau-
se ne sont point propres à gouverner les Re-
publiques,ny à manier les affaires d'Estat , &
encore moins à commader aux gés de guerre.
Vray est qu'ils sont bons pour porter les ar-
mes sous la charge d'un vaillant Capitaine ,

DE LA FRAMBOISIERE. L. II. 143
 principalement lors qu'il a cest honneur d'avoit la pointe en vn assaut , & en vne rencontre, où il faut par necessité cōbattre à l'improvisiste , sans recognoistre: Mais non pas quand il dresse vne embuscade , où il faut beaucoup arrester pour espier l'occasion d'attaquer à propos son ennemy. Car bien qu'ils ne manquent jamais de magnanimité, ny de hardiesse : si n'ont-ils pas la patience requise en tel cas , ny la force d'endurer long temps le froid , le chaud, la faim, la fatigue, les veilles , & toutes les autres incommoditez de la guerre , sans en être offensés. Ioint aussi qu'ils sont subiects à plusieurs maladies, comme fiévre ardente , tierce, phrenesie, passion cholerique, jaunisse, érysipele, herpes, vomissement & flux de ventre bilieux, & autres pareilles. Au demeurant leur sommeil est petit, leger & sans repos d'esprit. Car en dormant ils songent ordinairement ou à la guerre, ou au feu , ou à quelque autre chose furieuse. Leur pouls est vehement, fréquent & dur. Ils se delectent à boire & manger choses froides & humides. Et font leurs selles & vrines fort bilieuses.

Regime de
viure des
cholériques.

Quand leur cōplexion n'est guere etlongnee de la téperature, il la faut cōseruer par régime semblable. Mais quād elle est excessiue en chaleur & secheresse, on la doit corriger par vne maniere de viure refrigerante & humectate. Parquoy ils feront bien de demeurer en lieu froid & humide, pour y inspirer l'air contrarie à leur intemperatute , & de se retirer attiré du Soleil, de manger toutes choses raffraîchissantes, comme la laitue , pourpier, ozeille,

144 . LE GOVVERNEMENT

fruits cuits ou cruds , orge mondé , prunes , melons , concombres , & d'affaillonner la chair , soit rostie ou bouillie , avec jus d'oranges , citrons , grenades , ou verjus de grain . Et d'autant qu'ils sont gresles , & ont les pores ouverts , il se perd insensiblement beaucoup de leur substance par la transpiration . Araison de quoy ils ont besoin de grande nourriture , & de prendre des viandes qui engendrent bon suc , & n'ont aucune qualité acre , en bonne quantité , trois ou quatre fois le iour . Partant ie les aduise de demander à leur Euesque dispense de ieusner le Caresme . Car ils ne peuvent porter long temps le ieusne , sans engager leur santé . Ie leur donne congé de boire vn peu de vin , mais bien trempé : de s'exercer quelquefois , mais moderément ; & apres avoir bien dormy , de veiller & vacquer à leurs affaires . Et ne pense point en ce faisant deroger à l'ordonnance du diuin Hippocrate qui commande aux complexions chaudes de boire de l'eau , se reposer , & dormir . Car ce passage se doit entendre des complexions extrêmement chaudes , qui sont hors des limites de santé , & non de ceux qui ont abondance de chaleur naturelle . Séblablement quand il ordonne le repos , il veut entendre qu'ils se contregardent des exercices violents , & par le sommeil il veut signifier qu'ils doivent plus dormir que veiller . Les bains d'eau douce , leur sont fort utiles , pour tempérer l'acrimonie de la chaleur , qui leur engendre force exercemens fuligineux . Ils n'ont que faire de se rendre trop subjecls à visiter souuent Dame Venus .

Venus. Car elle les excusera trop volotiers de peur de les mettre en cholere. Si faut-il qu'ils le gardent aussi de se courroucer à tous propos comme ils ont de coustume, & de se passionner si fort pour chose que ce soit: Et de bander par trop leur esprit aux affaires, & de se rompre la teste en longue & profonde meditation.

Comment les melancholites se doivent gouverner.

CHAP. IIV.

CHAQUE humeur dominant au corps Qui sont les melâcholites donne le nô à la complexion. Pour ceste cause ceux sur qui la melancholie a domination, Que c'est que melan- sont appellez melancholites. La melâcholie est vne humeur de nature froide & seche, cholic nature de consistence espoisse, de couleur noire, & aspre au gouft, contenue en la masse sanguinaire, Acquise comme est la lie dans vn tuy de vin. Quâd le sang ou la cholere s'eschauffe par trop au corps, il s'en engendre par adustion vne humeur nommee *atrabilis*, qui ressemble à la melancholique, principalement en consisten^ce & couleur. A rason de quoyn la tient pour vne espece de melancholie, bien qu'elle aye encore de la chaleur, tant pour estre brûlee, que pour auoir esté autresfois de nature chaude. Car le sang qui estoit auparavant bilieux ou autrement temperé, quoy qu'il degenera avec le temps en melancholie, si restât-il tousiours quelque chose de sa premi^{re} nature:

K

Marques pour discer-ner les me-lancholiques. Ceux qui dès leur naissance sont melancho-
lics, ont le corps au toucher froid, dur, rude,
sans poil : les veines & arteres estroites & pe-
tites : la face brune ou noiraстрre, avec vn re-

Les atrabiliaries. gard triste & morne. Mais les atrabilaires, ont
encores les marques du sang ou de la cholere,
qui a premierement regné au corps. Et n'ont
guere de repos d'esprit, à cause des songes &
des visions espouvantables qui leur viennent
en dormant. Or soit que le sang ayt esté dès la
naissance froid & sec, soit qu'il ayt esté au co-
mencement d'un autre temperamēt, & deuen-
nu apres melancholic par adustion, s'il n'est
par trop excessif au corps, il compatit aisēmēt
avec la santé. Et n'en desplaise à ceux qui en

Que la com-plexion me-lancholique est la pl^e ex-cellente de toutes, cōtre l'opiniō vul-gaire. ont escrit autrement, entre toutes les com-
plexions intemperées ie maintiens qu'il n'y
en a point de plus excellente que la melâcho-
lique, quand elle demeure dans les limites de

santé : de sorte que ceux ausquels ceste hu-
meur a dominatio font dignes & capables de
cōmander, & d'auoir charge par deslus les au-
tres. Car les sanguins sont si voluptueux, que
si vous leur mettez des affaires de consequen-
ce en main, ils lairront là tout quād l'humeur
les prendra, pour se donner du plaisir. Les bi-
lieux, jaçoit qu'ils soient habiles gens, si ont-ils
la teste si pleine de vif argent, que la princi-
pale partie requise pour traictter & deliberer
des affaires d'importāce leur manque, qui est
le iugement. Les pituiteux sont si lourdaux,
qu'ils ne se peuuent occuper à autre chose, qu'à
faire ripaille, ayans le dos au feu, & le ventre à
la table. A qui commettrez vous donc les grā-

DE LA FRAMBOISIERE. L.II. 114
 descharges , & les hautes entreprises , finon
 aux melancholics? Aussi ont ils toutes les con-
 ditions requises,pour s'en bien acquitter.

Premierement ils sont pensifs , en quoy ils ^{3. Condition}
 font paroistre leur prudence & discréction , de ^{des malad-}
 ruminer long-tems en leur esprit ce qu'ils ont
 à faire ou à dire, premiérement que riē entre-
 prendre:& d'auoir la patience de rememorer
 le passé,& preuoir l'aduenir , deuant iuger de
 ce qui se présente: & de n'ordonner ny arre-
 ster chose quelconque,qui n'ayt esté aupara-
 vant bien premedité & diligemment examiné,
 considerans exactement toutes les circostan-
 ces,& faisas passer les difficultez quis'y trou-
 vent l'vne apres l'autre par la balance de rai-
 son,au preallable que rendre la sentence defini-
 tive , & donner la derniere resolution. Et en
 cela sont-ils bien plus à louer que les bilieux ,
 qui sont si impatiens qu'ils ne se peuvent occu-
 per long-temps à vne chose,ny enfoncer pro-
 fondément en vne affaire de consequence ;
 tant se plaisent à la varieté des obiects. Vray
 est qu'encores les faut-ils excuser , à cause que
 le corps & les esprits les empeschent de va-
 quer aux négoces où la longueur & le traual
 font necessaires. Car leurs corps débiles ne
 peuvent endurer longues veilles,ni grādes pein-
 es: & leurs esprits sont bien tost exhalez &
 euentez pour la tenueté. Au contraire les me-
 lancholics qui n'ont point esté auparauant
 cholericis,ont le corps plus fort & robuste , &
 les esprits plus fermes & constants, pour estre
 engēdrés d'un sang pl^e gros & plus espais. Car
 comme l'eau de vie qu'on tire par quinte

K ii

148 LE GOVVERNEMENT
 essence de la lie de vin est plus forte , plus ex-
 quise , & a plus de vertu , que celle qu'on ex-
 tract de vin mesme : ainsi les esprits qui pren-
 nent leur naissance d'un sang melancholic ,
 sont plus solides , plus arrestez & permanents ,
 n'estans si tost dissipiez que ceux qui sont issus
 d'un sang bilieux .

2. Secondemēt les melancholies sont taciturnes . Pour laquelle consideration ils se rendēt
 autant dignes des grandes charges , que les
 babillars en sont indignes . Le sage Caton dit
 que celuy là de proximité touche à Dieu , qui
 se fçait taire à propos . Nature aussi a donné à
 l'homme deux aureilles , & vne langue seule-
 mēt , pour luy apprendre qu'il faut beaucoup
 plus escouter que parler : & luy a mis des déts
 à l'entrée de la bouche , & des lèures encores
 par dessus , pour l'aduertir tacitement de ne
 reueler les choses secrètes à personne . Par-
 quoy les melancholics monstrent qu'ils sont
 biē aduisez , de ne declarer leurs secrets à ame
 viuante , de parler peu , & de faire leur charge
 sans bruit .

3. Tiercement ils sont solitaires , tellement
 qu'ils quittent souuentesfois les compagnies
 & tous les plaisirs du monde , pour se retirer
 en quelque lieu à l'escart , & y demeurer seu-
 lets ; à fin qu'ayans l'esprit libre & non distract
 d'ailleurs , ils puissent penser attentiuement à
 leurs affaires , & y donner bon ordre , aymans
 mieux de vaquer à bon escient aux choses se-
 rieuses , & de s'occuper aux profondes medi-
 tations , que de s'amuseraux delices .

4. Ils paroissent tristes en compagnie , à cause

DE LA FRAMBOISTERE. L. II. 149
 qu'ils ne prennent point de plaisir ny à joüer,
 ny à tire, ny à baguenauder, ny à follastrer, ny
 à passer inutilement le temps à choses vaines
 & friuoles. Et neantmoins ils viuent les plus
 contens du monde, quand ils sont en lieu où
 ils peuvent donner carriere à leurs esprits. Car
 ils nont point de plus grande resiouyssance,
 que de gouerner leur pensee, & vaquer aux
 affaires serieuses. Or est-il bien seant à toutes
 gens d'autorité & de qualité honorable, d'a-
 uoir vne contenance graue, & vne mine seue-
 re, pour paroistre majestatis. Cela les fait plus
 respecter: Au contraire ceux qui ont vn visage
 riant, comme ils se rendent familiers à cha-
 cun, aussi faict-on bien tost du pair à compa-
 gnon en leur endroit, & deviennent par ce
 moyen contemprables.

Ils sont craintifs, quand ils prenoient du dâ-
 ger, dautant qu'ils ne veulent point temera-
 rtement hazarder leur vie, ny engager leur hô-
 neur, ny faire courir fortune à leur biens. Qui
 est cause qu'ils n'entrepprennent rien à la vo-
 lee, ny mal à propos, & ne font choses qui ne
 soient assuriez d'en auoir bonne issuë, & se
 gardent d'offenser autruy, de peur d'acquerir
 des ennemis.

Ils sont soupçonneux, pource qu'en consi-
 derant diligemment toutes les circonstances
 l'une apres l'autre, ils apperçoivent en fin par
 conjecture, quand il y a quelque apparéce de
 ce qui doubtet, qui leur en faict aussi tost im-
 primer vne opinion, biē souuent proffitable.
 Car ils donnent ordre de là en quant que beau-
 coup de choses qui pourroient arriuer à leur

K iij

6.

158 LE GOVVERNEMENT
 deshonneur ou de triment , n'aduiennent
 point par leur preuoyance.Ils sont aussi desfi-
 ans,pour ce qu'ils voient tous les iours le mo-
 de si depraué & corrompu, & si trompeut &
 desloyal ,qu'ils ont bien raison de ne se point
 fier à aucune personne,que sur bon gage. Et
 par là recognoist-on qu'encores qu'ils soient
 simples comme les colombes,qu'ils sont aussi
 fins que les serpens,pour ne se point laisser pi-
 per s'ils peuvent. Aristote a remarqué que les
 abeilles & autres bestes qui n'ot point de sang,
 sont plus aduisees que beaucoup qui en ont:
 & qu'ètre les animaux qui ont du sang, ceux
 qui l'ont froid & sec(comme les gens melan-
 choliques) sont plus prudens que les autres.

7. Les melancholics sont aussi fermes & sta-
 bles en leur opinion , promesse , parole & a-
 ction,que les bilieux sont variables & incon-
 stans,d'autant qu'ils n'ont rien arresté en leur
 esprits,ny rien promis,ny rien dit,ny rien fait,
 sans y auoir bien pensé au parauant. Pour ce-
 ste cause ils sont inexorables , car ayans fait
 passer & repasser yn cas par l'alembic de la
 raison,vous les auez beau prescher du cōtrai-
 re,ils ne changeront iamais ce qu'ils ont adui-
 sé & resoult , ains demeureront opiniastres
 en ce qu'ils ont conclud,tout au rebours des
 bilieux qui deliberent,disent , & font toute
 chose à la volee , & incontinent apres retrai-
 etent ce qu'ils ont opiné,dit ou fait, tournans
 à tous vents,comme vne gyrouête.

8. Les melâcholics sont autat tardifs à se cour-
 roucer ,qu'ils sont difficiles à s'appaiser estans
 vne fois couroucez. Vray est que ceux qui

DE LA FRAMBOISIERE, L. II. 151

ont esté autrefois bilieux, ont encores des boutades cholériques, ressentans leur premier feu, quoy que la cholere soit entieremēt chā-gee en bile noire. Mais les autres ne sōt point subiects à prendre la mouche pour vne lege-
re occasion, preuoyans tousiours l'inconue-
nient qui en peut aduenir. Toutesfois com-
me ils endurent tout ce qui se peut, auant que
de se mettre en cholere, aussi quād ils sōt cho-
lerez, sont-ils implacables, & n'est pas aisē a-
lors d'esteindre leur fureur, à cause qu'ils ont
long téps aduisé de sang froid, devant se fal-
cher, s'ils auoient raison de ce faire, & cōme
ils ont trouué qu'ouy, vous ne les pouuez fai-
re entrer facilement en reconciliation.

Ils sont ordinairement bons mesnagers, &
ne despensent point leurs biēs mal à propos.
Et par là cognoist-on qu'ils sont autāt dignes
des gran̄es charges, que les mauvais meſna-
gers en sont indignes. Car ceux qui ne ſçauent
gouerner leur maison, cōme s'acquitteront-
ils d'vne charge publique? Ceux qui prodi-
guent ce qu'ils ont, & fe ruinent à credit, quel
bien pourroient-ils faire à la Republique? S'ils
ne ſe ſoucient point de leurs domestics, ny de
leur proffit propre, pensez vous qu'ils auront
ſoing du commun?

Les melâcholics sōt magnanimes. Car ils ont
le cœur grād, biē assis, & leur hōneur en recō-
mandation sur toutes choses. Tellement que
ſ'ils s'addonnēt aux armes, ils font par strata-
gements subtils, & faictz heroïcs tant de fois
preue de leur prudēce & valleur, qu'ils font
recogneus capables de cōduire gēs de guerre,

K iij

9.

10.

152 LE GOUVERNEMENT

& ont commandement sur eux ; où ils se comportent si bien , qu'on leur commet incontinent apres quelque charge plus grande , & s'auantent ainsi de grade en grade , iusques à ce qu'ils sont parvenus à la plus haute dignité , que gens de leur profession pourroient obtenir . Et sont si curieux de conseruer & augmenter leur reputation , que si d'aventure on leur fait quelque affront , ils temporiseront tant qu'ils trouueront en fin l'opportunité d'en avoir la raison . Et ceux qui dès leur ieunesse s'appliquent aux lettres , à force d'estudier iours & nuictz surpassent en fin tous leurs compagnons en scauoir . Et font durant le cours de leurs estudes par disputes , escrits , & autres moyens apparoître de leur suffisance , en sorte qu'ils imprimēt à chacun vne certaine opinion de leur doctrine . Et apres auoir acquis vne bōne reputation en la theorie de l'art duquel ils pretendent faite profession , ils s'aduancēt si bié à la pratique , qu'ils se rendent avec le tēps des premiers de leur robe . Voyla pourquoy les melancholiques bien nourris sont plus propres que les autres , à gouuerner les républiques , à manier les affaires d'estat , à administrer les charges Ecclesiastiques , à exercer la Justice , & à pratiquer la medecine .

En quey les melancholiques sont admirables. Or ce qui se trouve plus admirable en eux , c'est que quand les vapeurs de ceste humeur eschauffee parmy le sang viennent à monter au cerveau , les voila aussi tost ravis en contemplation , & comme transportez & poussez d'une fureur diuine qu'on appelle *enthousiasme* , les vns à philosopher , les autres à poëtiser ,

DE LA FRAMBOISTERE. L. II. 153

aucuns à prophétiser, ou profondément méditer chose sainte : tellement qu'il semble à voir qu'ils soient inspirés du saint Esprit à ce faire. Aussi sont-ils en cela vrayement imitateurs de Dieu, qui est tout exprès nommé en Grec, *Theos*, pour estre continuellement en théorie, qui vaut autant à dire comme contemplation. On apperçoit par là l'ignorance du vulgaire qui taxe par derision les Melancholiques de faire des chasteaux en Espagne, de phantasier des chimères en l'air, & de composer des Almanachs, quand ils s'occupent longement à mediter & discourir en leur esprit de quelque autre matière. Car par ce moyen là ils s'approchent de la diuinité, & s'éloignent de la brutalité. Puis donc que les hommes sont distingués des bestes par l'usage de raison, tant plus ils emploient de temps à ratiociner, tant plus en doit-on faire estime.

Mais comme l'humeur melancholique bien proportionnée produit des esprits angeliques: ainsi lors qu'elle est par trop excessiue, fait-elle les hommes hebetez, fols, & sans entendement, cōme bestes brutes, sujets aux hemorroides, varices, fièvre quarte, scirphe & mal de rate. Et quand l'*Atrabilis* abonde outre mesure, elle les rend malins, enragez & furieux, comme demoniacles, subiects aux chancre, lepre, morphée, rongne, gratelle, crousteuse, & autres plusieurs accidens. Parquoy pour la santé tant du corps que de l'esprit, il faut donner ordre que la melancholie soit primitive, soit consécutive, n'outrepasse point les bornes de mediocrité. Pour ce faire les melancholiques aduise-

Effets de
l'humeur
melancholi-
que excessi-
ue au corps.

154 LE GOUVERNEMENT
ront d'obseruer soigneusement le regime qui
s'ensuit:

Regime de
viure des
melancho-
liques.

Premierement ils choisiront vn air qui soit
teperé en ses qualitez actiues , & aux passiues
humide, au surplus subtil, clair, lucide & pur,
& fuiront l'air grossier , obscur, tenebreux &
puant:& feront souuent parfumer leur cham-
bre avec des fleurs d'orenges , escorces de ci-
trons, & autres odeurs agreables. Pour le re-
gard des viandes,toutes celles qui sont grossie-
res,visqueuses,venteuses,melancholiques , &
de difficile digestion, leur nuisent infinitement.
Ils mangeront du pain de pur froment , purgé
de son, qui soit bien pestri. Les chairs les plus
jeunes sont les meilleures , entre-autres celles
de veau,chéreau,mouton,poullets , perdrix:
mais les vieilles & qui ont vn gros suc, comme
celles de bœuf,pourceau , liéure , des oyseaux
de riuiere,& de toutes bestes sauvages , cōme
sangliers,cerfs,sont du tout contraires. Entre
les poissons ceux qui se tiennent dans les eaux
bien claires & coulantes sont bons. Mais
ceux des estangs , & ceux de la mer , qui ont la
chair grossiere & melancholique , comme les
tons,dauphins,baleine , & tous ceux qui ont
escaille , & ceux qui sont salez , ne leur valent
rien. Les œufs frais,mollets & pochez,auec jus
de vinette , ou verjus sont tres-bons. L'ysage
des boüillons est necessaire pour humecter
cest'e humeur qui est seche. On mettra ordi-
nairement dans leurs potages de la bourrache,
bucluse,pimpernelle , endive , cichorée , du
houblon:mais qu'on le garde bien d'y mettre

DE LA FRAMBOISIERE.

155

des choux, des blettes, de la roquette, du nasturt, des nauzeaux, pourteaux, & des herbes trop ameres & trop piquantes. Les orges moidez, & laictz d'amandes leur sont fort propres, pour enuoyer des vapeurs douces au cerueau, à fin de les faire mieus reposer de nuit. Ils s'abstiendront de touslegumes, comme pois, feues & lentilles. Quant aux fruitz, nous permettons les prunes, poires, grenades douces, amandes, raisins, pignons, citrons, melons, & sur tout les pommes qui ont vne merueilleuse propriete pour l'humeur melancholique: mais nous defendons les figues seches, les mesles, sorbes, noix, chataignes, & le vieil fromage. Pour le boire ordinaire, le vin blanc ou clairet, qui n'est ny doux, ny trop gros, mediocrement trempé, est fort bon. Car levin (comme dit le Sage) refioiit le cœur de l'homme. Le cidre en Esté ne leur est point mauuais. Apres auoir longuement bandé leurs esprits aux affaires serieuses, ils ont besoin de leur döner relasche, leur accorder tréue pour quelque tēps, d'exercer moderément le corps pour resueiller la chaleur naturelle assopie, & de s'egayer avec ccompagnie ioyeuse, es lieux plafans & delicieus, comme bois, prairies, iardins, vergers, où il y ait plusieurs fontaines, ou quelque riuiere: & de se recreer souuent à la melodie de la musique, ou au son harmonieus des instrumens. Les veilles leur sont fort nuisibles. Partant tascheront par tous les artifices qu'ils pourront, à bien dormir. Et qu'ils n'entreprendront pas de faire ordinairement l'amoureuse accolade à Venus. Ce leur est assez de la

156 LE GOVVERNEMENT
 feruir par fois , quand l'occasion se presente.
 Aussi ne s'en doit-elle formaliser, attēdu qu'ils
 ont beaucoup d'autres affaires à manier. Au
 surplus qu'ils aient tousiours la porte de der-
 riere libre, pour faire passage aux excremens.

Comment les phlegmatics se doivent gouverner.

C H A P. V.

**Signes pour
remarquer
les phleg-
matics.**

Les phlegmatics (qu'on appelle autrement pituiteux) ont la couleur blanche , quelquefois liuide, la face bouffie , & toute la masse du corps grosse & graffe , mollasse , froide au toucher, nullement velue , les veines & arteres estroites & obscures, le pouls petit & lent , le poil blac , l'esprit lourd, grossier & stupide. De sorte qu'ils sont lasches, paresseux, faineas, pensans, tardifs aux actions, craintifs, pusillanimes, endormis, & songent souuent qu'il pleut ou neige, ou qu'ils nagent ou se noyent, ils mouchent beaucoup, & crachent grande quantité de salive, & vomissent force aquositez, & sont forts subiects aux rheumes & catarrhes, cruditez d'estomac , coliques, hydropisies, fiéures quotidianes, œdemes, & à beaucoup d'autres accidens quis engendrent de phlegme.

**Régime de
viure propre
aux phleg-
matics.**

Pour corriger leur intemperature froide & humide, & coupper chemin aux maladies qui prouienent d'humeur pituiteuse par trop abondante, ils ont besoin d'vsier d'une maniere de viure chaude & seche. Qu'ils choisissent donc vn air chaud, toutefois moderément parce que le trop chaud fondant les humeurs du cerneau, les fait découler par tout, ainsi que le froid en les pressant: qui soit aussi sec: & source

DE LA FRAMBOISIERE.

157

feroit biē d'habiter aux lieux haut esleuez, & éloignez des riuieres. Et si le téps est froid & humide , il faut demeurer en la maison , auprés dvn bon feu, & fuir les vents Meridionaux & Septentrionaux,d'autat que ceux-là remplissent trop, & ceux-cy pressent. Pour le regard des viandes , les chaudes & seches leur sont propres: au contraire celles qui sont froides & humides,grosses , venteuses , pleines d'excremens,& difficiles à digerer leur sont nuisibles. Le pain doit estre de bon fromēt & fort cuict, où il y ait vn peu de son & du sel. A la fin du repas ils pourront manger du biscuit , auquel on mettra vn peu d'anis & de fenoüil. La chair rostie leur est beaucoup meilleure que boüillie. Nous approuuons l'vsage des chappons, pigeons,perdrix,leuraux,chéureaux,phaisans, cailles, & tous oyseaux de montagne:& defendons l'vsage des oyseaux de riuiere , des pourceaux,aigneaux, brebis & ieunes veaux. Les bouillons & potages ne leur valent rien. Les poisssons leur sont extremément contraires, comme aussi le laictage, & toute sorte de legumes.Pour les herbages,la saulge,menthe,marjolaine,l'hysope,le thim , rosmarin, fenoüil & autres semblables sont recommandées. Et la laictuë,le pourpied, l'ozeille, & toutes autres herbes froides & humides sont deffenduës. Pareillement tous fructs qui abôdent en humidité,comme pommes,prunes,melons,combres,meures. Ils pourrōt vser de ceux qui ont vertu de secher,comme pignôs, pistaches, noisettes,amandes,poires,coings,figues,raisins secx,mesles,sorbes,& ce apres le repas. La

158 Dv GOVVERNEMENT

quantité & variété des viâdes les offense fort; pource qu'elle engendre tout plein de cruditez. Partant se doivent lever ordinairement de table avec appetit, sans se saouler, & se conten ter d'une sorte de viande, qui soit bonne, & n'en prendre jamais de nouvelle, que la première ne soit bien digérée dans l'estomac. Ils feront leur boisson ordinaire d'un vin bien meur, & petit, qui ne soit ny doux, ny piquant. Les vins muscats, l'hypocras, & tous ceux qui ont semblable force, gaignent quant-&-quant le haut, & remplissent le cerveau de vapeurs. Qu'ils se gardent de boire aussi tôt qu'on se met à table, & lors qu'on se va coucher: & de s'amuser incontinent apres le repas à la lecture, ou à l'escriture, ou à quelque profonde meditation, pource que cela destourneroit la chaleur naturelle, qui doit estre du tout occupée à la digestion. Mais quelque temps apres, l'exercice tant du corps que de l'esprit leur est fort profitable. Il est bon aussi de se bien peigner le matin, & frotter la teste, le col, les bras & les cuisses: de moucher, cracher, & se purger de tous les excremens naturels, puis de se pourmener en la chambre. Le dormir excessif leur nuit fort. Car il rend le corps pesant, & retient les excremens au dedans. Il suffira de dormir la nuict six ou sept heures, sans dormir aucunement de iour. Pendant ce temps qu'ils ayent la teste & les pieds bien couverts. Le frequent visage de venus, leur est ennemy, pource qu'il dissipe la chaleur naturelle, & refroidit le corps par trop. Entre les passions de l'ame, la cholere ne leur est pas si contraire qu'aux autres.



LE
GOVVERNEMENT
DES DAMES.

A
TRES-HAVTE ET TRES-
ILLVSTRE PRINCESSE,
MADAME CATHERINE DE
LORRAINE, Duchesse
de Neuers.

MADAME,

Ie ferois vn grand tort à ce
mien Liure, si ie l'addressois
à autre qu'à vous. Puis qu'il
traicté du gouuernement des Dames, ie ne le
deuois, ny pouuois mieux dédier qu'à celle de
laquelle i'espere anoir cest honneur de gou-
uerner la santé. Car outre ce que pour m'ac-
quitter du deu de ma charge, en vostre en-
droict, ie suis obligé de m'employer en tout
ce qui concerne vostre service : ie n'eusse

peu trouuer Princesse, qui pour ses merites
fust plus digne de ce prefent que vous. Par-
tant ie vous supplie tres-humblement , de le
receuoir d'außi bon œil , que de bon cœur il
vous est offert , comme gage du fidele ser-
vice , que vous desire rendre perpetuelle-
ment,

M A D A M E ,

Vostre tres-humble seruiteur , & Me-
decin LA FRAMBOISIERE.



L E
TROISIESME LIVRE
DV GOVVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

*Comment les Dames se doivent gouverner en leur
viare, pour conseruer leur beauté.*

CHAPITRE I.

POVR gratifier aux Dames, ic^e Proie & de
traicteray premierement de la l'auteur,
conseruation de leur beauté,
puis ie monstraray comment
elles se doivent comporter en
leur grossesse, & durant leur couche, & ce
qu'elles ont à faire de là en auant. La beauté En quoy gît la beauté.
des personnes depend non seulement de la iu-
ste proportion des membres, mais aussi de la
bonne température du corps. Car bien que les Cause de-
membres soient tous exactement compassez, la beauté.
si est-ce que s'il y a quelque intemperature,
elle gaste le teint, fait perdre le lustre, oste la
grace, & efface toute la beauté du cuir.

Pattant les Dames qui desirent conseruer Regime des
leur beauté, doivent choisir vn air tempéré, Dames.
pour faire leur demeure ordinaire. Selection Car l'air de l'ain.

L

LE GOVVERNEMENT
 trop chaud halle le visage, le trop froid le ten-
 nit, le trop humide le rend bouffi, & le trop
 secle fait ridé. Elles se doivent contregarder
 des rayons du Soleil, du serain, & des vents tant
 Meridionaux que Septentrionaux. L'usage des
 masques leur est fort utile contre l'injure du
 temps. Et quand l'air est bien tempéré, le mas-
 que est encore bien saut aux laides, pour cou-
 urir leur disformité, mais non pas aux belles.
 Car il ne sert plus alors qu'à cacher leur beau-
 té, laquelle elles peuvent faire paroître à cha-
 cun, sans en recevoir aucune incommodité.
 Elles doivent tousiours porter des couleurs
 agreeables à l'œil. Le vert, le bleu & le violet
 ressoufflent la veue. Parquoy ne font pas mal
 d'orner leurs doigts, & enrichir leurs veste-
 mens de belles pierres précieuses, comme sa-
 phir, esmeraude, rubis & diamans.

Les viandes. Elles se doivent nourrir de viandes delicates,
 bien temperées, & non abondantes en excre-
 mens, à fin d'engendrer un sang pur & exempt
 de superfluitez, qui leur donne une couleur
 viue, & face le teint frais, par le moyen de ses
 douces vapeurs, & rende les ioues vermeilles,
 & la face claire, en esmaillant interieurement
 de rouge le cuir qui est naturellement blanc.
 Il se faut abstenir des viandes extrémement
 chaudes & sèches, pource qu'elles engendrent
 abundance d'humeur bilieuse, qui rend le vi-
 sage palle & jaunâtre, & de celles qui sont ex-
 cessiuement froides & sèches, pource qu'elles
 rendent le cuir obscur & blaflart, par le moyen
 des humeurs melancholiques qu'elles en-
 gendent. Particulièrement des viandes fort froides

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 163
 & humides, pour ce qu'elles font le visage esblâré & bouffi, pour la quantité d'humeur phlegmatique qu'elles engendrent. Par conséquent toutes viandes grossières, visqueuses, ventueuses, & qui peuvent oppiler, ne leur valent rien. Leur pain doit estre de pur froument, bien leué, un peu salé, & cuit d'un iour ou deux. La chair de mouton, vœau, chéreau, leuraux, lapreaux, poulets, pigeonneaux, pér dreaux, phaisans, cailles, tourterelles, alouettes, & tous oiseaux de montagnes, leur est bonne. Mais la chair de porc, de bœuf, de cerf, liéure, & des oiseaux de riuiere, ne leur est pas propre. Le poisson ne leur est guere bon, pour ce qu'il est phlegmatic. Toutesfois la Sole, la Truite & autres pareils poissons nourris en eau courâte, sabloneuse ou pierreuse, ne leur sont pas mauvais. Les œufs frais leur sont fort bons. La pâtisserie, les poïs, les fœues, les ails, les oignons, les fortes espices leur nuisent infiniment. Il leur est permis de manger en esté quelque peu de fruits, quelquesfois de la salade, quelquesfois de la cressme nouuelle, ou du fromage de cressme, ou quelques autres choses rafraîchissantes. Quant au boire, l'eau froide leur est extrêmement nuisible, si elle n'est boüillie. L'eau d'orge leur est bien meilleure. Un petit vin de licat bien trempé d'eau, leur est conuenable. Le julep Alexandrin leur est bon en Esté entre les repas.

Au dormir & veiller faut garder une mediocrité. Car le trop dormir engendre superflitez d'humeurs, qui rendent le corps pesant, les sens stupides, les yeux chassieux, & le visage

L. ij

164. LE GOVERNEMENT
bouffi. Le trop veiller desfleche la personne,
fait multiplier la cholere, & donne mauaise
couleur. Il est permis aux Dames de dormir
vne heure dauantage que les hommes, pour
ce qu'elles font de leur nature plus humides.
A elles seules appartient de faire tous les iours
honneur au Soleil.

L'exercice. L'exercice moderé leur est merueilleusement
profitable. Car il augmente la chaleur na-
turelle, & pour ceste cause il resueille l'appetit,
ayde la digestion, desoppile les conduits,
chasse les excremens, dissipe les humiditez su-
perfluës, purifie le sang, & par ce moyen fait
le teint vif, & donne bonne couleur. Entre au-
tres exercices la danse leur est singulierement
propre: D'autant qu'elles ont le cerveau fort
humide. Elles se doiuent tous les matins soi-
gneusement faire frotter la teste avec espon-
ges ou sachets artificiels, puis se bien peigner,
& se moucher.

Les bains. Les bains chauds, comme sont
ceux de Plombiers, donnent bonne cou-
leur, pour ce qu'ils ouurent les pores, & atti-
rent le sang & les esprits du dedans au dehors.

Les excre-
mens. L'euation des excremens ne leur est pas
seulement utiles, ains necessaires. Parquoy ferot
bien de solliciter le ventre par clystères laxa-
tifs, si tost qu'il sera tant soit peu paresseux.
Quand elles n'ont point leur flux menstrual,
il est besoin de le prouoquer avec vn regime
aperitif. Elles prendront au matin durant le
temps qu'elles le doiuent auoir, vn purée de
pois ciche avec racines de persil, & vn peu de
canelle & de saffran. Le vin blanc leur est
conuenable alors, comme est aussi l'hydromel

D E L A F R A M B O I S I E R E . L . III . 163
 vineux. La compagnie de leurs matis est bien requise tandis. Si la maniere de viure ne suffit pour esmouvoir leur purgation naturelle , il faut oster la cause de la suppression des mois, par saignées, potions, pilules , syrops, apo-
 mes , suffumigations , bains , fomentations, frictions, ligatures, applications de ventouses, pessaires, & autres pareils remedes, qui doiuēt estre ordonnez à propos par quelque docte Medecin.

Il faut aussi que les Dames pour entretenir Passions ^{de} _{l'amo.}
 leur beauté, evitent toutes les passions de l'a-
 me , comme la cholere , la peur , la tristesse , &
 qu'elles appliquent leurs esprits à chanter la
 musique, sonner des instrumens , & autres cho-
 ses plaisantes , à fin de les resouvir , & les teni-
 tousiours en gaye humeur.

Remedes propres pour embellir la face.

C H A P . II .

L E s eaux distillées des fleurs de lis , de ne- ^{Eaux distill.}
nuphar, de féues, de bouillon , de *primula* ^{lées.}
veris , des semences de concombre & de mel-
 lon, des racines de parelle, de pied de veau , de
 serpentine , du signet de Salomon , de coule-
 urée, de glayeux, des aubins d'œufs , & des es-
 cargots, chacune à part , & meslées ensemble,
 sont propres pour nettoyer , désirider & polir
 la face , & la rendre beaucoup plus belle , plus
 claire , & plusluisante.

L'eau du jus de limons distilée par l'alembic
 de verre au bain marie, est singuliere, tant pour

L . iij

166 LE GOVVERNEMENT
bien polir la peau , que pour nettoyer les tâches,& effacer les bourgeons du visage , à fin de le rendre beau & net.

L'eau distillée des pommes de pin toutes vertes efface aussi les rides du visage.

L'eau de terebenthine distillée nettoye parfaitement les lentilles , & bourgeons de la face.

Si vous desirez faire vne eau excellente pour embellir la face;

Prenez vn melon couppé en pieces , vne poignée de racines de pied de veau , & de couleurée , demie liure de jus de limons , & vne liure de lait de chéure , mettez tout dans vn alembic de verre , & le faites distiller au bain marie. Gardez curieusement l'eau qui en sort , pour en lauer tous les matins le visage. Ou bien;

Prenez deux ou trois poignées de fleurs de primula veris avec vne poignée ou deux des racines du signet de Salomon , & les faites tremper dans du vin blanc , avec du suc de limons , puis les distillez à l'alembic , comme dessus. Ou bien,

Prenez demie douzaine de citrons , & les hachez en pieces , & les infusez dedans vne pinte de lait de vache , avec vne once de sucre blanc , & autant d'alum de roche , & distillez tout au bain marie. Mettez tous les jours au soir en vous couchant linges imbus de cette liqueur sur la face pour tenir le teint frais & beau. Ou bien,

Prenez deux liures de mie de pain blanc , des roses blanches , des fleurs de lis , de nenuphar

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 167
 & de féues , de chacune vne poignée , demie douzaine d'œufs , vne liure de lait de chéure , distillez tout à l'alembic de verre . De ceste eau lauez-vous en la face .

On fait aussi vn fard de phasiols , qui rend le visage tres-net , tres-delicat , & tres poly , comme s'ensuit : On prend de phasiols blancs , de mie de pain de froument tres-blanc , de chacune vne liure , vne courge longue , tendre , verte , taillée en pieces , & met-on le tout ensemble tremper vne nuit en lait de chéure . Puis on y adioulte cinq onces de graine de melons broyée dans vn mortier de pierre , trois onces de noyaux de pesches pilez de mesme , & demie liure de pignons pelez , & pareillement pilez : puis on y met vn pigeonneau coupé en pieces avec ses plumes , apres auoir seulement ietté hors les intestins . On mesle tout cela ensemble dans vn vaisseau de verre propre pour en distiller au bain marie de l'eau , laquelle on garde soigneusement pour s'en lauer le visage .

Pour faire vne distillation souveraine contre les lentilles & toutes autres taches , aspettes & pustules de la face :

Prenez d'eau de racines de parelle & de melon , de chacune deux liures , dix œufs d'arondele , de sel nigré demie once , de tartre blanc deux onces . Apres auoir pilé ce qu'il faut piler , mettez tout ensemble dedans vn alembic de verre , & en tirez l'eau , pour vous en lauer le visage . Ou bien ,

Prenez vne liure de tartre bien calciné , ou

L. iiiij

tant brûlé qu'il deuienne blanc , mastic & gomme de tragacant de chacune vne once & demie, trois dragmes de camphre , & quatre aubins d'œufs meslez & agitez en eau rose , & les faites distiller , & gardez l'eau pour lauer le visage.

ggcs.

Le suc de scabieus avec pouldre de borras , & vn peu de camphre , nettoye pareillement les lentilles , gratielles & bourgeons du visage , & autres infections de la peau.

Le vin qu'on tire des fraises adoucit les aspretez , & guarit les escorcheures du visage , & efface les bourgeons .

Decoction.

La decoction des fleurs de rosmarin boüillies en vin blanc est bonne pour lauer & desridier le visage .

La decoction de la petite centaure a vertu de nettoyer les lentilles & bourgeons de la face , & autres infections du cuir .

Aussi a la fescive des cendres de coquilles d'escargots .

Huiles.

L'huile de ben nettoye pareillement les lentilles , pustules , cicatrices noirs , & autres taches du visage .

L'huile d'amandes meslée avec du miel , racines de lis , cire ou cérot rosat efface les taches , rides & aspretez du visage .

L'huile de myrthe a vertu d'effacer les cicatrices , & d'oster les rides du visage . Pour le preparer on fait cuire des œufs de poule iusques à ce qu'ils soient durs . On les coupe du long en deux parties égales , les moyeux oster , on les remplit de pouldre de myrthe , & les

DE LA FRAMBOISIERE, L. III. 169
 met on en lieu humide iusques à ce que la myrrhe soit fonduë en huile.

L'huile qu'on tire des moyeux d'œufs long temps fricassez est singulier aux astreitez du cuir, il guarit la grattelle & demangeaison du visage, les fentes des lèvres & des mains.

Si vous auez envie de faire vn liniment bien ^{Liniment.} experimenter pour effacer les cicatrices & taches du visage:

Prenez trois onces d'huile de tartre, vne once de mucilage de semence de psyllium, vne once & demie de ceruse dissoute en huile rosee, vne dragine de borras, & autant de sel gemme.

Le camphre & le borras meslé avec du miel, rend la peau du visage beaucoup plus claire & nette, si on l'en frotte souuent.

Si vous voulez auoir vn remede excellent pour effacer la rougeur du visage, accompagnée de force bourgeons:

Pilez vne once de camphre avec autant de souffre, myrrhe, encens, de chacun demie once, d'eau rose vne liure, mettez le tout dans vn vase de verre, & le tenez dix iours au Soleil.

L'onguent citrin est singulier pour guarir ^{Vnguent.} les pustules, grattelles, lentilles, & autres taches du visage.

On le sert de pommeade aux escorcheures de la peau, aux bubes, & aux fentes des lèvres, des narines, des mammelles & des mains, adoucies tant de froid, que d'humeur acre.

De la moelle de mouton il se fait vn fard fort ^{Graisse.} excellent, lequel adoucit la face, & la rend fort claire.

La façon de l'extraire est de prendre les os qui auront esté séparés de leur chair par ébullition, puis les concasser, & les faire de temps en temps bouillir longuement dans l'eau nette. Quand elle sera refroidie, vo^o amasserez la graisse qui nage au dessus, & d'icelle vous en frotterez le visage au soir.

Lemoyen de rendre la face à la couleur rouge et vermeille. Apres avoir nettoyé, poli & blanchy le visage, restez à l'heure bailler la couleur rouge & vermeille, au milieu des joues & des lèvres, à fin que le rouge estant ainsi meslé avec le blanc, représente la face au vif & au naturel.

Pour ce faire, vous dissoudrez rasure de bresil & orcanette en eau alumineuse, de laquelle vous en frotterez la pommette des joues & les lèvres, ou bien userez du rouge d'Espagne. Ou bien :

Prenez sandal rouge broyé bien delié, & le mettez dans du fort vinaigre distillé par deux fois, & le faites bouillir ensemble, y adoucissant un petit d'alum de roche, avec tant soit peu de musc, ciuette ou ambre gris, si vous le souhaitez.

Comment il se faut gouverner, pour conserver particulièrement la beauté des dents.

CHAP. III.

En quoy cest la belleur des dents. Pour avoir les dents belles, il faut qu'elles soient blanches, polies, fermes & bien encharnées. Pour conserver donc leur beauté, on doit soigneusement éviter tout ce qui les

peut noircir, rouiller, esbranler & descharner.

L'air froid, comme a remarqué Hippocrate, est ennemy des dents. Toutes viandes cruës, visqueuses, grasses, douces, acerbes, dures, & qui sont actuellement froides, ou excessivement chaudes, nuisent infiniment aux dents. Car les crues envoient plusieurs vapeurs qu'elles noircissent & rouillent: Les visqueuses, grasses, & douces laissent beaucoup d'ordure: & les acerbes les agacent, & font une stupeur à cause de leur aspreté & cingalité, les dures les esbranlent fort, les trop froides ou trop chandes les offensent aussi par leur intemperature.

Il faut user de chairs qui ayent bon suc, & qui se digèrent fort aisément. Car pour avoir belles dents, on doit sur tout avoir soing de l'estomac. Les chairs de pourceaux & d'aigneaux, & toutes friitures, leur sont extrêmement contraires, comme est aussi l'usage ordinaire des fruits qui sont trop humides. Les anciens remarquent que les porceaux gastrent du tout les dents & les gencives. Les bouilliots par trop chauds, comme toutes autres viandes extrêmement chaudes les gastrent aussi. Le laitage, le fromage, la patisserie, les tartres, les légumes pareillement les gastrent. Le sucre sur toutes choses les noircit.

Il faut manger la viande des deux costez également, pource qu'en machat d'un costé seulement, les dens oyssues se corrompent.

Il faut boire le vin bien trempé, & qu'il ne soit point doux, ny trop froid. On doit estre soigneux de tenir les dents bien nettes apres

Regime pour la coûterue.

172 **LE GOVVERNEMENT**

le repas, & pource les curendts de lentisque, de meurte, de rosmarin, de cyprés, & d'autres bois qui ont quelque astiction, sont trespres. Il ne les faut pas nettoyer avec le couteau, ny avec vne éspingle, ny avec del'or ou de l'argent, comme font plusieurs, pource que cela lasche les ligaméts. Il ne faut pas aussi trop longuement y fouiller, principalement quand on est subiect aux defluxions. Apres auoir bien nettoyé les dens, on les pourra lauer avec vn peu de vin trempé.

*Remedes propres pour blanchir, polir, affermir
& encharner les dents.*

CHAP. III.

Dentifrices
en poudres.

La pierre ponce, le sel, l'alun, le crystal, le corail, les coques d'œufs, les coquilles d'escargots, & d'escrueusses, l'os de seiche, la corne de cerf, la myrrhe, l'encens & tous autres medicamens dessicatifs & détersifs, sont recommandez pour blanchir & polir les dents. On les reduit en pouldre, & quelques-fois en cendre, & en fait des dentifrices, en y adioustant quelques aromatiques, comme cannelle, girofle, muscade, pour donner odeur aux autres ingrediens.

Si vous desirez de faire vne pouldre exquise, pour blanchir & nettoyer les dents;

Prenez du cristal pur vne drame & demie, du corail blanc & rouge, du sel commun de chacun vne drame, de pierre ponce & d'os

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 173

de seiche de chacun deux scrupules , du marbre bien blanc , d'albastre , d'alum de roche , de racine d'itis de Florence , de graine d'escarlate & de canelle de chacune demie dragme , de perles bien preparees vn scrupule , de bon musc dix grains , mettez tout cela en pouldre bien subtile , & en frottez les dens tous les matins . Et les lauez apres avec du vin blanc . Ou bien ;

Prenez de la pierre ponce & du sel brusté de chacun trois dragmes , du jonc odorant deux dragmes , de poyure vne dragme & demie , mettez tout cela en poudre , & en frottez les dens .

Si les dents sont fort noires & limoneuses ;

Prenez de la farine d'orge & du sel commun , de chacun deux dragmes , meslez cela avec du miel , & en faites vne pастe , laquelle mettrez sur du papier secher au four . Puis adjoustez des canctes bruslez , de pierre ponce , de coques d'œufs , d'alum , de chacun deux dragmes , d'escorce de citron vne dragme . Apres auoir redige tout en pouldre , frottez en les dents .

Les racines de guimauves bien preparees nettoient & blanchissent fort les dents . La facon de les preparer est telle .

Prenez racines de guimauves bien nettes , coupez les en plusieurs pieces allez longuettes , & les faites bouillir dans de l'eau avec du sel , de l'alum & vn peu d'iris de Florēce . Apres faites les bien secher au Soleil , ou au four , & en frottez les dents .

Des pouldres fusdites vous en pouuez opier .

174 LE GOVVERNEMENT

Eau de Rillice. faire opiate, en y adioustant du miel.

Si voulez faire vne eau distilee, pour blanchir les dêts, & nettoyer les gencives pourries:

Prenez souffre vif, alum, sel gemme, de chaque un vne liute, de vinaigre quatre once, tirez en l'eau avec vne cornue à feu lent.

L'esprit de vitreal meslé avec vn peu d'eau commune blanchit merueilleusement les dents, & est vn des plus singuliers remedes.

Il y en a qui font grâd cas de l'eau forte bien trempee avec l'eau commune.

**Pourquoies
Dents bran-
lent.** Les dents branslent ou pource que les ligaments sont lasches, ou pource que les gencives le descharnent. Car il faut que la chair des gencives soit entière, dure & reserree, pour auoit les dents bien fermes.

Si les dents ne sont assurees:

**Gargarisme
pour les af-
femir.** Prenez racines de bistorté & de pentaphilum, de chacune vne once, racine de souchet deux dragmes, des roses rouges, d'espine blanche, de lentisque, de chacun demie once, du sumach deux dragmes, de girofle & d'alum de chacun vne dragme, faites cuire tout cela en eau ferree & du gros vin, & vous en lauez les gencives. Ou bien :

Prenez du corail rouge & de corne de cerf, d'alum, de chacun vne dragme & demie, du sumach, de l'espine bedegar, de chacune vne dragme, faites en vne pouldre, laquelle meslez avec le suc, ou avec le vin de coings, & en mettrez sur les gencives, & aux racines des dents en forme d'onguent.

S'ils dents sont descharnees, il faut faire renaster la chair des gencives, avec les remedes suivans:

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 175

Faites vne poudre avec calum, corail rouge, Poudre pour encens, & son escorce, & vn peu d'iris & d'angélique, & en mettez dessus les gencives.

Ou bien :

Prenez d'alum de plume, des balaustes & du sumach, de chacun deux dragmes, du bois d'aloës, du souchet, de la myrrhe & du mastic, de chacun vne drame, faites en vne pouldre pour appliquer sur les gencives.

Les opiate sont bien aussi propres pour incarner, & se tiennent encore mieux. Opiate int carnative.

Prenez d'alum de rôche demie once, du sang de dragon trois dragmes, de myrrhe deux dragmes & demie, de canelle & de mastic, de chacun vne drame, mettez tout cela en pouldre fort subtile, avec vne quantité suffisante de miel, faites en vne opiate, laquelle mettrez le soir sur vos gencives, & l'y laissez toute la nuit. Le lendemain matin les lavez avec quelque decoction astringente, ou avec du gros vin.

Il y en a qui prennent tous les matins un grain de sel à la bouche, & le laissent fondre, apres ils s'en frottent les dents avec la langue mesme, & tiennent que cela blanchit & rafraîchit les dents, & empesche la corruption des gencives.

Le moyen de faire les cheveux beaux.

CHAP. V.

POVR faire les cheveux blonds, prenez Recepte pour avoir de beaux cheveux.

176 **LE GOVVERNEMENT**
 cune vne once des lupins cruds concassez, de la racière de bouys, escorce de citron, racine de gentiane & berbéri, de chacune vne once & demie, faites tout bouillir en eau nitreuse, pour s'en laver les cheueux par plusieurs iours. Ou bien:

Prenez vne once de miel, & vne drame de saffran, & les meslez fort avec vn jaune d'œuf, puis le destrempez en les ciue de barbier, en laquelle mouillerez vostre peigne, quand vous vous peignerez. En ce faifant vous rendrez vos cheueux dorez. Ou bien:

Prenez de la lie de vin bruslee, trempee vne nuit en huile de lentisque, & vous en oignez les cheueux. Par ce moyen vous les ferez deuenir auunes.

Le son fricassé dans vne païille, est propre aux frictions de la teste, pour nettoyer & degailler les cheueux, & leur doner beau lustre.

Comment les Dames se doivent gouverner du temps qu'elles sont grosses.

CHAR. VI.

Signes pour cognoistre si les femmes sont grosses.

Les femmes grosses ont le plus souuent l'appetit perdu, degoustement de viandes, des, desir de manger choses estranges & mauuaises, dédaing, douleur d'estomac, foibleesse, mal de cœur, vomissement, force crachemets, courte haleine, mal de teste, douleur de reins, enfleuré de jambes, lassitude & grande pesanteur de tout le corps, & autres pareils accidés, qui pro-

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 177
 qui prouoient de la suppression de leurs fleurs. Car incontinent apres la conception le sang menstruel est retenu pour la nourriture de l'embryon ; combien qu'il y ayt des femmes si sanguines, qu'elles ne cessent estans grosses d'auoir leur purgation ordinaire, au moins les premiers mois, & quelques vnes tout le log de leur grossesse. Qui est cause qu'il faut auoir recours à d'autres signes, pour estre assuré si elles sont enceintes. Les principaux sont quād la semence de l'homme est retenuē en la matrice, & ne s'est point escoulée de hors apres la copulation, & que la femme à l'instat sent quelque resserrement & contractio, avec frisson au profond, à l'endroit de sa semence. Et mesme du long de l'eschine sent plus de froid, qu'ailleurs. Et que bien tost apres le ventre deuient plus gresle à l'endroit du nombril, cōme s'il estoit retire au dedans & comme enfoncé. Et lors qu'elle est reueuē au terme de ses fleurs, au lieu de les auoir, ses tetins s'edurcissent, & luy cuisent vn peu, à raison du sang qui les dilate & amplifie, & y vient avec le temps du laict. Elle en est encore plus certaine, quand elle voit son ventre de iour en iour enfler, & grossir dauantage, & qu'au bout de trois ou quatre mois, elle sent l'efant remuer.

Le regime des femmes grosses gist en deux poincts, l'un de se bien contrēgarder de tout ce qui peult prouoquer l'accouchement avant le terme prefix de nature; l'autre d'obuier aux accidentis qui coustumierement leut apportent incommodité, durant leur grossesse.

M

Pour se garder d'auortement. Partant doivent estre soigneuses de se garder tant du froid excessif, que de la chaleur immoderée de l'air ambient, & d'éviter le vent Boreal & Austral. Car l'un & l'autre excite le rheume, dont procede la toux, qui est souvent cause d'auortement, comme est aussi la sternutation violente. Pour mesme raison doivent fuir le bruit du tonnerre, & de l'artillerie, & le son des grosses cloches. Elles ont besoin d'user de viandes de bon suc, de facile digestio, & fort nourrissantes, d'autant qu'elles ont nécessité de grande nourriture, pour elles & pour leur enfant. Pour cette cause elles sont dispensées de ieusner en tout temps. Car par faute de nourriture suffisante l'enfant meurt, ou rompt violemment les membranes dont il est enveloppé, pour sortir en lumiere devant le terme legitime, à fin d'aller chercher dehors ce qu'il ne trouve dans le corps de sa mere. Et cōme par le defaut d'aliment cōpetant, il vient à naître avant terme; ainsi par trop grande quantité de viandes est-il suffoqué, ou du moins mal nourry, à raison dequoy il devient maladif. Car le trop boire & manger est cause que la digestion est mal faite en l'estomac, & par consequent la masse sanguinaire se corrompt, dont l'enfant est alimenté au ventre de sa mere, tellement que de là en avant, il est subject à maladies prouenantes de son ali-mēt corrompu. Elles ont aussi besoin de bien dormir la nuit, pour bien faire la digestion des viandes, & empêcher la génération des cruditez & des maladies qui en procèdent, qui sont le plus souvent cause de la production

des auortons. Et sur toutes choses elles se doi-
vent abstenir de tout mouvement violent
tant du corps que de l'esprit, principalement
durant les premiers & derniers mois de leur
grossesse; par ce qu'alors ils peuvent plus ay-
sément rompre ou relascher les ligamens de
la matrice.

Car l'enfant (comme dit Galien) est lié à la matrice de même façon que les fruits sont aux arbres. Les fruits qui ne sont que nains ont les quenches à quoy ils tiennent encore si tendres, qu'estans agitez de quelque vent violent les voilà aussi tôt par terre. Mais avec le temps comme ils sont plus fermement attachés, au moins ne sont-ils pas si aisés à chœir, jusques à ce qu'ils sont parvenus à parfaite maturité, où ils tombent d'eux-mêmes sans aucune force externe. De même s'il arrive aux femmes incertainement après leur conception, de sauter, ou courir, ou danser la volte, ou lever quelque pesant fardeau, ou aller dans quelque rude chariot, ou de se laisser chœir en quelque lieu glissant, ou en quelque manière que ce soit de se trop émouvoir le corps ou l'esprit, l'embryon échappe facilement de la matrice. Autant leur en adjuvent-il, quand l'enfant est déjà grandi. Car pour sa pesanteur il tombe aisément dehors. Partant il faut en ce temps là fuir les exercices immodes, le trop grand travail & agitation du corps, & les grandes perturbations d'esprit, comme colère, tristesse, douleur, frayeur soudaine, & toute subite mutation. Même ne peuvent tire outre mesure sans péril. Mais il n'y a point tant de

M ii

180 LE GOVVERNEMENT
 danger au milieu de la grossesse , parce que
 l'enfant alors tient plus ferme à la matrice , &
 pour ceste cause n'est point si sujet à na-
 stre avant terme . Il ne faut pas saigner les
 femmes enceintes ; sinon en cas de nécessité .
 Et tant plus l'enfant est grand , tant plus la
 phlebotomie est dangereuse , d'autant qu'il a
 besoin alors de plus grande nourriture qu'au
 paravant , laquelle luy estant ôtée par la sai-
 gnée , devient si maigre & si sec en l'amarry ,
 qu'il est contraint à faute de munition quit-
 ter la place , la disette le prestant d'en sortir
 avant terme , pour aller chercher pastureail-
 leurs . Il se trouve toutesfois des femmes si
 sanguines , qu'elles ne peuvent porter leurs
 enfans à terme , si on ne leur tire du sang vne
 fois ou deux durant leur grossesse ; tellement
 qu'il est nécessaire de peur que leurs enfans
 ne soient suffoqués au ventre d'abondance
 de sang , d'en ôter autant de fois , qu'on co-
 gnoit être expedient . Mais le temps qu'on
 doit choisir pour ce faire , est depuis le qua-
 trième mois , iusques au septième , pour mes-
 me raison que dessus .

Aphr. 1. liu. 4. - Hippocrate ordonne aussi de purger les
 femmes grosses , quand elles en ont besoin
 depuis le quatrième mois iusques au septième , & défend expressément de leur bailler me-
 decines purgatives devant & après ce temps-
 là , pour ce quel l'enfant alors sort aussi aisément
 hors de la matrice quand le corps de la mère
 est esmeu par medicament purgatif ; que le
 fruit qui commence auprime à naître , & le
 parfaitement meur , töbe en bas de l'arbre qui

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 18^e
 est rudement esbranlé, comme assene Galien.
 Mais pour ce que ces Docteurs là {bien que
 nous les tenions pour Princes des Medecins}
 n'auoient encors de leur temps cognoissance
 que des medicamēs forts, qui purgēt le corps
 avec violence par haut & par bas, comme el-
 leborre, colokynte, scammonee, turbith, her-
 modacte, ils faisoient à bon droit plus de dif-
 ficulté de purger les femmes grosses, que nous
 ne faisons pas aujourd'huy, qui auons main-
 tenant beaucoup de médicaments laxatifs
 doux & benings, comme la cassé, la manne, la
 rheubarbe, les tamarinds, le catholicum, &
 autres parciſſ, desquels nous vſons hardiment
 avec discretion toutes & quantesfois que le
 cas le requiert, non seulement au milieu de la
 grossesse, mais quelquesfois aussi au commē-
 cement & à la fin. Toutesfois qu'elles se gar-
 dent bien ſur la vie, de prendre medecine à
 la volée, ſans l'ordonnance d'un docte Mede-
 cin. Car il ne faut qu'une purgation donnée
 mal à propos, ou un flux de ventre ſuuenant
 de cette occaſion, pour precipiter l'enfante-
 ment, & mettre par ce moyen la mère & l'en-
 fant en danger de mort. Trop bien leur eſt-il
 permis de procurer le benefice de ventre or-
 dinairement avec bouillons gras, pruneaux
 cuictz avec ſuccre, & autres viandes remolli-
 tues, mais non pas autrement. Elles n'ont que
 faire aussi d'uſer de medicaments aperitifs
 qui prouoquent les vrines & les menstruēs.
 Elles doiuent pareillement eviter la trop
 grande frequentation de l'homme; & fuir l'v-
 fage des bains, tant pour ce qu'ils mollifient,

M iiij

382 . III . LE GOUVERNEMENT
 lubrifiant & relachent les ligamens , que
 pour ce que par leur vertu calefactiue , ils aug-
 mentent la chaleur interieure du corps , de
 sorte que l'enfant sentat qu'elle luy est estrange , &
 ne la pouuant plus souffrir , fait ses ef-
 forts de sortir hors de la matrice , pour res-
 pirer l'air froid . I'aduise aussi les femmes d'o-
 ster leurs bustes , si rost qu'elles appercoiuent
 estre grosses , parce qu'ayant le ventre com-
 primé & serré , l'enfant en est offensé , & ne
 peut prendre croissance naturelle , tellement
 qu'il est forcé de sortir du lieu où il est , plu-
 stost qu'il ne doit . Les femmes qui sont subie-
 tes à enfanter auant terme , pour ce qu'elles
 ont la matrice trop humide , ferot biē de por-
 ter ordinairemēt la pierre d'aigle dite en Grec
Erites , pēduē au col . Dioscoride assure qu'el-
 le a ceste propriété estant liée au bras gauche
 d'empescher l'auortement , pource qu'elle tire
 l'enfant en haut , & attachée au dedans de la
 cuisse d'ayder à l'enfantement , pource qu'elle
 tire l'enfant en bas . Il leur conseille aussi de se
 faire appliquer sur les reins , ou plustost tout
 au trauers de l'epigastre , & des lombes cest
 emplastre , qui a este autresfois ordonné pour
 feu Madame la Dotiatrie de Guise :

*Recipe gallarum , nucum cupressi . sanguin. drac.
 balaust. myrtillor. rosar. an. drag. j. β. mastich.
 myrr. an. drag. y. thur. hypocystid. acacie. gummi
 Arabic. boli. Armen. an. drag. j. camphor. scrup.
 β. ladan. vne. β. terebinth. Venet. vne. ij. picis na-
 ualis vne. j. cera q. si atemplastrum secundum ar-
 tem , extendatur super alutam ad prafatum vñi.
 Voyla comme il faut engarder l'auortement.*

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 183

Pour coupper chemin aux accidens qui ont de costume de trauailler les femmes grosses, il faut leauoir d'où ils procedent, à fin d'y donner ordre. La plus part prouienent de l'indisposition de l'estomac. Car le sang superflu qui souloit devant la conceptio estre purgé tous les mois, abordant à la matrice en plus grande quantité qu'il n'est besoing pour nourrir l'embryon, qui est encore petit, regorge au ventricule, & à force d'y croupir longuement secorrompt, & se change en diuerle facon. De là vient que l'estomac est infecté de beaucoup de mauuaises humeurs, qui font perdre l'appetit, abhorter les bonnes viandes, desirer choses qui ne valēt rien, auoir envie de vomir, & deffailance de cœur, & qui remplissent la bouche de salive & de crachat, engendrent desventositez, & incontinent apres donnent des tranchées au ventre, & causent beaucoup de mal. Pour en estre soulagées, elles ont besoin de faire force pourmenades (car l'exercice & le trauail consument la superfluité des humeurs vicienfs, & resueillent l'appetit,) de s'abstenir de viandes trop douces & grasses, qui excitent nauſée; d'vser de bon vin vieil, pour ayder à la digestion des cruditez contenués en l'estomac; & prendre quelquefois au matin deux doigts de vin d'ablynthe, quelquesfois de l'hydromel vineux avec vne roſtie; & de boire peu, de peur d'humecter le ventricule encore d'auatage. Et ne sera point impertinent d'affaisonner quelquesfois leur viande avec moustarde, poyure, gingem-

M iiii

184 . . . LE GOVVERNEMENT
bre, & autres espiceries acres, pour conseruer par leur chaleur l'humidité superflue en l'estomac. Plusieurs femmes grosses vexées d'un vice appellé *malacia* & *citta* en Grec, ont iusques à deux ou trois mois tellelement l'appetit depraué, à raison de quelque humeur aduste, ou acide, ou salée, attachée aux tuniques interieures de l'estomac, qu'elles souhaittent extremement de manger tantost des charbons, des cendres, de la chaux, de la craye ou de la terre, tantost des fruits verds, des choses aigres & aspres, tantost des harancs pris à la pippe, ou autres poissons cruds, ou autres choses estranges. Mais elles doivent en cela resister tant qu'elles pourront, de peur d'offenser leur santé & celle de leur enfant, en contentant leur appetit desordonné. Toutesfois si elles ne peuvent aucunement dompter cette grande affection, craignant qu'il n'en arrive un plus grād mal, (car aucunes faute de manger de ce qu'elles desirēt, en accouchēt, & merrēt leur vie en hazard) il leur en faut laisser passer leur envie. Car jaçoit que telles choses soient tres-mauaises, si est-ce que bien souvent elles les digèrent, sans en ressentir aucun mal. Quand elles ont l'appetit ainsi depraué, il est beloin de purger l'estomac avec quelque leger medicament, comme de rheubarbe, qui est fort cordial, & evacuē doucement la cholere & autres humeurs corrompues, sans esmouvoir le corps, ny faire aucun tort à l'enfant, ains en laissant astriictio apres soy, le fortifie plustost, qu'il ne l'affoiblit. Quelque Arabe fait vser

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 185
 d'vnede coction de polypode & d'anis , avec
 sucre rosat,pour nettoyer l'estomac. Il le faut
 pareillement conforter par l'usage des tablet-
 tes diarrhodon , aromaticum rosatum & au-
 tres ; & de la pouldre digestiue de coriandre
 preparée,anis,& cinamome avec sucre rosat,
 prise avec vne cuilliere apres le repas ; & par
 application d'emplastryques , & d'es-
 cuissons pleins de poudres aromatiques. Pour
 fortifier le cœur , & résister aux foiblesses , il
 est bō d'vser de l'electuaire diamargariton , &
 d'escorces de citrons confits. Le codignac ,
 & le fin bol d'Armenie , leur sont bons pour
 arrester le vomissement. La pouldre du cu-
 min , & d'origan avec vn petit de castoreum
 est propre par interualle,pour dissiper les ven-
 tositez . Quand elles se sentiront vexées de
 plus griefs symptomes , qu'elles prennent
 l'aduis de quelque docte Medecin , pour
 les soulager. Voyla le régime que doivent
 garder les femmes , depuis leur conception
 iusques à ce qu'elles sont sur le terme d'ac-
 coucher.

*Comment sedoient gouverner les femmes
 prestes d'accoucher.*

CHAP. VII.

QUAND le terme de l'enfantement ap-
 proche, la diete estroite , le grand exer-
 cice, le coit, le bai , & tout ce qui prouoque les
 mois , & auance l'accouchement leur est bon.

Le régime
 des femmes
 prestes d'ac-
 coucher.

L etemps de les mettre à la couche. Lors qu'elles sentent des douleurs au def^s, sous de l'ombilic & aux aynes, & aux lombes, & que leurs cuisses & parties genitales viennent à s'enfler, & tout le corps à trembler, & leur face à rougir, il est temps de les mettre à la couche.

L emoyen de les faire accoucher. Et faut auoir soing de les bien situer en vn liet, non du tour à la renuerse, ny assises, ains ayans aucunement le dos esleué, les cuisses escartées l'une de l'autre, les iambes courbées, & les talons vers les fesses, à fin de pouuoir mieux respirer, & auoir plus de force à pousser l'enfant dehors, & plus de commodité de luy faite passage, pour sortir. Et toutes & quantes fois qu'elles sentiront des tranchées, est besoin de s'espreindre le pl^e qu'elles pourront, leur fermant le nez & la bouche ; & de leur presser les parties superieures du ventre en poussant l'enfant en bas. Et si le traueil est long & fascheux, il est nécessaire d'appeler diligemment le Medecin, pour leur ordonner des poudres ptarmiques, des breuuages, des fomentations, des suffumigations & des liniemens, pour oindre le col de la matrice, & autres remedes qu'il iugera propres pour faire haster l'accouchement, & les deliurer plutost de l'enfant & de l'arrifaix. Et si d'auanture la sage femme reconnoist que l'enfant ne présente point la teste, ny les pieds devant, pour sortir naturellement du ventre de sa mere, on doit soudain faire venir vn Chirurgien expert en ceste affaire, pour y donner ordre.

Comme les accouchées se doivent gouverner.

CHAP. VIII.

QUAND elles sont accouchées, il se faut le gouvernement des accouchées bien garder qu'elles ne reçoivent point d'air froid par la matrice. Car estant vuide & vague apres l'enfantement, elle est aisément remplie de ventositez, qui la refroidissent & enflent, & bouchent les cotylédons, & empêchent les vuidanges dont s'ensuyuent plusieurs accidens dangereux. Partant qu'elles soient continuellement couchées au lit bien couvertes, les custodes estendues, & les portes & fenestres de leur châbre bien fermées. Plus pour empescher que l'air froid n'entre en la matrice, & ensemble faire mieux rejoindre les parties distantes, faut qu'elles aient les cuisses croisées l'une sur l'autre; & qu'on leur lie tous les iours le ventre d'une bande assez large, apres l'auoir engraiissé de l'onguent qui sensuit:

Receipt permat, ceti, oleum mygdal. dulc. hyperic. & myrtill. an. vnc. ij. sepi hircini vnc. i. cera noua. q.s. fiat vnguentum, quo ventre quotidie illinatur.

Aucuns conseillent de leur appliquer la peau d'un mouton noir nouvellement escorché, & apres cela une toile gautier.

Il ne les faut pas trop nourrir es premiers iours, craignant d'exciter ou augmenter la fiévre, & de leur causer plus de mal aux tetins. Il est meilleur au commencement de leur bail.

les souuent à manger , & peu à la fois . Car il y faut aller bellement , tout ainsi qu'aux blets sez . Toutesfois ayant esgard à l'euacuation , il les faut mieux nourrir apres les sept ou huit premiers iours , & encores mieux si elles nourrissent leur enfant . On leur donnera des viandes delicates , de bon suc , & de facile digestion . Et tant plus approcheront de la fin de leur gesine , tant plus librement pourront-elles user de grosses viandes , & se remettre à leur maniere de viure accoustumée .

Pour leur boisson on choisira du vin subtil , & odoriferant , non trop fort , ny trouble . Et doit-on bannir de leur table toutes sortes de fruicts , d'herbages , & de legumes .

Et si d'aumenture le sang apres l'enfante-
ment couloit en trop grande abondance ,
qu'elles ne negligent point de mander le Me-
decin de bonne heure , pour y remedier , at-
teudu qu'il y va de leur vie . Pareillement si
elles ne purgent point comme il appartient .
Car de la suppression du sang corrompu qui a
besoin d'euacuation , s'engendrent fíèures ,
apostemes , suffocation de matrice , & au-
tres maladies dangereuses . D'avantage si
elles sont cruellement tourmentées de tran-
chées , elles ont besoin , qu'il ordonne des
remedes carminatifs , pour discuter les ven-
tositez .

Si elles desirerent de nourrir leur enfant , faut
qu'elles soient soigneuses faire es premiers
iours succer le laict de leur mammelles par
quelque pauure femme , tant pour façonnez

DE LA FRAMBOISIERE. 189

leurstetins, que pour tirer le mauvais laict qui causeroit aposteme és mammelles, & y en faire venir apres du bon en abondance, pour la nourriture de leur enfant. Mais quand elles ne veulent point estre nourrices, il faut oindre leurs mammelles trois ou quatre fois le iour de ce liniment, à fin de faire fuir le laict qui y vient en abondance, & l'euacuer par la matrice.

Recipe olei rosat. myrtill. ān. vnc. ij. aceti rosat. vnc. j. fiat oxyrrhodinum. Puis asperger dessus dela pouldre de myrtils, & quelques iours apres appliquer cest emplastre dessus.

Recip. pulueris mastic. nuc. moſc. ān. drag. ij. nucis cupress. drag. ij. boli Armen. terræ ſigillat. ān. vnc. β. ſanguin. drac. drag. ij. myrtill. balaust. ān. drag. j. β. treos Florent. vnc. β. olei myrt. vnc. ij. terebinth. Venet. vnc. ij. ceræ q. f. fiat empastrum molle.

La berle, le cresson & les fueilles de bouis boüillies en vrine & vinaigre font bonnes pour fomenter les mammelles, à fin de faire tarir le laict qui y est. Le lierre terrestre, la peruanche & la saulge boüillies ensemble en oxycrat, avec des roses & de l'alum, font encores recommandées pour cela.

On appliquera pareillement des vêtouses au plat des cuiffes & des aynes, & eau dessus de l'obilic, pour attirer le laict des mammelles en la matrice, & le ietter hors par ceste voye la.

Apres qu'elles seront bien purifiées de leurs vuidanges (ce qui aduient enuiron trois ſepmaines apres l'enfantement) elles fe baigne.

190 **LE GOVVERNEMENT**
 ront par deux fois. Le premier bain sera fait en eau de riuiere , en laquelle auront boüillis mariolaine, menthe , saulge , rosmarin , pouliot , armoise , agrimoine , fleurs de camomille , melilot , aneth , & autres herbes carminatiues & deterssiues. Le second se fera le lendemain en eau ferrée , en laquelle on adioustera vn sachet de toile plein de roses rouges , de farines de féues , d'auoyne , d'otobe , de lupins , de gland , noix de cypres & de galles , & de cloux degirofles , de muscades , d'alum de roche , & de sel commun , qu'on fera boüillir avec les herbes susdites.

Apres s'estre baignées , elles se mettront chaudement au lict , & prendront (si bon leur semble) vn peu d'escorce de citron , ou vne rostie trempée en vin , ou en hypocras , & endureront quelque temps la sueut .

De là en avant on fera des fomentations sur leurs parties genitales , avec des roses rouges , balaustes , myrtilles , berberis , escorces de grenade , noix de cyprés & de galles , alum de roche & sel cōmun , & autres choses astringentes boüillies en gros vin , pour apetisser , reserrer & affermir les parties trop amplifiées , relaxées & mollassées . Cela fait , ie leur donne congé de s'esbatre gentiment avec leur mary au ieu des Dames rabbatuës .

Comment les Dames se doivent comporter à l'endroit de leurs enfans.

CHAP. IX.

VOILA comment les Dames se doivent gouuerner après leur couche ; pour con-

DE LA FRAMBOISIERE. 191

seruer leur santé : reste à monstrez comment elles se doiēt comporter à l'endroit de leurs enfans.

L'enfant nouſſeau né, comme il est de nature humide, aussi veut, il eſtre nourry de chose humide, telle qu'est le laict. Or n'y a-il point de laict qui luy ſoit plus propre que ce-luy de la mere, quand elle eſt bien diſpoſée, par ce qu'estant en ſon ventre, il ſe nourriſſoit de ſon ſang, que nature apres qu'il eſt né, a fait monter aux mammelles, àfin d'eſtre là blanchy, & conuerty en laict, pour continuer à le nourrir comme de couſtume : de forte que le laict maternel eſt d'autant à preferer à celuy d'une autre femme, qu'il eſt plus ſemblable & corespondant à la nourriture accouſtumée qu'il prenoit au ventre de ſa mere. Parquoy la mere doit eſtre nourrice de ſon enfant, ſi luy eſt poſſible.

Mais quand elle ne le peut nourrir, ou pour ce qu'elle eſt mal diſpoſée, ou trop foible & nourrir ſon delicate, ou qu'elle n'a point le bout des mammelles idoines à alaicer, ou qu'elle n'a point ſi vne boñez de laict; faut qu'elle choiſiſſe vne nourrice qui ayt toutes les conditions requises pour bien nourrir l'enfant.

La premiere, qu'elle ſoit de complexion temperée, non ſubieete à maladie, de bonne couleur & corpulence, ayant la chait belle, l'habitude du corps ne maigre, ne graffe, ains moyenne, les mammelles ny trop petites, ny trop grosses, ny lasches & pendantes, ny trop molles ny trop dures, la poitrine large & ample, les bouts des tetins non retirez ny en-

Pourquoy la
mere d'ici
le-meme
nourrir ton
enfant.

Quand la

merne ne
peut
nourrir ſon
enfant qu'el
le doit choi
ſir vne bon
ne nourrice.

Les condi
tions requises
pour choiſir
vne bonne
nourrice.

foncez à fin de ne trauiller l'ēfant à les tirer.

2. La seconde, qu'elle soit en la fleur de son aage, & vigueur de ieuunesse, par ce qu'elle n'abonde alors en humiditez superfluës, comme en l'adolescence, & ne flestrit par secheresse ou diminution de chaleur naturelle, comme en la vieillesse. Partant qu'elle ne soit plus ieuune, que de vingt & cinq ans, ne plus vieille que de ttente & cinq.

3. La troisieme qu'elle soit diligente, gaye, ioyeuse, sobre, chaste, nette, douce; non paresseuse, non triste, non gourmande, ne friande, ne yuronge, non paillarde, ny amoureuse, non sale ny orde, non cholere ny despite, ains bien morigerée. Cat l'enfant ne tire tant du naturel de personne, apres le pere & la mere, que de sa nourrice.

4. La quatriesme, qu'il n'y ayt point long temps qu'elle ayt enfanté, par ce que le sang lors vient en abondance aux mammelles, dōt s'engendre plus de laict. Quand la nourrice demeure plus de deux mois, sans dōner à tetter, ou autrement tirer son laict, nature devient nonchallante d'en plus engendret, & celuy qui est engendré commence à s'enuelir & moisir, declinant à corruption.

5. La cinquiesme, qu'elle ne soit point enceinte, par ce qu'estant grosse, le meilleur de son sang est employé à nourrir le fruiet qui est dedans son ventre, tellement qu'il ne demeure plus que du mauvais laict en ses mammelles.

6. La sixiesme, qu'elle ayt fait son dernier enfant male, par ce qu'elle a le sang plus elabore &c

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 193
té & moins excrementeux, dont le lait qui
en est engendré, est semblablement meilleur,
& a moins d'exrement.

La septiesme, qu'elle ayt enfanté à terme.
Car quand vne femme est subiecte à auorte-
ment, c'est signe qu'elle n'est pas saine en ses
membres generatifs, ny en ceux qui leur ser-
vent, ou qui ont avec eux grande alliance.

La huictiesme & principale, que son lait
soit de substance moyenne entre grosse &
subtile, entre espoisse & claire, de couleur
blanche, de saveur douce, de bonne odeur, &
en suffisante quantité.

Quand on a rencontré vne nourrice, qui a
toutes les qualitez susdites, il faut auoir soing
de ce qu'elle doit boire, & manger, & pren-
dre garde qu'elle se gouerne en toutes cho-
ses comme il appartient, pour entretenir son
lait en bonne température.

7^e

8

Qu'on doit
auoir soing
du traite-
ment des
nourrices

Comment les Nourrices se doivent gouverner.

CHAP. X.

LA nourrice doit fuir le mauvais air, & les Régime de
puantes odeurs, & prédre exercice mo- viure des
deré devant le repas, se pourmenant & tra- nourrices
uillant tout hellement pat la maison, pour
euacuer les humeurs superfluës, fortifier la
chaleur naturelle, & mieux faire la digestion
du lait, & doit principalement exercer ses
bras & ses espalles à pestir la peste, ou à faire
quelque autre ouurage, pour attirer plus de

N

194 **Le GOVVERNEMENT**
 sang aux mammelles , & y engendrer par ce moyen plus de laict , & moins excrementeux . Elle doit estre nourrie de viandes qui engendrent bon suc , & qui sont aisées à digerer , & non abondantes en extremens , comme est le pain de froument bien fait , & cuict d vn iour ou deux : la chair de veau , le chéreau , de volailles , & oyseaux de montagne ; la perche , la truite , le brochet & autre pareil poisson nourry en eau courante , & les œufs molets .

Il faut qu'elle evite les fortes espiceries , les choses aigres , acerbes , ameres , & autres qui corrompent le laict . La moustarde luy est contraire , parce qu'elle brusle le sang . La roquette ne luy vaut rien aussi , pource qu'elle rend le sang choleric , & esmeut le coit , iaqoit qu'Auicenne dit qu'elle engendre le laict . Les laictuës luy sont propres , à raison qu'elles engendent bon sang , augmentent le laict , & ostent l'envie du coit . Les fruits ne luy sont pas bons , fors les raisins de Damas , & les figues , & selon Auicenne les amandes & auellaines . Il ne faut point qu'elle boive de vin , sans y mettre beaucoup d'eau . Encore ne luyen deuroit-on point bailler du tout , non plus qu'à l'enfant , si on vouloit fuiure l'aduis d'Aristote .

Galien admoneste sur toutes choses que la nourrice s'abstienne de coucher avec l'homme , pour beaucoup de raisons . Premierement pource que le coit trouble le sang , & par consequent le laict : Secondelement qu'il diminuë la quantité du laict , en prouoquant les mois , par le diuertissement du sang des mam-

DE LA FRAMBOISIERE. LIV.III. 195
 melleſ à la matrice. Tiercement qu'il donne
 mauuaise odeur au lait, en corrompant ſa
 qualité. C'eſt pourquoys ceux qui ſont eſ-
 chaueſ zapres les femmes, ſentent mauuaise,
 comme telmoigne Aristote en ſes problemes:
 Dauantage qu'il eſt cauſe quelquesfois d'en-
 groſſit la nourrice, dont il aduient double in-
 conuenient, lvn à l'enfant qu'elle nourrit,
 l'autre à l'enfant qu'elle a dans le ventre. Car
 le meilleurs ſang abandoſſant les mammielleſ,
 ſe retire à la matrice, pour nourrit & augmen-
 ter l'enfant qui y eſt conceu, & le pire ſe re-
 tient aux mammelleſ, duquel ſe fait le lait
 pour le nourriſſement de l'enfant qui la tet-
 te: tellement que l'enfant qui eſt au ventre de
 la nourrice ne prend ſuffiſante nourriture, &
 celiuy qui alaïte en prend de la mauuaise. At
 demeurant la nourrice doit dormir ſuffiſam-
 ment, & en temps conuenable.

Or pource qu'on ne trouve pas tousiours
 des nourrices doiées de toutes les perfections
 cy deſſus mentionnées, & que bien ſouuent
 celle de qui on eſt coſtraint de ſe ſeruir, a quel-
 que imperfection, il luy faut faire tenir un re-
 gime conuenable, pour corriger le vice de ſon
 lait, ſelon qu'on le vera pecher en ſubſtance,
 ou en quantité, ou à l'odeur, ou au gouſt, ou
 à la couleur.

Si le lait eſt trop gras & eſpois, c'eſt ſigne Régime pour
 qu'il eſt phlegmatic & excrementeux. Pour corriger le
 le changer, il luy faut purger la nourrice par vo- lait trop
 miffement, en luy faisant boire de l'oxymel gras & eſpois,
 tiede, avec vne decoction de menthe, hyſope,
 thym & origan : Et luy bailler à manger du

N ij

196 LE GOVVERNEMENT
 cresson alenois , que les Latins appellent *ma-
 sturtium* , du persil , fenoüil , anis , & autres
 pareils diuretis: Et luy faire vfer en boüillons
 & en sauces , de thym , origan , sariette , saf-
 fran , cloux de girofle , & leurs semblables : Et
 luy faire prendre exercice devant le repas , à
 fin de subtilier son sang , & son laict . Car l'e-
 xercice provoque & augmente la chaleur , &
 fait par ce moyen fondre l'humeur visqueu-
 se , & sortir les superflitez . Apres le repas
 l'exercice n'est pas bon , car il cause des hu-
 meurs creuës , parce qu'il rauit de l'estomac , &
 distribue aux veines les viandes avant qu'el-
 les soient digerées .

regime pour
 corriger le
 laict trop
 clair & a-
 queux.

Si le laict est trop clair & sereux , pour le
 corriger , il faut ordonner à la nourrice vne
 maniere de viure toute contraire . Car il est
 besoin premierement qu'elle prenne moins
 d'exercice , & qu'elle se repose le plus souuent ,
 qu'elle soit nourrie de viandes qui font gros
 sang , comme de pain non leue , de ris , d'o-
 reilles & pieds de pourceau , de vêtre & pieds
 de veau & de mouton , de tetines de vache , de
 poisson , d'huistres , de fourmages , de potages ,
 de grosse chair , s'abstenant de salades , de
 fruites , qu'elle boive (sil n'y a rien qui em-
 pesche) du vin doux , couvert ; & qu'elle
 dorme longuement . Car cela fait le sang gros ,
 & par consequent le laict .

Regime des
 nourrices
 qui ont trop
 peu de laict.

Quand la nourrice a trop peu de laict , il
 faut scauoir qui en est cause . C'est quelques-
 fois faute de bon traictement , ou à raison de
 quelque euacuation excessive , ou qu'elle a de
 l'ennuy , ou trop de soing , ou trop de peine .

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 197

Quelquesfois la mauaise complexion de tout le corps, ou des mammelles seulement, en est cause. Car toutes & quantes fois qu'il y a faute de sang au corps, ou qu'il est empêché de venir aux mamelles, la nourrice manque de lait. Si on reconnoist que ce soit à cause qu'elle est mal traictée, il faut donner ordre qu'elle soit mieux nourrie, & qu'elle mange des bonnes viandes, & en plus grande quantité. Si elle a quelque vuidange superflue, il faut aduiser de la restraindre. Si elle a trop de peine, ou beaucoup de soing, il faut donner repos au corps & à l'esprit; Si elle a de la fascherie, il la faut resiouir.

Si c'est la complexion chaude ou seche qui diminuë ou consomme le lait, il faut corriger la chaude par vn regime raffraichissat, luy faisant mäger de l'orge mäde, des laictues, des espinards, du pourpier; & boire de la ptifane ou de l'eau d'orge. Et humecter la seche, par l'usage des bons potages de chair de veau, de mouton, de porc, de poulaille, euität toutes les espiceries, le vinaigre & le verius. Les tetines specialement de brebis ou de chévre, cuictes avec leur lait, les chaudeaux de lait de vache, les purées de bois ciches avec du lait, les boüillons de fucilles & semences de fenouil vert, ou d'anis avec du lait, luy sont propres. Le vin luy est bon, pourueu qu'il soit petit & trempé d'eau en laquelle on ait fait boüillir les fueilles & racines de mauve avec fenoüil. Au demeurant qu'elle ne prenne point beaucoup d'exercice, & n'ayt poing de lancy, & qu'elle dorme longuement.

N iij

Si la complexion froide, specialement
mâmmelles fait perdre le laict, empeschant
la digestion & la multiplication du sang, ou
bien engendrant des humeurs grosses & vis-
queuses, qui oppilent les veines des mam-
melles, ou les referrant seulement, ou debi-
litant leur vertu attractive & lactifante; on
luy ordonnera vne maniere de viure qui es-
chauffe, subtilie, dilate & fortifie: Partant on
la nourrira de boüillöis de chair, ou de jaunes
d'œufs cuictz avec fueilles ou semences ou ra-
cines de fenoüil, ou de pastenay, ou semence
d'anet ou de nielle; de purées de pois ciches
avec du poiture; d'orge mondé cuictz avec se-
mence de fenouil. Elle mangera des capres,
& de la salade de racines de pastenay tant sau-
vage que domestique; & boira du vin trem-
pé d'eau bouillie avec du fenouil.

Oribale & Paul ordonnent vin cataplasme
fait de semences de nielle avec du moust, ou
du vin cuict, & de semences d'anet, & de
racines & semences de pastenay, pour appli-
quer chaudement dessus les mammelles. Elle
doit outre cela frotter sa poitrine & ses mam-
melles, pour y faire attraction du sang. Et se-
ra fort bon d'appliquer aussi des ventouses,
au dessous, sans grande flamme.

Regime de celles qui ont trop de laict. Si la noutrice d'quanture a trop de laict,
pour le diminuer Auicenne ordonne premie-
rement qu'elle ne mange guere, & vse de vian-
des peu nourrissantes, comme de purées maï-
gres, herbes, fruites, pain bis; Secondement
qu'elle mange souvent de la menthe, & des len-
tilles cuictes avec; Tercierment qu'elle hume

DE LA FRAMBOISIERE L. III, 199
 quelque bouillon de chair salée, ou vn peu de
 vinaigre salé, meslé avec de l'eau; finalement
 qu'elle mette sur ses mammelles vn emplastre
 de limon broyé avec vinaigre, ou d'argille
 malaxée avec vinaigre, ou des lentilles cuites
 avec vinaigre.

Si le lait a mauuaise odeur, pour le corriger, Regime pour
 on doit döner à manger à la nourrice des vi- corriger le
 andes de bon suc & de facile digestion, assaiso- lait qui sent
 nées avec canelle, girofle, sâdaux, & luy bailler mauuaise.
 quelquefois à boite de l'hypocras, ou de quel-
 que autre breuuage aromatisé; & eviter tou-
 jours la repletion, & la crudité.

Si le lait est trop acre & fort, c'est à dire Regime pour corri-
 qu'il est trop chaud & choleric, elle evitera les ger le mau-
 espiceries, vsera de potages de cichorée, boul- uais goût;
 rache, & leurs semblables; mangera chait de
 veau & de porc, ne boira point de vin, ou pour
 le moins y mettra beaucoup d'eau; se gardera
 de travailler, & de prendre trop grand exerci-
 ce, & de se cholerer.

Si le lait est de mauuaise couleur, il luy faut Et la mau-
 ordonner vn regime de viure tout opposit à uaise cou-
 la generation des humeurs qui font le lait leur du lait
 semblable à elles, & les purger avec medica-
 mens propres. Voilà comment il faut que les
 nourrices se gouuernent, ie déclareray au liure
 suivant comment elles doivent gouuerner les
 enfans qu'elles ont en charge.

N iiiij


 LE
 GOVVERNEMENT
 CONVENABLE A
 CHAQUE AGE,

A

TRES-ILLUSTRE ET
TRES-REVEREND PERE
en DIEV, Messire PHILIPPE
D'U BEC, Archevesque & Duc
de Reims, premier Pair de Fran-
ce, Legat né du S. Siege Aposto-
lic, Conseiller du Roy en son co-
seil d'Estat, Commandeur de
l'ordre du S. Esprit.

MONSEIGNEVR, comme
 nous voyoſ tous les iours ceux qui
 negligent les regles de Medecine
 tomber malades, & se precipiter
 temerairement à la mort, devant le cours or-
 dinaire de Nature; ainsi recognoiffons nous
 les plus aduisex, non seulement se maintenir
 en santé, mais aussi prolonger leur vie, par bon
 régime de viure. Vous auuez touſiours cheri

DE LA FRAMBOISIERE. L. IV. 201
*les Medecins, & n'avez iamais desdaigné
 leurs ordonnances. Aussi avez vous vescu
 sainement toute vostre ieunesse, & combat-
 tu vaillamment en vostre vieillesse deux ma-
 lades, qui estoient assez fortes, pour empor-
 ter vne personne d'aage florissante. De sorte
 que vous avez experimenté combien nostre
 art est nécessaire à la vie humaine. C'est pour-
 quoy depuis que j'ay eu cest heur d'estre co-
 gneu de vous, & qu'il vous a plu vous ser-
 vir de moy, tant au recourement, qu'à l'en-
 tretienement de vostre santé, je me suis emploié
 à rediger distinctement par escrit le gouuer-
 nement propre à chaque aage, que je vous de-
 die presentement, esperant qu'il vous sera au-
 tant agreable, que profitable. Je vous supplie
 tres-humblement de le recevoir d'ausi bonne
 volonté qu'il vous est présent, me continuat-
 rons en vos bonnes graces, & je demeueray à iamais*

MON SEIGNEVR,

*Vostre tres-humble serviteur, & fidele
 Medecin, LA FRAMBOISIERE.*



LE QVATRIESME LIVRE
DV GOVVERNEMENT DE
LA FRAMBOISIERE.

*Comme il faut varier la maniere de viure,
selon la varieté des aages.*

CHAPITRE I.

Comme l'ho
me durant sa
vie change
autant de
fois de tem-
perature,
qu'il change
d'age.



'EST VNE chose assurée que l'homme, içoit qu'il fasse tout ce qui est requis pour cōseruer son temperament naturel, ne peut toutesfois demeurer tous-
iours en vn mēme estat, sans recevoir alter-
ation. Car il est premierement chaud &
humide de nature, mais avec le temps la
chaleur & humeur radicale diminue si fort,
qu'il devient en fin froid & sec. Tellement
qu'on apperçoit manifestement par interval-
les d'années le corps de soy-mēme changer
de complexion. Les Medecins ayans esgard
aux plus sensibles & apparans changemens,
ont diuisé toute la vie humaine en plusieurs
parties, qu'ils ont appellé aages. Et d'autāt que
Distinction
des aages. l'homme durant le cours naturel de sa vie, endure cinq mutations remarquables en son
temperament , ils ont distingué autant d'a-

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 203
ges, qui sont l'enfance, l'adolescence, la jeu-
nesse, l'aage moyen, & la vieillesse: que plu-
sieurs ont mesuré par septenaires, pour ce que
nature de sept ans en sept ans a coutume de
remuer mestnage.

L'enfance est chaude & humide, mais l'hu-
midité surmonte, & tient la chaleur si subie-
tē qu'elle ne peut montrer du tout ses effets.
Elle dure depuis la naissance iusques à quator-
ze ans, de sorte qu'elle contient deux septenaires
d'années.

L'adolescence est encore chaude & humide,
mais la chaleur commence à surmonter: on
voit ses estincelles briller & reluire par tout.
Aux masles la voix commence à grossir, tou-
tes les voyes se dilatent, ils iettent leur pre-
miere laine : aux filles les mammelles durcif-
sent & croissent à venué d'œil, leur sang se meut
par tout le corps, & se fait faire place iusques
à ce qu'il ait trouué la porte . L'adolescence
va iusques à vingt cinq ans, qui est le terme
prefix & limité pour l'accroissance. L'aage de
croissance ressemble au Printemps, il abonde
en sang sur tous.

Entre l'enfance & l'adolescence Galien met
la puberté, qui dure depuis quatorze ans ius-
ques à dixhuit, mais nous la comprenons ici
sous l'adolescence.

La jeunesse est chaude & seche , pleine d'ar-
deur, d'agilité, de vigueur & de force . C'est
pourquoy on l'appelle l'aage virile, & fleuri-
fant, & en Grec *Acme*, c'est à dire fleur d'aage.
Aussi est-elle comparée à l'Esté. Son estendue

est depuis 25. ans, iusques à 35. Tandis qu'elle dure, l'humeur cholérique domine au corps.

**Le moyen
age.** L'aage meur suyt apres, qui tient iustement le mitan entre la ieunesse & la vieillesse, & est le plus temperé de tous, bien qu'il soit en comparaison des autres froid & sec, & par consequent fertil en humeur melancholique, & pareil à l'automne. Les Grecs l'ont nommé *Paracmaistic*, pource que durant iceluy la force du corps commence à decliner, à mesure que la chaleur feruente diminuë, & que le feu de ieunesse s'esteint : mais en recompense la discretion, prudence & force d'esprit augmente beaucoup. Et contient deusx sepmaines entieres, depuis 35. ans, iusques à 49.

La vieillesse. La vieillesse commence de là en avant, qui contient tout le reste de nostre vie. Comme elle est plus esloignée des principes de nostre generation, aussi est-elle non seulement plus froide, mais aussi plus seche que l'aage precent, pour la consomption plus grande de l'humeur native. Car la maigreut, les rides, la dureté des nerfs & de la peau, la roideur des iointures, monstrerent assez que les parties du corps sont plus seches en vieillesse qu'aux autres aages. Toutesfois par faute de chaleur naturelle, les vieillards font vn grand amas d'excremens phlegmatics. De là vient qu'on leur voit ordinairement les yeux larmoyans, le nez decouler toufiours, & la bouche si pleine d'eaux, qu'ils ne font que cracher & toussir. Tellement qu'encore qu'ils soient secs par faute d'humeur radicale, ils sont neantmoins humides par repletion d'une humidité super-

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 205
flue. A raison de quoy plusieurs maintiennent que la vieillesse est froide & humide, & la cōparent à l'hyuer. Galien distingue la vieillesse en trois degrés. Ceux qui ont atteint le premier, sont appellez en Grec *ωμογέποτες*, pource qu'ils ont encore la queue verte, & sont encore vertueux, pour vacquer aux affaires publiques. Les seconds n'ont plus la force de ce faire, & ne demandent plus qu'un liet mol, & vne profonde escuelle. Et les derniers, que la fosse. Car en l'extreme vieillesse, qu'on nomme decrepite, (comme dit le prophete Royal) il n'y a plus que douleur & langueur, toutes les actions & du corps, & de l'ame sont affoiblies, les sentimens sont hebetez, la memoire se perdit, le iugement defaut, ils redeuennent en enfance.

Cette dernière vieillesse est descrite dans le douzième chapitre de l'Ecclesiaste, avec vne si belle allegorie qu'il ne se peut rien voir au monde de si excellent. C'est aussi le plus grand Philosophe, & le plus grand Naturaliste qui fut jamais, qui s'en est meslé. C'est ce sage Salomon qui a autrefois cogneu tous les secrets dela nature. Aye souuenance (dit-il) de ton Createur es iours de ta ieunesse, auant que le Soleil, les estoilles, la lumiere s'obscurcissent, & que les nues retournēt apres la pluye. Car lors les gardes de la maison trembleront, & se courberont les hommes forts, & cesseront les machelieres, & seront obscurcis les voyas par les fenestres, les portes seront fermées par dehors, à cause de l'abbaissement de la voix de la meule : & se leuera à la voix de l'oyseau:

Belle descript
tion allegori
que de la
vieillesse, par
le Sage Salo
mon.

& seront humiliées toutes les filles chanterelles, ils craindront chose haute : l'amandier florira, la sauterelle sera engrangée, le capprier sera flestry, auant que la chaine d'argent s'allonge, l'aiguierre d'or se rompe, & soit cassée la cruche à la fontaine, & que la poule soit brisée sur la cisterne, & que la poule retourne en terre comme elle y a esté, & que l'esprit s'en aille à Dieu. Voila la description du dernier aage qui est admirable, & qui a besoin d'un bon Anatomiste pour estre bien entendue, comme est Monsieur du Laurens premier Medecin du Roy, qui l'a brauement expliquée, en la facon qui s'ensuit.

Explication
de l'allego-
rie, par mon-
sieur du Lau-
rens.

En la vieillesse decrepite le Soleil & les estoilles s'obscurent, ce sont les yeux qui perdent leur lumiere. Les nuës retournent apres la pluye, c'est à dire, apres qu'ils ont long temps pleuré, il leur passe devant les yeux, comme des nuës qui sont les grosses vapes qui s'espaisissent. Les gardes de la maison tremblent, ce sont les bras & les mains qui ont esté donnez à l'homme pour la defense de tout le corps. Les hommes forts se plient, c'est à dire les iambes, qui sont les colonnes, sur lesquelles tout le bastiment est appuyé. Les machielites cessent, c'est à dire les dents qui nous servent à moudre & macher la viande. Les voyans s'obscurent par les fenêtres, ce sont les yeux qui se courent souvent d'une cataracte qui ferme la prunelle, qu'on appelle fenestre de l'œil. Les portes se ferment par dehors à cause de l'abaissement de la meule: ce sont les machoires qui ne se

D E L A F R A M B O I S I E R E . L I V . IV . 207
 peuvent ouvrir pour manger , ou les canaux
 de la viande qui s'estressifent. Ils se leuent à la
 voix de l'oiseau , c'est à dire , ne peuvent dor-
 mir , & sont tousiours esueillez au chant du
 coq.Toutes les filles chanterelles sont humiliées,
 c'est la voix qui leur defaut. L'amandier
 fleurist , c'est la teste qui deuient toute blan-
 che.La sauterelle s'engraiffe , ce sont les iam-
 bes qui deuennent enflées. Le captrier se fle-
 strit ; c'est à dire leur appetit se perd. Car les
 captres ont propriété d'exciter l'appetit.
 La chaine d'argent s'allonge ; c'est ceste belle
 moëlle dorsale qui va le long de l'espine , la-
 quelle se lasche & se courbe , & leur fait fles-
 chir le dos. L'aiguiere d'or se rompt , c'est le
 cœur qui contenoit comme vn vaisseau le
 sang arteriel,& l'esprit vital, qui sont aucune-
 ment iaunes & dorez , qui cesse de se mou-
 uoit , & qui n'en peut plus contenir comme
 s'il estoit rompu. La cruche se casse à la fon-
 taine ; c'est ceste grosse veine caue , qui ne
 peut plus puiser de sang au foye , qui est le
 commun magazin , & la fontaine qui arrouse
 tout le corps , de sorte qu'il n'escert non plus
 qu'une cruche cassée. La rotie se brise sur la ci-
 sterne , ce sont les reins & la vescie qui sont
 tous laschez , & ne peuvent plus contenir l'v-
 rine.Lors que tout cela arriué , la poudre c'est
 à dire le corps qui est materiel , retourne en
 terre , & l'esprit qui est venu d'en haut retour-
 ne à Dieu.

Voyla tousles cinq aages descrits & limitez
 par les années. Je ne veux pas pourtant qu'on
 s'arreste tellement au nombre des années, que
a quoy il se
faut arrester
pour juger
de l'age.

208 **Le Gouvernement**
 d'iceluy depende du tout la ieuunesse & la vieil-
 lessie. Il se faut plustost regler au tempera-
 ment. Car tout homme qui fera froid & sec, ie
 l'appelleray vieil. Il y a beaucoup de vieillards
 à quarante ans, & vne infinité de ieunes à soi-
 xante. Il y a des complexions qui vieillissent
 plustost, & les autres plus tard. Les sanguins
 vieillissent fort tard, pource qu'ils ont beau-
 coup de chaleur & d'humidité. Les melancho-
 liques qui sont froids & secs vieillissent plus
 stost. Pour le regard des sexes, le feminin vieil-
 lit tousiours plustost que le masculin.

Pourquoy il Il appert par là, que le corps passant d'un
 faut varier la aage en un autre, recharge autant de fois de
 maniere de viure selon la temperature. Or auons nous montré qu'il
 variete des est besoin de diuersifier le régime, selon la va-
 aages. rieté des temperemens. Il est donc certain qu'il
 faut ordonner diuerses manieres de viure, selon
 la diuersité des aages.

Comment il faut gouverner les enfans dès leur naissance.

C H A P. II.

COMME ce qui est contre nature est osté
 Quelle doit par son contraire : ainsi ce qui est naturel
 être la ma- est-il conservé par son semblable.
 niere de viure Parquoy la température des enfans natu-
 des enfans. rellement chaude & humide, doistre entre-
 tenué par vne maniere de viure tempérément
 chaude & humide. De sorte qu'il n'est pas bon
 de les exposer à l'air excessivement chaud, &
 encore moins au froid.

Pour

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 269

Pour ceste cause on doit aduisir de mettre ^{en quel lieu} l'enfant à nourrice en vn lieu où l'air soit ^{il les faut tes} tempér^e, & qui soit pur & bon. On le doit aussi tenir ordinairement couché dans son berceau, en vne chambre qui ne soit pas trop claire. Car la grande clarté, outre ce qu'elle engarde le dormir, elle esgare & esbloüit la veüe de l'enfant, laquelle est tendre & débile : au contraire l'obscurité l'vnit & fortifie. Il faut aussi quelquesfois porter l'enfant hors de sa chambre en vn lieu plus libre, & en plus grand air, tant pour raffraîchir sa chaleur en inspirat l'air frais, que pour recreer ses esprits à voir diuerses choses. Mais on se doit bien garder de le porter au Soleil, au serain, au vēt, à la pluye, & à l'air intemperé.

L'enfant nouveau né demande estre nourry de choses humides, comme l'aage sur tous le plus humide. Voila pourquoyle laict de la mammelle luy est fort propre pour sa nourriture ordinaire.

La quantité du laict qu'on doit à chasque fois bailler à succer à l'enfant est limitee, par la consideration de l'aage, de la complexion, & de l'affection qu'il a de tetter. Car au commencement de sa naissance, iusques au premier mois, parce qu'il n'a pas encore le pouuoir de digerer beaucoup, il luy en conuient donner peu. De là en auant à raison qu'il croist, & qu'il est plus fort pour le tirer & le digerer, il luy en faut bailler d'avantage. En apres s'il est de complexion temperee, de bonne habitude, & de grande vie, il est expedient de luy en donner en plus

De quoi il faut nourrir

Combien on leur doit bailler de lait à la fois.

Q

grande quantité: sinon en moindre. Puis si l'on apperçoit qu'il crie apres la mammelle, & qu'il demande à tetter davantage, il luy en faut bailler encore Il se faut bien garder toutesfois de luy en bailler tant en vn coup, qu'il en soit saoul, & qu'il n'en ayt plus qu'il ne luy en faut. Car par trop grande repletion, il luy aduient tension de ventre, inflation és costez, abondance de ventositez, douleur, pesanteur, faute de repos, nausee, vomissement, blancheur d'yrine indigeste. Au contraire si l'on voit que l'enfant refuse le laict, & n'en veut plus prendre, il ne luy en faut pas bailler contre son cœur, parce qu'il s'en troueroit mal.

Combien de fois le iour il les faut alaicter.

Auicenne veut qu'il ne tette que deux fois le iour, ou trois au plus. Mais il est meilleur de donner peu & souuent à tetter à l'enfant, que d'estre longuement sans l'alaicter, & luy bailler beaucoup de laict tout en vne fois. Car en tettant peu & souuent, il digere fort bien, & si n'a point de mal d'estomac, ny enuie de vomir, & si dort beaucoup mieux. Au contraire l'enfant ayant pris beaucoup de laict en vne fois, son estomac s'enfle & s'estend, de sorte qu'il y sent douleur, qu'il fait crier, & l'engarde de reposer.

La maniere de leur donner le tectin.

La nourrice doit lauer d'eau tiede le bout de sa mammelle, devant le mettre en la bouche de l'enfant, afin qu'il ne succe quelque ordure avec le laict: puis le doit presser avec sa main, & faire tomber le premier laict. Cela fait, le doit encore presser & tirer quelque peu

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 217
 de lait dans la bouche de l'enfant, pourluy faire prendre plus volontiers le tettin. En apres comme il s'efforce de le tifer, elle doit ayder à l'issue de son lait, en pressant vn peu avec la main sa mammelle, à fin que l'enfant ne trauaille pas tant à la succer. Finalement se doit garder qu'en allaitant l'enfant, le lait ne luy entre dedans le nez. Et quand elle voit que l'enfant vient à tetter avec trop grande auidité, comme vn goulu, il est bon qu'elle interrompe l'allaitement, en luy ostant le tettin de la bouche, puis le remettant, pour cuiter crudité d'estomac, tension, vomissement, & douleur.

Iaçoit que le lait de la mère soit plus profitable à l'enfant que celuy d'une autre femme, si est-ce qu'il n'est pas bon qu'elle luy baille à tetter les premiers iours, parce qu'en ce temps-là elle est encore esmeüe, & son sang troublé, à cause de l'enfantement : & son lait corrompu, pour auoir crouppi long temps les mammelles. Mais voulant estre nourrice de son enfant, doit premierement faire succer le lait de ses mammelles par quelque pauure femme, ou par vn enfant de l'hospital, afin d'oster le mauuais, & y en faire reuenir du bon : & attendre à donner le tettin à son enfant, iusques à tant qu'elle se porte bien.

Toutes & quantesfois aussi que la nourrice se trouera mal disposee, ou de fiévre, ou de colique, ou de flux de ventre, ou de quelque autre grande maladie, elle ne doit allaiter son enfant, iusques à ce qu'elle soit guarie, & bien laine. Pareillement quand elle prendra

Quand la
mère les doit
allaïter.

Q ij

medecine laxatiue , ou medicament fort chaud , ou fort froid , il ne faut pas qu'elle allaiète ce iour-là. Car les maladies , & les medecines alterent & troublent le laict. Il est besoin cependant de faire allaiëter l'enfant à une autre femme.

Quand il les
faut seurer.

Il est temps de seurer l'enfant quand ses dents sont toutes sorties. Car nature les produit expres pour mascher la viande solide. Et bien que les dents soient communément toutes apparentes au bout de deux ans, si est-ce qu'on ne peut bonnement designer le terme prefix du seurement, pource qu'elles sortent plustost aux vns , & plus tard aux autres. Ioint que pour plusieurs autres consideratiōs, il les faut seurer quelquesfois plustost, & quelquesfois plus tard. Car si l'enfant a affection de prendre autre viande , que le laict , & qu'il la mache & digere bien , il le faut plustost seurer. Au contraire s'il ne tient conte des viandes solides, & les prend contre son cœur , & ne les peut digerer , bien qu'il eust deux ans, & que ses dents fussent sorties , on ne le doit encore seurer. D'avantage, s'il est de nature fort humide, on le doit plustost seurer : s'il est de complexion seche , il le faut laisser plus longuement tetter. Il faut encore regarder sa disposition. Car s'il est maladif , il ne le faut pas seurer si tost, parce que le laict de sa nourrice, pour sa debilité , luy est plus propre que la viande solide. Les maladies qui luy surviennent , quelquesfois contraignent de le seurer plustost, qu'il ne seroit besoin , & quelques-fois plus tard.

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 215

Il faut auoir aussi esgard à la nature du temps, & à la saison. Car en temps chaud comme en Esté, il n'est pas bon d'oster le laict à l'enfant, pour luy donner des grosses viandes, qui sont plus difficiles à digerer. Mais au Printemps, & sur la fin de l'Automne, & quelquesfois en Hyuer, lors qu'on a plus grand appetit, & qu'o fait meilleure digestio.

Encore faut-il prendre garde à la region. Car aduenant que l'enfant fust nourry en vn pays extremement froid, il n'y auroit point de danger de le séurer en Esté, comme au contraire en vn pays fort chaud, on le peut hardiment séurer au cœur d'Hyuer. Au surplus faut auiser au sexe. Car les masles doiuent plustost laisser le laict que les femelles, parce qu'ils ont plustost leurs dents, & ont plus de chaleur naturelle, & plus de force pour masher & digerer les viandes solides.

Les femelles au contraire doiuent tetter plus long temps que les masles, parce qu'elles sont plus molles & plus delicates, ne pouuans pas si bien digerer les grosses viandes. Et ne sert de rien d'alleguer que les filles sont plus humides que les fils, & qu'elles doiuent pour ceste cause user de viandes qui humectent moins que le laict: d'autant qu'elles abondent en humidité naturelle, & non pas en humidité superflue. Il aduient aussi quelquesfois qu'on est constraint de séurer plustost l'enfant, à cause de la nourrice qui a quelque maladie, ou qui n'a plus de laict, ou qui est grosse, & que l'enfant n'en veut point tetter d'autre,

O iij

La maniere de les seurer. On doit seurer l'enfant petit à petit, & non tout à coup, en ne l'allaitant plus tant, ne si souuent que de coustume, & en augmentant la viande solide à chacune fois qu'il souloit en prendre, & luy en baillant plus souuet en lieu du laict. Le temps venu de seurer du tout, s'il veut estre opiniastre à demander la mammelle, faut frotter le tettin d'absynthe, ou de thanaisie, ou de coloquinte, ou d'aloës, ou de quelque autre chose amere, qui ne puisse nuire, pour luy faire hayr la mammelle.

**Quand o n-
doit cōme-
cer à leur
dôner autre
chose que le
laict, pour
leur nourri-
ture.**

Quand les premières dents de l'enfant commencent à poindre, il est temps de l'accoustumer petit à petit à prendre autre nourriture avec le laict. Galien, Auenzoar, & Auerroës defendent expresslement de luy bailler plutost autre viande, si ce n'est qu'il ayt quelque envie d'en manger, & qu'on reconnoisse par les selles, les vrines, le dormir & autres signes, qu'il la peut bien digerer. Toutesfois la plus part des nourrices ne regardent pas à cela. Car long temps deuant que les dents sortent aux enfans, elles leur donnent de la bouillie, & autres viandes plus solides que le laict, disans que le laict est vn nourrissement trop petit, & de trop peu de duree, attendu qu'il lasche le ventre, & par ainsi qu'il est meilleur de les nourrir de viande plus solide, pour les rendre plus forts & plus sains. Mais elles se trompent lourdement. Car tant s'en faut que le laict rende les enfans lasches & debiles, qu'au contraire il les fortifie, parce qu'il est familier & conforme à leur nature, & correspondant au nourrissement qu'ils prenoient au ventre de

DE LA FRAMBOISIERE, L. IIII. 215

leur mette: Et tant s'en faut que la viande plus solide les rende plus robustes, devant que les dents leur percent, qu'au contraire elle les affoiblit & debilite, & leur cause des ventositez, douleurs, tranches, gibbositez, & plusieurs autres accidentz prouenans de repletion & crudité,

On se doit garder de leur donner des viandes qui nourrissent trop, & qui enflent le ventre, & qui engendrent beaucoup de superfluitez; Ny de leur bailler grande quantité de viandes douces, tant pource que nature les attire promptement de l'estomac au foye & aux veines, auant qu'elles soient parfaitement digerees, que pource qu'elles engendrent ordinairement des vers: Ny des viandes grosses, dures, & mal-aysees à mascher & à digerer. Mais il leur faut donner au commencement des viandes delicates, têtres, molles, & faciles à aualler, approchantes au laict en substance & en vertu, cōme est la souuppe de pain, trempee en brouet de chair, ou dissoute en du laict, & la panade faite de mie de pain rapé cuicte à petit feu en bouillô de chair, ou avec du laict. On vse depuis six ou sept vingt ans plus communément de bouillie que d'autre chose.

Mais pour estre bonne, elle doit premièrement estre faite de mie de pain blanc, ou bien de farine auparauat cuite au four, afin qu'elle ne soit pas visqueuse ny grossiere, & plutost avec du laict de chéure que de vache, & ne la faut point laisser trop cuire, d'autant que le laict par longue cuillon perd sa substance ferme & butyreuse, restant seulement la

Quelles viandes on leur peut donner avec leur lait.

O iiiij

fourmägeuse, grosse & de difficile digestion; Et en la cuisant y faut adiouster du miel, à fin de la faire descendre plus aisément, & corriger la viscosité tant de la farine, que de la substance fourmägeuse du lait, pour empescher qu'elle ne se lie en l'estomac, & qu'elle n'engendre obstruction au foye, des vers aux intestins, & la pierre en la vesie.

A laçoir
meli on leur
dor bailler
de la chair
auant qu'
estre feurez.

Depuis que l'enfant a passé vn an, on luy baille aux bonnes maisons du blanc de chap-pô haché menu avec le brouet, & les souppes de pain, ou d'une cuisse de poulet, ou de perdrix. Mais plusieurs maintiennent qu'il n'est pas bon de mesler la chair avec le lait, pour ce qu'estant plus tardive à digerer, elle est cause qu'il se corrompt en l'estomac. Les autres soustienent que c'est bien fait de l'accoustumer petit à petit à la chair, luy en donnant vne fois le iour seulement, & quand le temps de le séurer s'approche, deux ou trois fois. Et façoit que ce differeret ne soit point encore decidé entre les Medecins : toutesfois si nous suivons l'autorité de Galien &c d'Aucienne, on ne doit point donner de chair aux enfans deuant qu'ils ayent deux ans, pource qu'ils ne peuuent encore macher, ne digerer la viande non machee. Ioinet qu'ils n'ont point encore besoин de si grande nourriture que la chair.

De quelles
viandes ils
doient estre
nourris, de-
puis qu'ils
sont feurez.

Apres qu'ils sont séurez, la chair de veau, de mouton, de chapon, poulet, perdrix, phaisan, & autres oyleaux des champs leur est comable. Le bouilly leur est tousiours meilleur que le rosty. Les potages leur sont fort propres. Les œufs frais ne leur sont jamais

juit O

DÉ LA FRAMBOISIERE. L. III. 217
mauuais estans mollets , mais trop bien ceux
qui sont cuictz durs. Le beurre frais leur est
bon à desieuner. Les fraises, les cerises, les pru-
nes, les raisins, les groiselles , & autres fruicts
aqueux se corrópent facilement dans le corps.
Voilà pourquoy il ne leur en faut pas laisser
manger beaucoup. Les pruneaux cuictz avec
succre leur sont fort bons. Il leur est permis
manger tantoft vne bonne pomme , tantoft
vne bonne poire cuicte , sucrée. Il leur faut
defendre les ails , les oignons , les pourreaux ,
les raues, les champignons , la mostarde , les
faleures & cespiceries. Le viel fourmage ne leur
vaut rien, ny la patisserie aussi. Au reste il faut
prendre garde qu'ils ne mangent point trop,
de peur d'estre trauaillez d'inflation d'esto-
mac, vomissement , flux de ventre, courte ha-
leine, epilepsie, escroüelles, gibbosité, ou autres
accidens. Et ne faut pas qu'ils mangent trop
peu aussi , pource qu'ils abondent en chaleur
naturelle , qui a bien tost digéré ce qu'ils
prennent.

Combien que le lait sert de boire aux petits ce qu'ils
enfans, si est-ce qu'il est bon de leur bailler douuent boire ordi-
quelquesfois de l'eau apres qu'ils ont mangé nairement
de la viande solide, pour la detremper , & leur
raffaichir la bouche. Et si douënt depuis qu'ils
sont scurez boire ordinairement de l'eau pure,
ou de la biere, ou du cydre.

Galien & Aujenne defendent expressémēt Pourquoy le
le vin aux enfans qui sont sains, pource qu'e-
vin leur est
stant subtil & penetratif, il leur offense facile-
ment le cerueau & les nerfs , qui sont encors
debiles, tendres & passibles , & leur rend l'es-

pris hebeté & troublé. Joint que bailler du vin
(qui est chaud) aux enfans (qui sont chauds
de nature) c'est mettre du feu sur du feu, com-
me dit le prince des Arabes. Tellement qu'ils
n'ont point besoin de vin, pour les eschauffer,
pource qu'ils ont de la chaleur ce qui leur en
faut.

**Quand ils
pourront é-
mener à
en boire.**

Gordon neantmoins leur en permet boire
vn petit, depuis qu'ils ont quatre ans passez.
Mais il faut auoir esgard au pays, à la saison, à
la complexion & au sexe. Car en pays froid on
leur en peut plustost bailler qu'en pays chaud.
En Hyuer ils en douuent plustost vser, qu'en
Esté. Il n'est point raisonnable que les sanguis
& les bilieux en boient si tost que les phleg-
matics. Les filles douuent commencer plus tard
à boire du vin que les masles, d'autant qu'elles
ont le cerveau plus foible, & plus tendre, &
par conséquent plus prompt à estre remply de
vapeurs, & le visage plus subiect à deuenir
rouge, & couperosé. Et quand on leur en per-
mettra l'visage, il y faudra mettre force eau, afin
de le bien corriger.

**Pourquoy
le dormir
leur est ne-
cessaire.**

L'enfant a besoin de bien dormir, d'autant
qu'il est de complexio humide, & que le som-
meil humecte beaucoup.

**Comme il
les faut
coucher.**

Pour le faire dormir, il le faut coucher droit-
tement sur le dos, quand il n'est nourry que
de lait, & qu'il a encore son corps debile:
mais lors qu'il commence à vser de viâde plus
solide, & que ses membres deuennent plus
durs & plus forts, on le doit coucher tout à
tout sur vn costé & sur l'autre, & quelquesfois
sur le dos.

DE LA FRAMBOISIERE. L. III. 219

Pour prouoquer le sommeil , il le faut ber- Comme il
cer doucement & moderément. Car comme endormir,
le branlement doux & moderé fait retirer la
chaleur au dedans , & assopir l'esprit animal;
ainsi le mouvement fort & inegal, agite le laict.
qui est en l'estomac , empesche la digestion,
trouble l'esprit,& estonne le cerveau. Et faut
en le berçant chanter quelque gentille chan-
sonnette. Car la douce melodie de la voix , luy
est si agreable , qu'elle assopit ses sens , &
l'endort.

Apres qu'il a longuement dormy , le bain Pourquoy le
d'eau tiede luy est merueilleusement profi- bain leur est
table,non seulement pour nettoyer les ordur- profitable.
es du cuir, mais aussi pour resueiller la cha-
leur naturelle , & faire sortir les excremens
fuligineux du dedans au dehors , & pour en-
tretenir le corps en humidité , & le conseruer
mol, à fin qu'il puisse mieux croistre , & deve-
nir plus grand & de plus belle taille. Pour ce-
ste cause Galien , & les autres anciens Mede-
cins veulent que la nourrice le laue tous les
iours, durant le temps qu'il ne peut chemi-
ner, ne fasse exercice; & de là en avant qu'on
le baigne encore par interualles , iusques à
sept ans.

Incontinent qu'on a osté l'enfant du bain, Ce qu'il faut faire à
auant que le mettre en maillot, il faut premie- l'issuē da-
rement l'essuyer avec des vieux linges blancs, bain.
& luy bien nettoyer le nez,les yeux , les oreil-
les, le siege, & presser son petit ventre pour le
faire vriner: En apres le frotter doucement de-
puis la teste iusques aux pieds , avec les mains
seules , ou avec huile douce : Puis façonner

ses membres en tirant les doigts des mains & des pieds, haussant & baissant les bras, pliant & menant les jambes vers les fesses, puis les estendant, & luy faisant courber & redresser l'escrime. Durant qu'il est desmailloté, la nourrice doit tascher par tous moyens de le resouyr, or' luy riant, or' disant des chansons, maintenant en le tenant en son giron, maintenant le soustenant entre ses bras, le faisant danser & sauter en le dorellotat. Et estant r'emmaillotté le porter entre ses bras par la maison, & quand le temps est commode, sortir dehors, & l'amuser à regarder le ciel, les edifices de la ville, les arbres, & les fleurs des iardins, & la verdure des champs. Et l'accoustumer à escouter attentivement les parolles, & luy faire entendre les noms des choses: & le recreer à ouyr l'harmonie des instrumens, & la melodie de la musique. Estant le son des canonades, & harquebusades, des tambours & trompettes, & des grosses cloches, & le bruit du tonnerre, qui luy estoñnenent les oreilles, & luy donnent frayeur.

Ce qu'il leur
faut faire
estans l'é-
crez.

Comme on
leur doit
euacuer les
extremens
du corps.

Quand il est sicuté, la premiere chose quiluy faut faire le matin apres son resueil, est delcharger le corps des superfluitez de la nuit.

Partant à l'issuë du liet on le doit presenter à la selle, le faire pisser, & le faire moucher, pour vuider les excremens du cerneau par le nez: & laver sa bouche d'eau fraiche, & luy nettoyer les yeux & les oreilles. Puis peigner & frotter doncement sa teste, pour purger encore le cerneau par les commissures du rest, & outre cela faire deuenir ses cheveux beaux, & engarder

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 228
que les pouls ne s'y engendrent, & qu'il n'eluy
vienné de la tigne.

Quand il est habillé ille faut laisser aller , ve-
nir,courir,sauter & prendre ses esbats. Car il leur est ne-
cessaire Pourquoy l'exercice
a besoin de prendre exercice , pour exciter la
chaleur naturelle à faire la digestion de la viande
de qu'il a mangée , & l'expulsion des menuës
superfluitez qui en procedent , & pour fortifier
ses membres. Vray est qu'il ne le faut point
contraindre de cheminer devant qu'il ay la
force de se soustenir, de peur que ses cuisses , &
ses iambes ne se courbent de la pesanteur du
corps , & ne deuennent tortuës.

Dès lors qu'il commence à entendre , & à ga- Comme il
zoüiller , il le faut petit-à-petit accoustumer à l'heure de
cognoistre les personnes & les choses , & à les
appeler par leurs propres noms , & à bien pro-
ferer les parolles. Et si tost qu'il a discretion du
bien & du mal , & qu'il sait parler , l'appren-
dre à prier Dieu , & l'instruire en toutes choses
honnêtes , & ciuiles , & le bien morigener , &
neluy permettre jamais dire , ny faire choses
vilaines , & ne point lascher la bride à ses appe-
tis desordonnez , & à ses affections desreglées ,
ains tascher de bonne heure à luy faire aymer
la vertu , & hayr le vice.

Il se faut aussi garder de l'irriter , & de luy Comme il
faire peur , & de le faire trop tire , & de le laisser faut former
trop pleurer & crier , craignant qu'il n'en ayt la leurs meurs ,
veüe offensée , & mal à la teste , & que pour la & regler
trop grande dilatation des parties pectorales ,
& des muscles de l'epigastre , il n'en aduienne
rompure du peritone , & descente du boyau ,
encore qu'il soit bon de le laisser quelquesfois

pleurer & crier vn petit , tant pour rendre les poumons & le diaphragme plus habiles au mouvement de la respiration , que pour purger les humiditez superfluës du cerveau,& des yeux.

Comme il
leur faut
exercer l'es-
prit.

Et quand il a atteint l'aage de cinq à six ans, pour occuper son esprit, il luy faut faire passer le temps à apprendre à lire & écrire. Et apres cela le faire estudier à bon escient aux bonnes lettres : & luy baillet vn Pedagogue qui soit soigneux non seulement de ses estudes, mais aussi de ses mœurs, & qui ne luy laisse rien passer mal à propos , à fin de le rendre aussi vertueux que sçauant. Et vaut tousiours mieux quand il a failly le corriger par douceur, que par rudeſſe. Si toutesfois les benignes remonstrances ne suffisent pour le retenir en son deuoir, il est besoин de venir au chastiment rigoureux.

*La maniere de préserver les enfants des maladies,
auxquelles ils sont sujets.*

C H A P. III.

Comme les
enfants sont
sujets à
plusieurs
maladies.

Aph. 24.

Les enfans bien qu'ils soyent mieux pourueuz que les pl^e aagez de chaleur & d'humeur naturelle,dont depend la vie humaine, si sont-ils neantmoins sujets à plusieurs maladies , comme a tresbien remarqué Hippocrate au 3. liure de ses Aphorismes.

Aux enfans nouveau-nez(dit-il) aduient communément des escorcheures en la bouche,que les Grecs nomment *aphtha*, vo-

De LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 223
 millemens, toux, faute de sommeil, peure en dormant, humidité d'oreilles, inflammation du nombril.

Et lors que leur dents veulent sortir, ils ont Aph. 25:
 demangeaisons des gencives, fiéures, convulsions, flux de ventre, principalement quand les dents canines leur percent.

Et quand ils commencent à devenir plus grâds, Aph. 26.
 il leur suffisent coutumierement inflammation aux amygdales, luxation des vertebres du chinon du col, courte haleine, de la grauelle, des vers, des verruës appellées en Grec *acrochordones*, des glâdes autour des oreilles que les Grecs nomment *satyrismi*, des escroûtelles, & autres tumeurs en plusieurs endroits du corps.

Or (comme déclare Galien au commentaire exposant la cause de chacune desdites maladies) les ulcères de la bouche procèdent de la sérosité du lait, qui pour son acrimonie fait excoriation en cette partie, laquelle est encore tendre & delicate. Le vomissement vient de l'abondance du lait, qui charge le petit estomac. La toux arrive pour la grande humidité du cerveau, qui tombe sur les poumons. Le veiller contre nature, à cause des maux susdits, & quelquesfois de la pointe des humeurs de l'estomac, dont s'esleuent des fumées au cerveau qui le dessèchent. Le treillis de peur en dormant se fait du nourrissemé corrompu de l'estomac, qui envoie des mauvaises vapeurs au cerveau, dont s'ensuivent des songes qui donnent frayeur. L'humidité d'oreilles, depend de l'humidité du cerveau & de tout le corps. L'inflammation

La cause de leurs maladies.

224 **Dv GOVVERNEMENT**

du nombril aduent pour auoir esté mal coupé, ou mal lié. Le demangement des gencives leur vient de ce que les dents les piquent en sortant. Et les fiévres à cause de la douleur, & des veilles, & de l'inflammation des gencives. Les conuulsions suruennent tant pour ceste occasion, que pour la crudité du nourrissemēt, qui offense les parties nerueuses, lesquelles ne sont pas encore assez fortes. Le flux de ventre est excité à cause de l'indigestion de l'estomac. Car d'autant que l'aliment ne reçoit point de parfaictē coction, il ne s'en fait pas aussi d'entière distribution. L'inflammation des amygdales, & la luxation des vertebres du col proviennent des fluxions qui se font en ces endroits-là. La courte haleiné, dite *asthma*, pareillement procede d'humeur phlegmatique qui distile du cerveau sur les instrumens de la respiration. La grauelle trauaille souuent les enfans, à cause qu'ils sont goulus, & que par leur gloutonnie ils engendrēt beaucoup d'humours cruës, desquelles la plus grosse partie descendant avec l'vrine en la vescie, se fait matière de calcul : avec ce qu'ils ont force chaleur, qui est la cause efficiente de la pierre. Les vers tant longs que courts s'engendrent de la pourriture des superfluitez du corps, & de la grande chaleur qui y est. Les veruës de l'abondance d'humeurs enuoyées à la superficie du cuir. Les glandes, les escroüelles & autres tumeurs procedent des matières superfluës, que leur gloutonnie fait multiplier en eux.

Il appert par là que les enfans sont sujets à beaucoup de maladies, qui prennent leur origine

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 225
 origine ou de la sortie de leurs dents, ou de la mauuaise nourriture qu'ils ont tirée au ventre de leur mere , ou du mauuais laict de leur nourrice, ou du mauvais traictement qu'on leur a fait, ou de leur gloutonnie & façon desreglée à tetter, ou à boire, ou à manger , ou à se mouuoir, ou à trop dormir.

Pour faire sortir les dents aysement, & ob-
 tuer au prurit, piquement, inflammation , &
 douleur des gencives, fiévre, conuulsion , flux
 de ventre, & autres accidens qui suruiennent
 durant ce temps là , il est besoin de diminuer
 le tetterement de l'enfant , ne luy donner rien
 qui soit à macher , ny autre chose à manger
 que le laict , entretenir tousiours le benefice
 de ventre. Et ne rien mettre en sa bouche ny
 sur ses gencives qui soit actuellement froid,
 de peur de repousser l'humeur enuoyée pour
 les dilater, & apprester l'issuë de la dent : ny
 aussi actuellement chaud , craignant d'irriter
 la dicte matiere & l'endurcir. Mais ce qu'on y
 mettra soit lenitif, pour adoucir les gencives
 & appaiser la douleur. Parquoy la nourrice
 doit frotter doucement , & chatoüiller longuemēt la gencive avec le doigt, tant pour la
 dilater, que pour en tirer l'humidité qui y est,
 tenant la teste de l'enfant clinée en bas , à fin
 que la baue sorte mieux : puis oindre la gen-
 cive d'huile de camomille , ou de lis , ou d'a-
 mandes douces, ou de gressé de canard , d'oye,
 ou de poule , ou de ceruelle de liéure , ou de
 miel , ou avec beurre frais , ou vn peu salé,
 pour faire mieux filer l'humidité de la genci-
 ue. Quand les dents commencent au prime à se
P

Regime
pour coup
per chemin
aux accideas
qui ont de
coutume
de leur inf-
uoir.

226 LE GOVVERNEMENT
 monstrar, il se faut abstenir de toute chose dure à macher , de peur de les faire mousles. Mais si tost qu'elles commencent à s'endurcir , il faut (dit Auicenne) faire macher à l'enfant vn brin de racine d'iris vn peu verdelette, que la nourrice tiendra de peur qu'il ne l'aualle. Car elle oste la douleur des gencives , nettoye les humiditez qui y sont, & fait que le reste de la dent soit plus ayslement , & le fortifie en sa cassette. Aucuns loüent la reglice vn peu cassée. Les femmes leur donnent vn hochet d'une dent de loup fichée en vne canule d'argent. Pour empelcher les autres maladies, il est nécessaire que la mere & la nourrice , & l'enfant gardent le régime de viure , qui leur a été cy-dessus ordonné. Car c'est vne chose certaine que pour engarder l'enfant d'estre maladif, il faut qu'il soit engendré de semence saine, & nourry au ventre desa mere de bon sang , & depuis sa naissance de bon laict , & toujours bien réglé en sa maniere de viure , de sorte qu'il ne manque de bon traictement devant & apres estre scuré.

*Comment les adolescents se doivent
gouverner.*

C H A P. IIII.

*Régime des
adolescents.*

Les adolescents sont d'un fort bon tempérament. Voilà pourquoi ils se portent mieux au Printemps qu'en nul autre , dit Galien au commentaire de l'Aphorisme 18. du 3. liure. Car l'air temperé est propre à leur na-

turc. Aussi sont bien les viandes temperées.
 D'autant qu'ils croissent tousiours de plus en plus, & qu'ils ont beaucoup de chaleur naturelle, ils ont mestier de beaucoup de nourriture, autrement leur corps en lieu d'augmenter se consommeroit, comme maintient Hippocrate en ses Aphorismes. Paul leur defend l'ysage du vin. Toutesfois craignant les oppilations, ie leur en permettray boire vn petit, mais bien trempé d'eau. Ils ne doivent point tant dormir que les enfans : mais comme ils sont plus robustes, aussi ont-ils besoin de plus grands exercices, moyennant qu'ils soient sans exez. Car les trop violens engar- dent leur corps de croistre en sa iuste grādeur.

Aph. 14. du
1. liur.

Æginete commande qu'ils soient instruēts tant aux arts liberaux que mechaniques, & qu'ils s'occupent en diuerses sortes d'exercices, à fin que trauaillans le corps & l'esprit, ils puissent refrenner les aiguillons & affauts de Venus. Car le coit ne leur vaut rien, parce qu'il leur affoiblit le corps, & empesche l'accroissance des membres, qui ne sont point encores paruenuz à leur parfaicte grandeur. Loint aussi que leur semence n'est point assez elaborée, pour engendrer enfans sans imperfection.

Ils sont subiects à saigner du nez, comme a remarqué Galien sur l'Aphorisme vingtneufieme du troisieme liure, pource que le sang qui abonde alors commence à s'eschauffer.

Pourquoy
ils sont sub-
iects aux
flux de
sang.

Pour s'en garantir, il est requis de garder mediocrement par tout, en leur maniere de viure, & de ne se trop eschauffer le corps à chose

Le moyen
de s'en ga-
rantir.

P ij

quelconque. Il leur est interdit aussi de se baigner en eau froide, de peur que le corps étant trop endurcy ne puisse deuenir grand.

Simplice veut que les iouuenceaux destinez à l'estude de Philosophie, commencent aux bonnes mœurs : ven que pour neant auons cognoscience des choses naturelles, ou diuines, si premier nous ne rejettons les cupiditez defordonnées hors de nostre esprit. Et à la vérité il est nécessaire que leurs precepteurs présent bien gardé à eux, & sur toutes choses qu'ils leur defendent de hanter mauuaises compagnies. Car ils sont en cest aage là fort ayez à se desbaucher, s'ils ne sont bien conduits, & nourris en la crainte de Dieu. Il est impossible pour le iourd'huy qu'en frequentant le monde, ils ne voyent vne infinité de mauuais exemples de gens mal-viuans, lesquels ils imiteront plustost que les bons, si les peres & meres n'y aduisent de près.

Comment les ieunes gens se doivent

gouverner.

CHAP. V.

Regime des
jeunes gens.

La maniere de viure des ieunes gens, qui sont en la fleur de leur aage, doit être froide & humide, pour corriger leur complexion par trop chaude & seche. C'est pourquoi ils se portent mieux en Hyuer qu'en autre temps, à raison qu'il est contraire à leur in-

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 229

temperature, qui est bilieuse, comme monstre Galien sur l'aphorisme dix-huitiesme du troisieme liure. Par ainsi l'air frais leur est bon: comme sont aussi les viandes rafraichissantes. Celles qui sont excessivement chaudes & seches, leur sont nuisibles. Partant doivent fuir les ails, les oignons, pareillement la moutarde, le poivre, le gingembre, & tous autres alimens & condimens acres. Le vin pur, pris en quantite leur offense le corps & l'esprit, principalement quand il est fort. Car il leur cause fièvre & douleur de teste, & trouble & hebete l'entendement, & les prouoque à cholere & à luxure. Mais il est expedient d'en viser sobrement meslé avec de l'eau, non seulement pour nourrir, mais aussi pour evacuer la bile par les vries & les sueurs.

Ils sont forts & robustes pour endurer la peine & le traueil, sans s'offenser. Tellement qu'ils sont beaucoup plus idoines en cest aage là qu'aux autres, à exercer les charges publiques, & à porter les armes. Mêmes sont plus propres à estre marchands, artisans, laboureurs & seruiteurs: pour ceste cause ils sont appellez des Latins *iunenes à iuuando*. Selon la nourriture & l'exercice qu'ils prennent, ils ont besoin de dormir. Car le sommeil est nécessaire pour faire la digestion des viandes, & pour reparer les esprits animaux dissipés par le traueil.

Il semble à voir que cest aage seul soit propice pour les mariages. Car les enfans issus d'adolescents, & de vieillards sont ordinairement defectueux, & imparfaictes de corps ou

Pouliquoy
le mariage
leur est plus
propre
qu'aux au-
tres.

P iij

Dv GOVVERNEMENT
 d'entendement. Mais ceux qui sont engendrez en la fleur de leurs parens, lors qu'ils ont le corps & l'esprit en leur force & vertu, sont trouuez beaucoup plus robustes & plus dispos, pour secourir la republique. Ioint aussi quel l'usage de Venus, moyennant qu'il ne soit pas trop frequent, n'offense nullement les ieunes hommes, tant pour la perfection de leurs membres, que pour l'intégrité de leur force corporelle. Car tant s'en faut qu'ils en soient debilitez, comme les autres, qu'au contraire ils s'en sentent plus alaigres & gaillards. Les bains d'eau froide durant la chaleur d'Ete leur sont profitables pour leur santé. Ils doiéut eviter la cholere, & toutes autres passiōs de l'ame, qui eschauffent & bruslent le sang.

A quelles malades ils font subiects & le moyen de s'en garantir.

Et d'autant qu'ils font subiects aux fiéures tant ardentes que tierces, pource qu'ils abondent en humeur cholérique, de laquelle font engendrées telles maladies, comme declare Galien sur l'Aph. 29, du 3. liu. ils ont besoio pour s'en garantir, de garder exactement le régime, que je leur viens d'ordonner.

Comme les gens de moyen age, se doivent gouverner.

CHAP. VI.

Régime des gens de moyen age.

Le régime des gens de moyen age doit estre plus temperé & moins rafraichissant que celuy des ieunes gens, parce que l'ardeur de ieunesse est passée, & que la froideur de vieillesse les talonne de près. Car on les apper-

çoit desia plus moderez au toucher , & en affaires plus posez & rassis , & en toutes leurs actions plus pesans & moins agiles, qu'ils n'estoient,& n'ont plus la couleur si viue & vermeille, ny le corps si fort, pour endurer tant de peine qu'auparauant. Et sont beaucoup plus offensez qu'ils n'estoient en la fleur de leur aage, du chaud & du froid excessif, de coucher sur la dure, de veiller, de faire trop grand chere, & de faire la desbauche en quelque sorte que ce soit, comme tesmoigne Galien. Partant l'air tempéré leur est conuenable. Les viandes mediocrement chaudes, prises en quantité moderée, leur sont bonnes. Et leur est permis de les espicer un petit avec canelle, gingembre & autres pareils aromates. Et n'ont que faire de se nourrir si fort , qu'ils faisoient en ieunesse, à raison qu'il ne se dissipe pas tant de leur substance, parce que la chaleur naturelle est amoindrie , & qu'il ne se consomme plus rien pour l'accroissance, Ils douent de là en ayant mettre moins d'eau en leur vin, qu'ils souloient faire , & moins trauailler le corps, & plus exercer l'esprit qu'en ieunesse. Ils ont besoin de bien dormir pour restaurer l'esprit animal consommé par l'exercice de leur vacation. Et n'ont que faire d'embrascer si souuent Madame Venus , qu'ils auoient accoustumé. Il ne se faut pas baigner en eau froide , mais en eau tiede. La tristesse & autres passions de l'ame leur sont nuisibles.

D'autant que leur complexion est plus melancholique, ils sont subiects aux maladies qui procedent de melancholie , & nommément & pourquoy.

Gal. sur
l'Aph. 30^e
du 3. lia.

P iiiij

aux hemorroïdes. Car elles arrivent quand le sang melancholique tombe à coup sur les veines qui sont alentour du siège. Et ne laissent toutesfois pour la quantité d'humeur chole-rique qu'ils ont amassée en ieunesse, d'estre saisis de fièvre aiguë, phrenesie, peripneumonie, pleuresie, cholere, dysenterie, & autres maladies biliéuses, voire encore plustost que les ieunes, d'autant qu'ils ont le corps plus débile. Même comme leur chaleur naturelle vient à diminuer, & leur force à decliner, à mesure que la vieillesse approche, ils commencent dès à estre trauallez de courte ha-leine, de lethargie, lienterie, & autres affe-ctions phlegmatiques, familières aux vieilles gens.

Le moyen
de les en
préserver.

Pour les préserver de toutes ces maladies, il faut qu'ils tiennent en leur maniere de viure tousiours le milieu entre les ieunes, & les vieilles gens : & quand l'occasion le requiert, qu'ils soient soigneux de se faire purger par l'ordonnance d'un docte Medecin, avec me-dicaments tantoft melanagogues, tantoft cho-lagogues, tantoft phlegmagogues, selon qu'il jugera estre expedient.

*Comme les vieilles gens se doivent
gouverner.*

C H A P. VII.

Régime des vieilles gens. **P**uisque la vie dépend de la conseruation de la chaleur & de l'humeur radicale, les vieilles gens ont besoin, pour viure longue-

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 233
 ment & sainement de corriger leur tempéra-
 mens froid & sec, par vn régime chaud &
 humide.

C'est pourquoy ils se portent beaucoup
 mieux en Esté, pource que l'air chaud leur est
 propice. Pour ceste cause leur chambre ne
 doit iamais estre sans feu.

Les viandes pareillement de complexion L'air propre
aux vieilles
gens.
 chaude & humide leur sont bonnes, moyen-
 nant qu'elles ne soient pleines d'extremens,
 & qu'elles n'engendrent gros suc. Car elles
 doiēt estre de bon suc, de facile digestion, &
 d'une matiere rare, d'autant quela substance
 des vieillards ne se dissipeguere. Partant faut
 qu'ils se gardent d'ysfer de toutes viandes vis-
 queuses, grossieres, vêteuses, phlegmatiques,
 melancholiques, & qui peuuent opiler.

Leur pain doit estre de bon froment bien
 cuict & bien leué, avec vn peu de sel, & māgē
 au bout d'vn iour ou deux. Car si tost qu'il est
 tité du four, il ne se digere pas si aisement, &
 engendre des obstructions. Le dur aussi des-
 feche trop. Les tartes, flans & gateaux sans
 leuain leur sont nuisibles, pource que tels ali-
 ments sont opilatifs, & de fort difficile dige-
 stion. Leur nourriture ordinaire doit estre de
 bons chappons, poulettes, pigeonneaux, per-
 dreaux, phaisans, gelinottes, tourterelles, veau
 & mouton, & non pas de porc & de bœuf,
 ou autre chair semblable. Il leur faut faire des
 hachis delicats avec quelque saulce, des bons
 consommez, de la gelee, & du blanc man-
 ger. Les œufs frais & mollets leur sont tres-
 bons, car ils nourrissont beaucoup & prom-

De quelles
viandes il les
faut nourrir.

234 LE GOVVERNEMENT
 ptement. Les durcis ou fricassez ne valent rien, pource qu'ils engendrent vn gros suc, & arrestent trop dans l'estomac. L'usage des poisssons leur est contraire. S'il leur prend envie d'en manger, ils choisiront la sole, la truite, & la perche, & les feront habiller avec le sel, la sauge, le fenouil & le vin. Les viandes de hault goust, & qui piquent vn peu, comme aussi les saleutes ne leur sont pas mauuaises pour ouvrir l'appetit, esueiller la chaleur naturelle, & consommer tout plein de gros phlegmes qui sont dans leur estomac. Il est bon d'espicer leurs viandes avec le poyure, gingembre, canelle, & d'vsier de la moustarde grise. Les ails & les oignons ne leur sont pas mauuais, s'ils les aymet. Le fourmage ne leur vaut rien, le beurre leur est sain, pource qu'il les humecte, les eschauffe, & si adoucit la poitrine. L'huile d'olive aussi est tres-bon. Le laict sert à quelques vns, mais à ceux qui ont beaucoup d'obstructions il nuisit plustost. Les anciens ont fait grand cas du miel en cest aage, ils en mettoient à leur pain, à leurs saulces, & quasi à toutes leurs viandes. Les fruitz cruds & qui sont trop humides, pource qu'ils se corrompent aisement, ne leur sont pas bons. Les tafins de damas sont amis du foye, de l'estomac, des reims, & de la vescie. Les amandes font dormir, & nettoient les voies de l'vrine. Les figues seches, les dattes, les mirobolans & noix confites, les oliues, & les pignons leur sont propres.

La quantité
de leurs viā-
des.

Au demeurant il ne les faut jamais charger de beaucoup de viandes, pource qu'ils ont

DE LA FRAMBOISIERE. L. IIII. 235
 fort peu de chaleur naturelle , laquelle s'estendroit, ainsi qu'un petit feu s'estouffé quand on iette grande quantité de bois dessus. Loint aussi qu'ils endurent aisément le feu, comme tesmoigne Hippocrate en l'Aph. 14. du I. liu. Par ainsi vaut mieux leur bailler à manger peu & souuent , principalement à ceux qui sont en l'âge decrepiti. Car ils ne peuvent si bien endurer la faim , que les autres , parce qu'ils sont comme les lampes quasi esteintes, ausquelles il faut continuallement verser peu à peu de l'huile , de peut de les esteindre , y en versant beaucoup tout à un coup & soudainement.

Le boire est autant profitable aux vieillards, La boisson des vieilles gens.
 comme il est domageable aux enfans. Le vin est tout leur confort, & pour ce on l'appelle le lait des vieilles gens: il leur reschauffe toutes les parties du corps, & purge la féroïté des quatre humeurs par les vrines. Ils en doivent choisir du bon , & ne le doivent tremper. Le vieil leur est beaucoup meilleur que le nouveau. Les vins nouveaux doux & grossiers ne valent rien , pour ce qu'ils oppilent le foie , la rate, les voyes de l'vrine , & rendent la vieillesse subiecte à l'hydropisie , ou à la pierre. Ils peuvent quelquesfois viser d'Hypocras, de vin de Candie & de Malvoisie. L'hydromel vivant est recommandé de tous. Au reste les vieillards doivent boire peu & souuent.

Les vieilles gens se doivent contenter d'un L'exercice des vieillards.
 exercice modéré, de peur q' ce peu qu'ils ont de chaleur ne se dissipe. Les frictions leur sont

Il est expedient qu'ils s'emploient au soulagement de la Republique par conseil, & meur iugement, se deportans du maniment des af-faires, où la force du corps est requise : bien qu'à l'étree de leur vieillesse ils se puissent en-core honnestement acquitter de quelque bonne charge civile.

Le dormir desvieillards

Iaçoit qu'il fust meilleur de dormir seulement la nuict, & veiller le iour : si est ce qu'il est permis aux vieillards de dormir vn peu apres le disner, principalement en Esté, d'autant qu'ils passent quasi toutes les nuicts en veilles, à cause de leur temperament qui est sec, & des vapeurs acres qui s'esleuent ordinairement d'un phlegme salé.

Comme il faut destourner les vieillards de toutes violentes passions de l'ame.

Les vieillards se doivent tant qu'ils pourrót rendre libres de toutes passions violentes. Et pource qu'ils sont ordinairement subjects à la peur, aux ennuis, au chagrin, à cause de leur temperament froid, & de la foiblesse de leur ceteau, on leur en doit oster toutes les occasions, craignant de les refroidir d'avantage. La cholere ne leur est pas si nuisible que la tristesse. Il les faut resiouir le plus qu'on pourra, & pour leur donner du contentement mignarder leurs sens, la veüe, l'ouïe, l'odorat, & le goust, en proposant à chacun des objets agreeables.

Comme il leur faut ref. isoir lavée.

Pour donner plaisir à leurs yeux, ils passeront le temps à voir de belles femmes, à regarder la varieté des fleurs, la diuersité des belles couleurs, & porteront tousiours quelque precieuse bague, & entre autres le saphir, & l'esmeraude, pource qu'il n'y a point de cou-

DE LA FRAMBOISIERE, L. IIII. 237

leur qui conserue plus la veue que le vert & le violet.

Pour delecter l'ouye, ils preferont l'oreille à la musique des voix & des instrumens , on les entretiendra de discours plaians, on les flattera, on ne leur contredira en rien.

Pour recreer l'odorat ,ils auront tousiours quelque bonne senteur sur eux, comme chaîne, & pôme musquée, ou bouquet de fleurs, & se laueront la barbe ,les mains , le visage , avec des eaux odoriferantes.Pour le goust, on leur baillera ordinairement quelque friandi. Le goust se afin d'esuiller leur appetit.

La maniere d'obuier aux accidentz , qui incommodent ordinairement les Vieillards.

CHAP. VIII.

HIPPOCRATE au dernier Aphorisme du 3. liure a diligemment remarqué les maladies ausquelles sont subjects les vieillards. Il leur aduient (dit-il) des catarrhes avec toux , difficulté de respirer, strangurie, dysurie, douleur nephritique , arthritique, vertige ,apoplexie ,cachexie , demangeaison de tous les corps , veilles, humidité des yeux, des narines, & du ventre, obscurité de laveue, & dureté de l'ouye. Car les vieillards (dit Galien) sont fort souuent trauaillez de catarrhes avec toux , pource que les parties de la teste sont aisement mortfondues, & qu'il s'engendre en eux force superflitez pituiteuses , à cause qu'ils ont la téperature du cerveau bien froide. La difficulte de respirer, qu'on appelle

Côment les
vieilles gens
sont subiects
à plusieurs
maladies,

en Grèce asthmatite son origine des defluxions du cerueau. Et quelquesfois procede des instrumēs de la respiration qui amassent vn tas d'excremens pituiteux. Pource qu'ils ont les forces debiles, les reins sont souuet oppilez, & s'y engédrent des pierres, quād il s'arreste là des superflitez grosses & visqueuses, qui deuinent dures cōme des cailloux. Les douleurs de iointures s'engédrent quelquefois par defluxions d'humeurs superfluës qui se font sur ces parties là, quelquesfois à cause de la froideur des organes que nature a fabriqué pour leur mouuemēt. Les vertiges leur aduiennēt à cause de l'esprit vaporeux, qui est agité d'un mouuemēt desreglé dans les ventricules du cerueau. Souuent aussi des superflitez vicieuses amassées en l'estomac, il s'escleue vne exhalatiō vaporeuse au cerueau qui est cause du vertin. Il n'y a point de maladie plus familiere aux vieilles gens, que l'apoplexie, pourcequ'ē cest aage là, le cerueau est rēply de superflitez phlegmatiques. Ils sont de fr̄ mauuaise habitude, que s'il leur arrive quelque vlcere, à grande peine la peut-on guarir, par faute de sang. Ils se grattēt & demāgent fort, pource que les superflitez qui excitent le prurit s'euaucēt difficilemēt par le cuir, à raison qu'il est pour la frigidité plus espés, & que les excremens sont plus grossiers & en quantité. Plusieurs veillent continuellement pource qu'ils ont beaucoup de soing, & encore plutoſt pource qu'ils ont le corps desseché. Autres sont endormis, quand il s'amasse au cerueau force superflitez pituiteuses. Les humiditez des yeux & des

DE LA FRAMBOISIERE, L. IIII. 239

marines, leur aduennent à cause des superfluitez du cerueau, lesquelles descendanttes au ventre, le rendent souuent humide. L'obscurité de la veüe, & la grauité de l'ouye leur arriuerent pour la debilité de la faculté sensitue, & pour la grande siccité des organes, semblent qu'ils ayent vne espece de cataracte. Les vieillards Aduis pour pour se garantir de toutes ces maladies, doys-
s'en garatir. uent garder exactement le régime cy dessus prescript, & si tost qu'ils se sentiront accablez de quelcune d'icelles, ils doiüent auoir recours de bonne heure à vn Medecin expert, qui leur ordonnera les remedes couenables pour la guarison. Outre les maladies declarees par Autres incô-
moditez des Hippocrate & Galien, nous voions les vieil-
lards encore incommodez d'autres accidens.

Car ils ont ordinairement le ventre dur, ils sont pleins de vêts, ils abondent en phlegmes & serositez acres, qui leur causent non seulement des demangeaisons, mais aussi des ardeurs en pissant : & sentent vne foibleſſe vniuerselle, pourcequ'ils ont l'estomac debile, &c. la chaleur de tout le corps languide.

Mais on peut pouruoir à toutes ces incômo- Par quel moyen les ditez avec les remedes benings & amiables. peut corriger.

Premierement il leur faut rendre le ventre ger. Comme on lasche, avec des bons bouillons laxatifs. Entre autres celuy qui est fait d'un vieux coq, bien foulé, puis tué, euentré & farcy de racines de persil, de feuilles de bourrache, buglose, pimpernelle, mercuriale, espinards, hysope, figues grasses, raisins de damas, dattes, iuiubes, & semence de carthame, leur fert infinité. Car outre ce qu'il tient le ventre lasche, il nettoye les voies de l'yrine, & est fort propre pour la

240 LE GOVVERNEMENT
poitrine & courte haleine, à laquelle ils sont
subjets. Les clystères remollitifs, & les suppos-
sitoires leur doivent estre ordinaires. Galien
ne veut pas qu'on vse de clystères violents &
acres, il se contente de la seule huile d'olive.

Comment ils
pourront cu-
er le ex-
cremens
phlegmati-
ques, & les
fereux.

Pour leur purger doucement les cruditez de
l'estomac, d'où procedent tant de ventositez,
ils prendront quelquesfois des pilules de hie-
te, de celles qu'on appelle mastichines, & de
l'aloës bien préparée. La terebenthine nettoye
tous les viscères sans danger. Les racines de
persil & d'ache, le vin subtil, le miel, le vin
miellé, & autres légers diuretiques, sont pro-
pres pour euacier la grande abondance d'ex-
cremens fereux contenue aux veines, & chas-
ser avec l'vrine la grauelle des reins.

Remedes
pour la soi-
bleffe d'e-
stomac.

Pour la foibleffe de leur estomac, & pour dis-
siper les ventes qui le trouaillent, on recommande
la racine de gingembre confit, les tablettes
d'aromaticum rosatum, l'anis confit, l'eau de
cannelle, l'essence d'anis & de girofle.

Pour ef-
chauffer les
viciards.

Pour esueiller la chaleur qui semble estre
endormie par tout le corps, monsieur du Lau-
rent est d'aduis de leur faire prendre souuent
le poix de deux escus d'ambre gris dans vn
œuf bien frais. l'approuue fort l'vlage du the-
riac, mithridat, de la confection alkermes, des
eaux theriacales, imperiales, celestes.

On peut aussi fortifier toutes les parties par
remedes externes, cōme le cerveau par bōnets
& poudres cephaliques, le cœur par empla-
sters, onguêts & sachets: l'estomac par onctios
& escussos. Bref toutes choses aromatiques &
qui sentent bō sont propres aux vieilles gens.

LE



LE
GOVVERNEMENT
REQVIS EN CHA-
CVN PAYS.

A
TRES-HAVT ET TRES-
ILLVSTRE PRINCE,
FRANÇOIS DE LORRAINE,
Comte de Vaudemont.

MONSEIGNEVR,
*Durant que i'estoys em-
 ployé à vostre seruice en
 ma vocation, vous m'a-
 uez tousiours faict de-
 mōstration d'une si bonne volonté, que
 la longueur du temps ne m'en a point
 effacé la memoire, ny la distance du
 lieu destourné de vostre souuenance.
 C'est pourquoy entre tous mes Gou-
 uernemens, i'ay choysi cestuy cy qui*

Q

242
*n'est pas moins delectable, que profitab-
le à la santé, pour le consacrer à la
grandeur de vostre nom, à fin de vous
rendre un tēmoignage signalé du de-
sir extrême que i'ay de demeurer à ja-
mais,*

MONSIEUR,

*Vostre très humble serviteur, & fidèle
Médecin LA FRAMBOISIERE.*



L E
CINQVIESME LIVRE
DV GOVVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

*Qu'on se doit diuersement gouerner en son viure,
selon la diuersité des pays.*

CHAPITRE I.

OMME la terre est proche ou
loing du Soleil, aussi reçoit-elle
plus ou moins la vertu de ses
rayons. De là vient qu'ayant
diuisé tout son globe en cinq
zones, on trouue celle qui est
situee au milieu entre les deux tropiques ex-
trememēt chaude, pource qu'elle a touſiours
le Soleil ſur ſa face: & les deux dernieres qui
approchent les poles; horriblement froides,
à raison qu'elles ſont trop arrières de luy: &
les deux autres affiſes entre les tropiques, &
les cercles arctiques & antarctiques, aucune-
ment temperees, & à cefte occaſion plus ha-
bitées, neantmoins plus chaudes & feches es-
endroitsexpoſez au Soleil, & plus froides &

Q ii

244 LE GOVVERNEMENT

humides aux costez opposites. Il appert par là que les contrees de la terre sont toutes differentes en temperature.

Que les vêts
sont de di-
uerse natur

C'est pourquoy les vents qui soufflent des quatre coings de l'univers, sont aussi diuersement temperez. Car bien qu'ils soient tous (comme monstre Aristote ch. 4. du 2. liu. des Meteor.) engendrez d'une abundance de chaude & seche exhalaison, esleuee de la terre en haut par la vertu du Soleil, & violement repousee en bas au tout de la terre, par la froideur & humidité de la moyenne region de l'air, qu'elle rencontre en son chemin : si est-ce qu'ils tiennent ordinairement de la nature des pays d'où ils viennent. Car les vents soufflans d'Orient, d'Occident, de Midy & de Septentrion, ont chacun leur propre tempe-rament, qui procede de la nature des regions d'où ils sont premierement sortis, comme nous declarerons particulierement cy apres.

Que les per-
sonnes tien-
nent touzours
de la cōple-
xion de leur
pays.

Nous voyons pareillement les personnes tenir touzours de la complexion de leur pais: Et les regions temperees rendre les corps té-perez, les chaudes bilieux, & les froides pi-tuiteux. Aussi apperceuons-nous aux pays chauds regner plustost les maladies chaudes, és pays froids les froides: les humides és con-tries humides, & les seches és lieux secs.

Que chaque
pays a sa mo-
de de viure
à part.

Pour ceste cause, il est necessaire selon la diuersité des pays d'user de diuers maniere de viure. Car il est besoin és regions chaudes, de se goutierner autrement qu'és regions froides, & aux lieux humides autrement qu'aux lieux secs.

Comment il se faut gouverner les regions temperees.

CHAP. II.

LEs pays situez entre Orient, Occident, Qui sont les pays tempe- rez. Midy & Septentrion sont bien temperez. Car estans assis iustement au milieu des extremitez, ils participent également du chaud, du froid, du sec & de l'humide. D'avantage ils ne sont point incommodez des vents Orie- taux, Occidentaux, Meridionaux & Septen- trionaux, pource que ces vents qui viennent du bout du monde, estans paruenus iusques à eux, n'ont point de force pour leur mal faire, à cause de la longue distance.

C'est pourquoy les pays qui tiennent le mi- tan sont plus peuplez que les autres, d'autant qu'ils sont pour leur temperature fertiles en tous biens, tres-salubres & heureux en tous endroits. Les habitans de ces pays-là ont la taille belle, l'esprit bon, le corps robuste, ils sont dispos, gaillards & de bonne humeur, d'autant que la bonne temperature de l'air rend les mœurs plus douces. Au contraire les nations trauallees tant de chaleur excessiue, que de froideur extrême, sont barbares, dit Aristote en ses problemes.

Il est permis en ces quartiers là, de viure à Maniere de viure des pays tempe- rez. sou plaisir, de boire & de manger tout ce que on trouuera bon; & de prendre des viandes plus ou moins selon son appetit. Et bien qu'il soit vtil de se nourrir d'alimens temperez, semblables à l'air de la patrie, si peut-on toutesfois sans aucunement engager sa santé, viser

Q. iii

246 **LE GOVVERNEMENT**
 alternatiuement de viandes chaudes, froides,
 seches & humides, moyennant que ce soit
 avec mediocté. Il est licite de s'exercer à tout
 ce qu'on voudra, de dormir & veiller autant
 qu'on en aura envie, d'accorder Dame Venus
 toutes & quantesfois que l'humeur en pren-
 dra, & de se resiouir en tout ce qu'on trouue-
 ra agreable.

Comment il se faut gouverner les regions Orientales.

CHAP. III.

La nature des pays Orientaux.

Les regions Orientales sont plus chaudes & seches, que les Occidentales, attendu qu'elles produisent toutes sortes d'espices, de drogues aromatiques, & de bônes odeurs, que nous ne voions point naître les Occidentales. Aristote dit que cela aduient à raison que le Soleil demeure plus longuement dessus les côtes Orientales, & se retire plustost & arrive plus tard aux Occidentales, à cause de leur situation: d'autant que l'Orient a l'Ocean devant lui, qui est vny par tout, tellement que le Soleil venant à se lever, ne rencontrant aucun obstacle, esclaire de bonne heure les païs Orientaux: & les eschauffe incontinet. L'Occident au contraire a beaucoup de montagnes qui empeschent le Soleil d'y luire si tost, & d'elancer quant & quant ses rayons par tout. Pour cette cause les nuiëts y sont froides & humides. C'est pourquoy les vents Orientaux sont plus chauds & secs, & les Occidentaux plus froids & humides.

Des vents Orientaux.

Puis que les personnes tiennent tousiours Des gens de la nature de leur pays, il ne faut point douter que les Orientaux ne soient chauds & secs, & de complexion Solaire. Pour ceste cause nous les voions plus vigoreux, virils, courageux & hardis. Ioint que l'Orient, à raison que c'est l'endroit d'où procede le commencement du mouuement des Cieux, selon Aristote au ch. 2. du 2.liu.du Ciel, est la partie dextre, laquelle est naturellement plus robuste que la fenestre,

Les Orientaux sont subiects aux maladies chaudes, prouenantes d'humeurs bilieuses. Partant ont besoin d'vser de viandes raffraichissantes, & de mettre force eau en leur vin, & feront mieux de vēdre leurs espiceries aux autres nations, que de s'en seruir. Les bains d'eau douce leur sont profitables. L'exercice violent, la cholere, & toutes autres choses qui eschauffent & dessechent fort, leur sont nuisibles. Le dormir leur est bon, & le coit frequent contraire.

Comment il se faut gouvener les regions Occidentales.

CHAP. III.

COMME les pays Occidentaux au regard La nature des pays & vents Occidentaux. des Orientaux sont froids & humides, ainsi sont les vents qui en viennent. Combien que celuy qui souffle à l'endroit du Ciel, où le Soleil se couche au temps de l'équinoxe, qui est le Prince des vents Occidentaux, soit le plus tempéré de tous.

Q. iiii

**Des gens Oc-
cidentaux.**

Les gens Occidentaux sont pareillement plus froids & humides que les Orientaux, & par consequent plus effeminez, mols & delicats, tenans de la nature de la Lune qui se mostre tousiours la nuit vers l'Occident. Qui est cause que ceste partie comme opposite à l'Orient est reputee nocturne & sinistre.

**Le regime de
viure des Oc-
cidentaux.**

Aussi sont-ils plus subiects aux maladies froides, qui procedent d'humeurs phlegmatiques. Et pourtant ont besoin d'vser d'une maniere de viure chaude & seche. La chair leur est plus propre rostie que boüillie. Le poisson, les porages, les salades, & les fruiëts ne leur sont pas bons. Les espiceries, la saulge, l'hysope, thym, & autres herbes pareilles leur sont conuenables. Ils n'ont que faire de tremper beaucoup leur vin. L'exercice leur est fort profitable. Le dormir excessif, le frequent embrasement de Venus, & la tristesse leur sont nuisibles.

Comme il se fait gouverner les pays Meridionaux.

CHAP. V.

**La nature
des regions
Meridiona-
les.**

Les regions Meridionales sont chaudes, pour la proximite du Soleil, & humides à cause des vapeurs qu'il excite, & pour le voisinage des contrees Occidentales.

**Des vents
Meridionaux**

C'est pourquoi les vents Meridionaux sont chauds & humides. Ioint aussi qu'ē passant par la Zone torride, & par la mer Mediterranee, ils apportent de là, force vapeurs chaudes

& humides avec eux. On les tient pour les plus mal-faisans de tous. Car ils ouvrent les pores du corps humain, & en tirent la chaleur naturelle, & y engendrent abundance de superflitez, & pourriture aux humeurs, & causent en ce faict beaucoup de maladies, mēme la pestilence, par le moyen des tonnerres, des orages & des pluyes qu'ils amenant, qui alterent l'air, & la nature des personnes.

Les gens Meridionaux sont de complexion De ceux qui habitent es pays Meridionaux. merueilleusement chaude. C'est pourquoy ils sont ordinairement difformes, maigres, de petite stature, de couleur tanée, obscure & bafanée, & ont les yeux noirs, les lèures grosses & esleuées, les cheueux crespus, & la vois grefle; & sont foibles de corps, mais excellens en gentillesse d'esprit, tres-subtils & ingenieux, & s'addonnent volontiers à contemplation, & à l'estude des lettres. Ils ont mesme inventé plusieurs sciences occultes, descouvert les secrets de nature, institué les Mathematiques, obserué les mouuements celestes, & premièrement dressé l'estat de la religion. Ils sont solitaires, tristes, secrets, ruzez, lôbres, & neantmoins lascifs & paillards. Ils sont subiects à phrenesie & manie, à songes estranges, à toutes sortes de gratile, & ladrerie, maladie si commune entre-eux, qu'on ne rencontre par les châps en ces pays-là presque qu'Hospitaux pour les ladres, comme recitent Leon l'Africain, & Aluarez.

Pour ceste cause ils doiuent viser de toutes choses qui rafraichissent fort, manger des portages, des salades, des fruictis, assaisonner leurs naux. Régime de viure des Meridionaux.

250 **LE GOVVERNEMENT**
 viandes de jus de citrons, d'oranges, de grenades, & manger peu à la fois, mais plus souvent en récompense, & boire de l'eau ou du cydre, & s'abstenir du tout de vin, ou pour le moins le bien corriger d'eau, & ont plus besoin de repos, que d'exercice: & de dormir que veiller: & de coucher à part, qu'avec Dame Venus: & de donner relâche à leurs esprits, que de les trop traauiller. Les bains d'eau douce leur sont singulierement bons.

*Comme il se faut gouverner les pays
Septentrionaux.*

C H A P. VI.

**La nature
des regions
Septentrion-
nales.**

Les regions Septentrionales sont horriblement froides, à cause de la perpetuelle absence du Soleil, & seches à raison que la sécheresse fait constumierement compagnie à l'extreme froideur.

**Des vents
Septentrion-
aux.**

Voilà pourquoi les vents qui procedent de Septentrion sont froids & secs. Ils sont nuisibles aux fruits, mais tres-salubres & profitables aux personnes , pource qu'ils reserrent les pores, & conservent la chaleur naturelle au dedans, & rendent, comme dit Hippocrate, les corps plus robustes, plus agiles, mieux courlorez, éclarcissent l'ouye , purifient tous les sens, ferent l'air, & consomment toutes superflitez.

**Aph. 17. da-
3. liu.**

Galien au chap. 13. du 2. liu. du régime de santé dit que les habitans des contrées froides sont de tempérément inegal , attendu qu'ils

**La comple-
xion des
Septentrion-
aux.**

DE LA FRAMBOISIERE. L. V. 251

ont les parties exterieures froides, & les interieures fort chaudes. Partant les Septentriонаux, bien qu'ils tiennent de la complexion du pays, si ont-ils neantmoins dans le corps abundance de chaleur naturelle & d'humeur radicale, à cause de la froidure de la region, qui empesche la dissipation des esprits. C'est pour quoy ils sont coutumierement de grande stature, & de grosse habitude, de couleur blâche, & ont la peau deliée, les cheueux vnis, longs & blonds ou roux, les yeux de couleur de ciel, la voix aspre & forte, & surpassent autant en force corporelle les Meridionaux, que ceux cy les excellent en subtilité d'esprit. L'abondance de l'humeur & du sang qui empesche la speculation, est cause qu'ils s'appliquent plus aux choses sensibles, & aux arts Mechaniques, qu'aux sciences contemplatiues. Car leurs esprits grossiers & lourds estoient par la pesanteur du corps retirez du ciel en bas vers la terre, s'occupent à la recherche des metaux, à la conduite des mines, à fondre & forger ourages de fer, acier, cuivre, airain, elquels ils sont admirables, iusques à auoir inventé la Canonnerie, & l'Imprimerie. Ils ne sont point fins ny cauteleux, ains libres à parler, principalement apres le vin. Au reste ils sont subiects aux maladies plethoriques, comme fiéures, fluxions, & tumeurs.

Pour resister à la froidure de la region, ils ont besoin de bon feu, & d'estre tousiours chaudemant vestuz. Les grosses viandes avec les espiceries, & les herbes chaudes leur sont bonnes. Le vin fort ne les offense point,

La maniere
de viure des
Septentriонаux.

moyennant qu'ils n'en prennent pas excessivement. Il leur est permis de bien boire & manger ; mais non pas de ne faire qu'un repas le jour, qui dure depuis le matin jusques au soir, comme font plusieurs. Il leur est loisible aussi de bien dormir, & d'acoller à leur resueil Dame Venus, quand l'envie leur en prendra. L'exercice sur tout leur est fort profitable.

Comme les François se doivent gouverner.

CHAP. VII.

La division de toute la terre.

COMME la description de toute la terre est appellée Geographie, ainsi la description de chacune région est-elle nommée Chorographie. Toute la terre est divisée en quatre parties, l'Europe située du côté de Septentrion, l'Asie au Leuant, l'Afrique au Midy, & l'Amérique vers le Ponant.

La température de la Gaule.

L'Europe qui est de tous costez bornée de la Mer, excepté à l'endroit d'Orient, où elle n'est séparée de l'Asie, que par le fleuve Tanais; bien qu'elle soit tenuë pour la plus petite partie du monde, si contient-elle néanmoins beaucoup de régions, dont la Gaule est la plus tempérée de toutes, & pour cette cause la plus peuplée, d'autant qu'elle est iustement située au milieu des quatre pays notables, qui l'environnent de tous costez, à savoir l'Italie assise entre l'Orient & le Midy, l'Espagne entre le Midy & le Ponant, l'Angleterre entre le Ponant & le Septentrion, & l'Allemagne entre le Septentrion & le Leuant.

La situation de la Gaule.

DE LA FRAMBOISIERE. L. V. 253

De là vient que les Gaulois participent des <sup>La complexe-
xion des</sup> complexions, & des mœurs de toutes ces na-
tions, & ont vne inclination naturelle à imiter
tant en habits qu'en toutes autres choses, tan-
tost les vns, tantost les autres. C'est pourquoy
Cesar les appelle legers.

Toute la Gaule est diuisée en quatre parties, ^{La diuision}
en la Belgique, qui est exposée au Septen- ^{de la Gaule}
trion, la Celtique qui tire d'Occident vers
Orient : l'Aquitaniq[ue] qui regarde l'Occi-
dent : & la Narbonnoise qui est directement
au Midy.

Chaque partie contient plusieurs prouvinces, <sup>Prerogatiue
de l'Isle de France.</sup>
entre lesquelles l'Isle de France, qui est cōme
le cœur de la Gaule, tient le premier rang. C'est
pourquoy les habitans d'icelle sont propre-
ment nommez François, combien que tous
ceux qui demeurent ès prouvinces de la Gaule
reduites aujourd'huy sous la Couronne de
France (lesquelles font le meilleur Royaume <sup>Pourquoy
les Gaulois</sup>
de toute la Chrestienté) communément soient
appellez François, non tant pour'estre sortis
de Franconie, que pour auoir été de tout téps
amateurs de franchise & liberté, ne haillans
rien plus que de viure sous la subiection des
Princes estrangers.

Ce sont gens deliberez, courageux, actifs & <sup>L'humeur
des François.</sup>
diligens, belliqueux, & non moins ingenieux
que hardis au faict de la guerre: au surplus tres-
affectionnez à la cognoissance des langues, à
l'estude des arts liberaux, & aux bônes lettres.
Ils sont braues, ioyeux, accorts & gracieux. Car
ils s'accordent facilement avec toutes per-
sonnes de quelque pays qu'ils soyent, & sur-

La manière de viure des François, & de leurs voisins.

Les François qui demeurent presques au mitan des Gaules, doivent garder vne maniere de viure temperée, comme doivent faire aussi les Briards, Champenois, Gastinois, Beaucerons, Niuernois, Bourbonnois, Berruyers, & autres habitans des contrées qu'il sont autour de l'Isle de France.

Des Lorrains.

Les Lorrains bien qu'ils soient plus Orientaux que les François, ne doivent pas pourtant se nourrir d'alimens plus froids qu'eux, à raison qu'ils approchent du Septentrion.

Des Bourguignons, Dauphinois, & Piedmontois.

Les Bourguignons, Dauphinois, Piedmontois, & tous ceux qui sont attenans des Provinces Orientales non esloignées du Midy, ont besoin d'ver d'un régime de viure raffraîchissant.

Des Prouenceaux, & leurs adhérents.

Et les Prouenceaux, Languedochiens, Gascons & leurs adherans, directement exposez au Midy, encore d'avantage.

Des Guiennais & leurs adjoinctes.

Ceux de Guienne, Xainctonge, Poictou, & autres Provinces Occidentales de la Gaule, non esquartées du Midy, doivent tenir vne façon de viure tant soit peu chaude.

Des Bretons.

Les Bretons qui regardent l'Occident, doivent vser d'une maniere de viure d'autant plus chaude, qu'ils approchent plus près du Septentrion.

Des Normands, Picards, Flamans, & Flamens.

Les Normands, Picards, Flamans & autres habitans des regions Septentrionales de la Gaule, ont besoin d'ver d'une maniere de viure beaucoup plus chaude.

Comment les Italiens, Espagnols, Anglois, Allemands, & autres nations de l'Europe, se doivent gouverner en leur viure.

C H A P. VIII.

Les Italiens sont de tempérament plus Le naturel des Italiens chaud que les François, à cause qu'ils sont plus Orientaux, & si approchent plus près du Midy. Car l'Italie s'estend d'un long traité entre Orient & Midy. C'est pourquoy ils sont d'esprit subtil, fins, matois, mignards, vanteurs, de taille gresle, de couleur noire, promps en leurs actions, & adroictz à toutes choses. Partant ont besoin d'une maniere de La maniere de viure des Italiens. viure fort rafraichissante & humectante, & d'user ordinairement de potages, de salades, de fruitages, de laictages, & de toutes viandes creuses, & de legere nourriture; principalemēt les Latins, les Toscans, & autres qui au regard de Rome habitent deça le mont Apennin. Car ceste partie d'Italie est beaucoup plus chaude que l'Apennine, non seulement pource qu'elle est exposée au Midy, mais aussi pource que les montaignes empeschent le passage des vents Septentrionaux, & font reuerberer les rayons du Soleil es campagnes voisines. Ceux de Sicile, de Sardaigne, & des autres îles cir- Des Siciliës, Sardaniens & leurs voisins. conuoisines, doivent tenir un régime de viure d'autant plus refrigeratif, qu'ils s'aduancent d'avantage sur le Midy.

Les Espagnols de leur naturel sont plus Le naturel des Espagnols. froids que les Italiens, parce qu'ils regardent

l'Occident , toutesfois plus chauds que les François , à cause qu'ils ne sont pas loing du Midy. C'est pourquoy ils sont coutumierement graues , pensifs , taciturnes , dissimulez , hautains , superbes , arrogans , presumptueux & ambitieux : d'habitude maigre , de couleur basanée & de poil noir .

Leur maniere de viure. Ils ont besoin d'vsier d'une maniere de viure temperée en chaleur & en froideur , principalement les Castilliens , qui sont quasi au mitan d'Espagne . Ceux de Gallice , & les Portugais qui sont au Ponant , & les Navarrois qui sont du costé du Nord , doivent garder un régime quelque peu plus chaud : Et ceux d'Arragon qui tirent vers le Leuant , & ceux de Grenade qui sont exposez au Midy , quelque peu plus froid .

La complexion des Anglois. Les Anglois sont de complexion beaucoup plus froids que les Espagnols , pour ce qu'ils sont Occidentaux , & près du Septentrion . Ils sont aussi plus pêlans , de couleur plus blanche , de plus grosse habitude , & de grande taille . C'est pourquoy ils doivent vsier d'une maniere de viure plus chaude , & manger davantage , comme doivent faire aussi les Irlandois , qui les auroisent du costé d'Occident , & les Ecossois , du costé de Septentrion .

La maniere de viure des Anglois Irlandois & Ecossois. Les Allemans , bien qu'ils tirent vers Orient , approchent néanmoins du Septentrion . Pour cette cause ils sont froids au dehors , mais abondans en chaleur naturelle au dedans . C'est pourquoy nous les voyons de grande stature , de grasse habitude , forts & robustes , ayans ordinairement bon appetit , & une aulne de boyaux .

DE LA FRAMBOISIERE. L. V. 27
 boyaux vuide , pour festoier leurs amis : Au surplus aussi grossiers d'esprit que de corps , mais bons compagnons , sans cautele , ny malice . Ils ont besoin de manger beaucoup , & d'vser de grosses viandes , qui nourrissent fort , & qui eschauffent . Ils ont licence de boire de bon vin , & sans eauë , pource qu'ils s'en trouuent bien , moyennant qu'ils n'en prennent point excessiuement . Mais quand ils s'arrestent trop long-tems à faire carouſſe (comme ils ont couſtume de faire) ils portent apres la peine de leur yurognerie . Mais la maniere de viure doit estre beaucoup plus chaude en la basse , qu'en la haute Allemaigne , d'autant que celle là decline plus du costé de Septentrion , & celle-cy s'estend d'avantage vers Orient . Au Royaume de Boheme qui est assis au milieu de la Germanie , il faut que la façon de viure tienne le mitan entre les deux .

Les habitans de Dannemarch , de Suece , de Nouergue , & des pays limitrophes , les Pôlonois , Moschouites & tous leurs adherans , felon qu'ils approchent plus ou moins du Nord ou du Leuant , doivent garder vne façon de viure correspondante .

Les Hongrois , Esclauons , Vualachiens , & Thraciens qui tirent vers Orient , & s'aduancent vers Midy , demandent vne maniere de viure rafraichissante .

Les Grecs qui regardent l'Asie du costé d'Orient , & l'Afrique du costé de Midy , requièrent un regime de viure encore plus refrigeratif ; mais non pas tant les Albanois , Mace-

La façon de
viure des Al-
lemands.

R

258 LE GOVVERNEMENT
 doniens, & Thessaliens, que ceux d'Achaïe, &
 ceux des Isles d'Éuboë ores nommée Negre-
 ponte, & de Peloponese, dite aujourdhuy la
 Morée, & de Crète maintenant appellée Can-
 die, qui est directement assise au Midy. Voilà
 comme il se faut gouuerner en l'Europe, qui
 est la partie du monde de tout temps appellée
 la Chrestienté; bien que maintenāt en Thra-
 ce, Grece & aux enuirons, nostre Religion y
 soit abolie par la tyrannie du Turc, qui a plan-
 té la sienne superstitieuse & pernicieuse.

*Comment il se faut gouuerner en l'Asie,
 l'Afrique, & l'Amérique.*

C H A P. IX.

Pourquoy
 l'Asie a été
 taur renom-
 mée.

L'ASIE a jadis été la plus fameuse partie du monde apres l'Europe, par le moyen des Monarchies des Perses, Medes, Assyriens, Babyloniens & autres. Et principalement à cause que l'Ecriture sainte en fait souvent mention. Car Dieu y crea le premier homme, qui par Satan y fut seduit & asservi : puis apres par I E S U S - C H R I S T racheté & affranchy: Tellement que ce qui est traité en l'ancien Testament, est quasi tout advenu en l'Asie. Elle est de tous costez enuironnée de la Mer, hors-mis en la partie qui est annexée à l'Europe, & celle qui est iointe à l'Afrique entre la Mer rouge & Mediterranée. L'Asie est distinguée en majeure & mineure.

l'Asie mi-
 neure.

La petite Asie, où estoient jadis Troye la

grande tant rénommée par tout, Pergame vil. sa température.
le celebre d'où Galien fut natif, & Cos pa-
trie d'Hippocrate, est vne region bien tempe-
rée, principalement au milieu. Car en Esté &
en Hyuer on y apperçoit vne mediocre tem-
perature, & encore davantage au Printemps
& en Automne, comme tesmoigne Galien au
chap. 13. du 2. liu. de la santé, & sur l'Aph. 14.
du 3. liure.

A raison qu'elle est située quasi au mitan sa situation
du monde, entre l'Europe, l'Afrique & la grā-
de Asie.

Pour ceste cause il est expedient en ce pays La maniere de viure des habitans de
là, d'vser d'une maniere de viure temperée. Combien qu'il ne nous chaille comment s'y la petite
gouvernement maintenant les Turcs ennemis Asie.
iurez des Chrestiens, qui par leur tyrannie,
ont reduit sous leur obeyssance ceste belle
contrée, appellée aujourd'huy Natolie, qui
comprend en soy, Phrygie, Mysie, Lydie, Ca-
rie, Æolie, Ionie, Doride, & a au Nord Pont
& Bithynie ; au Ponant le Propontide avec
l'Hellespont & l'Archipelagie : au Midy la
Mer Rhodiène: & au Leuant le pays de Gala-
tie, Pamphylie, Lycie, & plus auant Cappado-
ce, Armenie, & Cilicie. Et est enuironnée de
Lesbos, Chios, Icarie, Samos, Cos, Rhode,
Chypre, & plusieurs autres Isles.

Les nations de la grande Asie bien qu'elles De la grande Asie.
soient Orientales, si elles tirent vers Septen-
trion, comme les Pontiques, Colchiens, Sat-
mates ou Tartares, & Scythes, doivent garder
vne maniere de viure chaude. Mais celles qui

R. ij

approchent du Midy, comme les Syriens, Iuifs, Mesopotamiens, Babyloniens, Medes, Hircaniens, Parthes, Perses, Carmaniens, Indiens & Arabes, ont besoin d'vser d'une maniere de viure rafraichissante.

L'Afrique seroit vne Isle, n'estoit qu'elle est

La forme de coniointe par vne certaine pointe à l'Asie, en-
l'Afrique.
Ce qui l'a rendue ce-
lebre.

tre le pays de Iudée & d'Egypte. En icelle estoit la florissante cite de Carthage, iadis si grande, si puissante & si opulente, qu'elle tenuoit les Grecs en crainte, auoit les Siciliens pour subiects, & les Espagnes presque sous son obeissance, & donnoit terreur à Rome. Elle fut ruinée par les Romains, puis rebastie, si magnifique qu'elle ne deuoit guere à son antiquité en grandeur. Depuis a été reprise & destruite tellement par les Arabes, qu'elle est aujourd'huy extremément pauvre & miserable: Partant vn vray mirouer de l'inconstance des Seigneuries de ce monde.

Il n'y a aujourd'huy en Afrique que ceux qui sont sous l'Empire du Prestre Iean qui fassent profession de la religion Chrestienne.

La maniere de viure des Africains.

Les Africains, comme les Egyptiens, Numinidiens, Lydiens, Carthaginois, Guineens, Nubiens, Abissiniens, Ethiopiens ou Noirs & Maures ou Barbares, doivent garder vne maniere de viure fort refrigerative, pource qu'ils regardent de près le Midy.

Quand &
par qui l'A-
merica
merique
a été co-
gnue.

L'Amérique fut auprime descouverte l'an 1492, par Christophe Colomb Genevois, en uoyé de la part du Roy de Castille, pour ce faire. Et depuis plus amplement recognue

DE LA FRAMBOISIERE. L. V. 261
par Americ Vespuce Florentin, duquel elle
porte le nom. Sa figure est semblable à deux
Isles accouplées par le milieu d'un petit de-
stroit de terre ferme, dont l'une qui compré-
la nouvelle France, la nouvelle Espagne, la
Floride, & autres terres depuis n'aguères des-
couvertes tire vers Septentrion: & l'autre qui
contient le Peru, le Bresil & plusieurs autres
pays, tend vers Midy. Or jaçoit que toute l'A-
mericque soit Occidentale, si est-ce qu'en la
partie Meridionale on doit yser d'une manie-
re de viure plus froide, & en la Septentrionale
plus chaude.

La figure &
situation de
l'Afrique.

La maniere
de viure des
habitans de
l'Amérique.

R ii



LE
GOVERNEMENT
REQVIS EN CHACVNE

SAISON.

A
MONSIEUR DE
FRESNE, BARON DE VERET,

LA FERTE, LA SALLE, &c. CONSEIL-
ler du Roy en les Conseils d'Estat & des
finances, & Secrétaire de ses
commandemens.

MONSEIGNEVR,
Encore que vous soyiez sans
cesse occupé au maniement
des affaires d'Estat, ie n'ay
toutesfois laissé de faire voir
ce mien liure au public sous la splendeur de
vostre nom, espérant que quand vous vou-
drez donner relasche à vostre esprit, vous
l'employerez tres volontiers à en faire lectu-
re, tant pour le plaisir que vous y prendrez,
que pour le proffit que vous en tirerez. Car
ie croy qu'il n'y a personne, s'il n'est ennemy
de sa propre nature, qui ne trouve delectable

est utile, ce qui touche la conservation de sa santé. Deux causes m'ont incité à vous présenter ce Gouvernement, l'une qu'il a besoin comme les autres, d'un parrain redouté, pour le défendre contre les mesdames : l'autre qu'il portera fidèle témoignage à la posterité, que son auteur aura toujours été,

MONSIEUR,

Vostre très-humble serviteur, & fidèle
Medecin LA FRAMBOISIERE.

R iii]



LE
SIXIESME LIVRE
DU GOVVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

*Comme il faut diuersifier la maniere de viure,
selon la diuersite des saisons.*

CHAPITRE I.

D'où prouient
la revolution
des quatre
saisons.

Comme le
Soleil cause
jour & la
nuict.

CO MME la vicissitude continue du iour & de la nuit, procede du tour que fait ordinairement le Soleil en 24 heures, d'Orient en Occident, par le rauissement du premier mobile : ainsi la revolution perpetuelle des quatre saisons prouient du cours qu'il fait en vn an de son propre mouuement , d'Occident vers Orient , à l'en- tour du Zodiac , qui contient douze signes, six du costé Septentrional , appellez le Belier, le Taureau , les Gemeaux , l'Escreuisse, le Lyo & la Vierge : & six du costé de Midy , nommez la Balance , le Scorpion , l'Archer, le Capricorne , le Verseau & les Poissons. Car le Soleil qui tourne sans cesse autour de la terre, parle mouuement rapide du premier Ciel, en

passant sur nostre hemisphère , cause le iour ,
par le moyen de ses rayons lumineux qu'il
darde directement sur nous : & en se retirant
en l'hemisphère opposité entreuient la nuit ,
à raison que l'ombre de la terre nous prive de
sa lumiere , de sorte que nous n'en iouyssons
plus , que par le moyen de la Lune , qui com-
me vn miroir poly en reçoit la clarté , qu'elle
nous renouye de nuit çà bas , le Soleil ab-
sent & eslongné d'elle . Mais le cours annuel
que fait le Soleil de son propre mouvement ,
par les douze signes du Zodiac , dans la li-
gne ecliptique , cause les diuerses saisons de
l'année , en rendant les iours quelquesfois
plus longs que les nuicts , quelquesfois plus
courts , & quelquesfois égaux . Car d'autant
que le Soleil marche tousiours de biais autour
d'un cercle oblique , qui embrasse tout le
Ciel , comme vne ceinture accrochée en es-
charpe , tantost il s'approche , tantost il s'eslon-
gne de nous , sans s'arrêter iamais en vn me-
me endroit . Par ce moyen il apporte diuerses
alterations en l'air , qui est naturellement sub-
ject à receuoir les impressions & influences
des corps celestes . Car le Soleil eschauffe , &
desseche par sa chaleur : La Lune au contraire
refroidit & humecte . Partant durant les
longs iours l'air est rendu chaud & sec , pour
la longue demeure que fait le Soleil sur no-
stre horizon : & durant les courts iours , l'air
est froid & humide , pource que la Lune do-
mine plus longuement que le Soleil : Et quād
les iours & les nuicts sont égaux , l'air est tem-
peré , pource que l'un regne autāt que l'autre .

Comme le
Soleil cause
les saisons
diuerses.

266 LE GOVVERNEMENT

L'air receoit aussi des grands changemens en ses qualitez par les eclypes du Soleil & de la Lune. Les autres planetes, & les estoilles fixes, & principalement les Pleiades, Hyades, la Canicule, le Chien, l'Arcture, & l'Orion, à leur leuer & coucher, alterent aussi & changent merueilleusement l'air, & les corps inferieurs, comme Ptolomee le montre au chapitre huietisme du premier liu. du iugement des astres. Et Pline au deuxiesme liure chapitre³⁹. Mais ie laisse là pour le present toutes les autres estoilles errantes & fixes, qui par leurs aspects & influences produisent divers effets en l'air : m'arrestant seulement aux deux grands luminaires que Dieu fit au commencement, à sçauoir le Soleil pour gouverner le iour, & la Lune pour avoir domination la nuit, comme telmoigne Moysé au 1. chapitre de Genese.

Pourquoion
a diuise l'an
en quatre
saisons.

Les anciens ont remarqué durant que le Soleil accomplit la course de sa carriere, quatre changemens signalez en l'air, qui se font par le moyen de l'égalité & inégalité des iours & des nuiëts. C'est pourquoy ils ont diuisé l'an en quatre temps, que nous appellerons autrement saisons, le Printemps, l'Esté, l'Automne, & l'Hyuer : lesquels sont distinguez par deux Equinoxes, dont l'un eschet au Printemps, & l'autre en Automne ; & deux Solstices, un qui arrive en Esté, & l'autre en Hyuer.

Que c'est
qu'Equi-
noxe.

Equinoxe est vne égalité entre le iour & la nuit, qui aduient par tout le monde quand le Soleil est sous la ligne de l'Equateur.

DE LA FRAMBOISIER, L. VI. 267

Le premier Equinoxe est celuy du Printēps L'Equinoxe au mois de Mars, quand le Soleil est sur le premier poinct du signe du Belier. Car il se leue sur l'horizon à six heures, & se couche à six.

L'autre Equinoxe est celuy d'Automne au L'Equinoxe mois de Septembre, quand le Soleil entre au d'Automne signe de la Balāce. Car il demeure douze heures sur nostre horizon, & douze dessous.

Solstice vaut autant à dire commē station Que signifie Solstice. du Soleil, pource que le Soleil estant paruenu jusques à ce poinct là, semble s'arrester, pour ce qu'il ne peut plus approcher, ou s'élongner de nous. Les Grecs l'appellent Tropique du mot *βέγχη* qui signifie destour, pource que le Soleil alors remonte, ou redescend.

Le Solstice d'Esté eschet au mois de Juin Le Solstice d'Esté. quand le Soleil entre au premier poinct du si- gne du Cancer, & pource qu'il est alors esle- né en l'Apogee au plus haur lieu de son epicy- cle, il fait le plus long iour, & la plus courte nuit de l'annee.

Le Solstice d'Hyuer aduient au mois de De- cembre, quand le Soleil fait son entrée au si- gne de Capricorne : & d'autant qu'il est alors descendu de son Perigee ou plus bas estage, il fait le plus court iour, & la plus longue nuit de l'annee. Pour cette cause les anciens ont appellé le Solstice hyuernale, *bruma*, comme qui diroit *μωας Σόπος*, c'est à dire, court iour.

Au Solstice d'Esté, le Soleil est tres-ardent & Pourquois les faissons sont différentes en nostre Zenit, & qu'il darde ses rayons pres- que à plomb sur nostre teste. Mais au Sol- tres vigoureux, à cause qu'il est plus proche de nostre Zenit, & qu'il darde ses rayons pres-

268 Dv GovVERNEMENT
 stice d'Hyuer, pource qu'il est plus esloigné
 du Septentrion, & qu'il espard obliquement
 ses rayons, ils ont moins de force, dont vient
 que nous sentons le froid. En lvn & l'autre
 Equinoxe le Soleil n'est pas si près de nostre
 teste qu'au Solstice d'Esté , ny si loing aussi
 qu'au Solstice d'Hyuer , mais est iustement
 entre-deux, & si les rayons frappent moyen-
 nement la terre ny trop à plomb, ny trop obli-
 quement, dont s'ensuient des effets tempe-
 rez entre le chaud & le froid. Voilà pourquoy
 les saisons de l'année sont de téperature diffé-
 rente, comme nous mostrerons cy apres par-
 ticulierement. Et ne faut point douter que
 noz corps ne deuennent tels , qu'elles sont.
 Car le temps chaud nous eschauffe , le froid
 nous refroidit, le sec nous dessche, & l'humidité
 nous humecte. De là vient qu'en chaque
 saison, diuersité humeur abonde au corps.

Pourquoy
 il faut viure
 autrement
 en vne sai-
 son qu'en
 vne autre.

Puis donc qu'il est besoin de changer le régime
 selon le changement des complexions , &
 la variété des humeurs qui sont excessives au
 corps,(comme nous auons declaré ailleurs) il
 est nécessaire pour entretenir sa santé , de di-
 versifier la maniere de viure, selon la diuersité
 des saisons. Car vne mesme façon de viure, ne
 peut estre conuenable en tout temps.

Comment il se fait gouverner au Printemps.

CHAP. II.

Description allegorique du Printemps, **E**NTR E les saisons de l'année le Printemps
 tient le premier rang. C'est pourquoy

DE LA FRAMBOISIERE. L. VI. 269.

* Apollon luy fait tous les ans cest honneur, touchant la
raudant par l'Vniuers, de le visiter le premier, & beauté.
ptenant la route de sa carriere vers Septen-
trion, pour s'acheminer en nostre quartier.* * Le Soleil
Le Prince Latonien n'est pas si tost entré en sa
premiere maison, que le mignard * Zephyre * C'est un
doucement soupirant, vient * baisotter sa
Flore. La belle Nymphe bien parée, & braue,
ment vestue d'une robe verte, toute pleine
de broderie, façonnée d'un admirable artifice,
quant & quant se présente avec une face
riante, pour faire hommage à son Roy, & pour
recevoir gracieusement son cher amy. La
pompe est si grande, que les champs où ils
s'entrebaisent, sont tous couuers de tapis
fleuronnez de mille & mille fleurs, enrichis
de l'esmail de leurs viues couleurs. Pour com-
bler le triomphe, les chantres aislez, rangez
par escadrons, en lieu de haut-bois, de clai-
rons, & de trompettes, font retentir tout l'air
du bruit des accords fredonnez de leur me-
dieuse musique. Amour tandis voyant les oy-
feaux en si gaye humeur, malgré la froideur
des plus humides nuës s'en va les enflammer.
De là elle descend dans la mer iusques au cen-
tre des eaux, eschauffer les poissons. Puis Cu-
pidon errant là & là par les forests desertes,
tire de son arc apres les sangliers & les cerfs.
Mesme parmy les citez fait sentir aux hommes
& aux femmes la fureur de ses traicts ineuita-
bles, en leur embrasant le cœur d'une flamme
amoureuse, qui les tourmente si fort, que pour
soulager leur martyre, ils sont contraints d'e-
steindre ce feu par doux embraslement, & en

preminence
fils de La-
tone.
vent têperé
qui viene
d'Occident.
*C. louter
sur la terre
mère des
fleurs.

270 LE GOVVERNEMENT
ce faisant de multiplier le monde de leur fer-
conde semence.

Le regne du Printemps. Le Printemps dure tant que Phœbus ait passé les trois premiers signes Septentrionaux du Zodiaque, le Belier, le Taureau, & les Gémeaux. De sorte qu'il contient trois mois, vne partie de Mars, Auril, & May entiers, & vne partie de Iuin. Combien que noz Me decins anciens nel'ayent estendu que iusques à ce que les Pleïades se leuent le matin, enuiron le huit ou dixiesme iour de May. Mais ie suis d'aduis avec les Astronomes de le mesurer plustost selon le cours du Soleil, le faisant regner tant que le Roy des astres aitacheué entierement le premier quartier de l'année.

Son commencement.

Le Printemps commence en l'Equinoxe quand le Soleil fait son entrée au Belier, & finit au Solstice d'Esté, lors qu'il entre en l'Es creuisse.

Sa fin.

Or iaçoit qu'en l'Equinoxe du Printemps les iours soient égaux aux nuictz, si est-ce que de là en avant iusques au Solstice d'Esté, ils croissent peu à peu, à mesure que les nuictz decroissent. Car en Mars les iours ont douze heures, & les nuictz autant. Mais en Auril ils ont treze heures, & les nuictz onze. En May quatorze heures, & les nuictz dix. En Iuin quinze heures, & les nuictz neuf. Tellement que nous voyons les iours agrandir, & les nuictz apetisser fait à fait que le Soleil monte d'un signe plus bas, en vn plus haut.

Les signes du Printemps.

Entre les signes du Printemps, le Belier est plus humide que sec. Le Taureau est chaud &

humide, toutesfois tempérément. Es Gémeaux la chaleur surpassé l'humidité.

Le premier signe a esté par les anciens nom- Que signifie
mé le Bellier, par ce qu'il hurte de ses cornes le nom de
la borne de l'an nouveau, d'autant que le So- Bellier.
leil (comme dit Macrobe) vient à recouurer
sa force, & desployer viuement ses rayons au
milieu de Mars. Ioint que les doux effets du
Soleil de Mars, sont proprement comparez
au mouton, animal doux, & de naturel gail-
lard.

Ils ont appellé le second signe le Taureau, Du Taureau,
pour ce que la terre deschargée de la rigueur
de l'Hyuer, & destrempee par l'humide beni-
gnité du mois de Mars, est propre alors à estre
cultiuée, de sorte qu'il est temps d'accoupler
les bœufs à la charruë, pour la labouter.

Ils ont donné le nom des Gémeaux, ou Des Ge-
meaux. Bessons au troisième signe, à cause de l'accroisse-
ment & multiplication des biens qui germent
& s'entretiennent.

Les Pleïades sont au derrière du Taureau, & Les Pleïades.
les Hyades à la teste, laquelle se voit au signe
des Bessons. Les Pleïades sont sept estoilles
pres du genouïl du Taureau, que les Latins
appellent *Vergilia*, & les François la Poussinie-
re. Le Sieur de la Violette la nomme la glouf-
sante poulle, qui sept poussins esclos par le
ciel tousiours roule.

Les Hyades, c'est à dire pluvieuses, sont cinq Les Hyades.
(les autres disent sept) estoilles esparses au
front du Taureau. Les Poëtes ont feint que
c'estoient les Nymphes de Bacchus. Elles
renversent souvent l'esperance du laboureur

272 LE GOVVERNEMENT

& du vigneron. Car quand elles se leuent le Soleil se trouuant à l'opposite, & que la Lune s'y rencontre, si d'autres planetes d'auanture n'entreinennent es signes chauds & secx pour s'y oposer, il s'en ensuyt force pluyes qui gasteut le plus souuent les bleds & les vignes. Si que de temps en temps on a remarqué à la queüe du Printemps, certains iours dangereux & redoutables pour les biens de la terre. Le vulgaire coustumierement accuse les iours de S. George, S. Marc, S. Croix, & S. Medard, ignorant que les sinistres aspects de ces estoilles en sont cause, d'autant que leur froideur eclipsé la chaleur du Soleil.

La nature
du Printemps.

Le Printemps est de nature chaud & humide: combien que ces deux qualitez soient tellement moderées en luy, qu'il ne paroist ny en l'vne, ny en l'autre aucunement excessif durant sa constitution naturelle. Et pour ceste cause on tient qu'il est téperé en toutes qualitez. Car d'autant qu'il est entre l'Hyuer qui est froid & humide, & l'Esté qui est chaud & sec, nous voyons son tempeitament estre moyen entre les extremitez, comme tenant de l'vne & de l'autre saison. Aussi ientōs-nous le vent qui souffle d'Occident sur la terre durant son regne estre si temperé, qu'on ne se pourroit plaindre qu'il soit ny trop chaud, ny trop froid, ny trop sec, ny trop humide. En ce temps là nous apperceuons pareillement le sang, qui est temperément chaud & humide, abonder au corps.

Aph. 9. du
3. lxx.

C'est pourquoy Hippocrate maintient que le Printemps gardant la cōstitution naturelle est tres-

DE LA FRAMBOISIERE, L. VI. 273
 est tres salubre, & moins dangereux que les autres temps de l'année. Car i açoit qu'au Printemps il y attrie beaucoup de maladies, si est- Les maladi-
 ce que la plus part ne prouviennent pas de luy, es du Prin-
 ains des mauuaises humeurs que les saisons precedentes ont engedrées au corps, lesquelles fondues par sa benigne chaleur, Nature veut pousser dehors, à fin de se despêtrer des énne- Aph. 26. dit
 mies de sa santé. Come la manie, la melacholie, l'épilepsie, la squinance aduennent souuent au Printemps, mais elles tirent leur origine d'humeurs melacholiques que l'Automne a produit auparavant. La distillation du cerueau par le nez, le rheume & la toux surviennent en même temps, mais elles procedent d'humeurs phlegmatiques amassées durant l'Hyuer, & cachées au fonds du corps, pour la froidure de l'air qui nous enuironne, puis expandue du centre à la circumference par la chaleur du Printemps. Tellement qu'à proprement parler celles-là sont maladies Automnales, & celles-cy Hyuernales.

Il y a encore d'autres maladies familières au Printemps, comme les dartres, roignes, galles, tubercules, gouttes, mais elles sont toutes sans peril, & (qui plus est) cause de santé, par ce que venants à naistre, le fonds du corps est nettoyé des mauuaises humeurs transportées des parties nobles au cuir. Pareillement le flux de sang ordinaire au Printemps, en euacuant l'abondance & le vice des humeurs, coupe chemin à vne infinité de maladies. Parquoy le Printemps est la plus salubre saison de l'année. Car si l'on trouve quel-

S

274 LE GOVVERNEMENT
 que corps doué de bonne humeur , il le con-
 tregarde en santé, sans rien changer de sa pro-
 pre nature. Au contraire l'Esté , l'Automne &
 l'Hyuer, bien qu'ils rencontrent vn corps pur
 & net, si ne laissent-ils de l'infecter d'humeur
 bilieuse,melancholique,ou pituiteuse.

Mais si le Printemps sort hors des limites
 de sa température, il est maladif aussi biē que
 les autres saisons , cōme tesmoigne Hippocr.

Aph. 11.du 3.III. Cat si l'Hyuer est sec & boreal , & le Prin-
 temps pluvieux & austral , il suruient neces-
 fairemēt en Esté force fiéures aiguës, ophthal-
 mics,dysenteries, principalement aux femmes
 & aux hommes qui sont de nature humides.

Aph. 12.du 3.III. Et si l'Hyuer est doux, austral & pluvieux , &
 le printemps sec & boreal , les femmes gros-
 ses qui doivent enfanter au Printemps , pour
 legere occasion accouchent avant terme ; &
 celles qui portent leurs enfans à terme, ne les
 gardent guere . Si d'aumenture ils vivent , ils
 sont debiles & maladifs . Car les corps ren-
 duz humides, mols & laxés par la clemence
 de l'Hyuer , reçoivent aysément aux parties
 interieures la froideur de l'air ambient , de
 sorte qu'il ne se faut point estoîner si les enfans
 qui auoient esté desia longuement accoustu-
 mez à la chaleur de l'air, estans viuemēt frap-
 pez du froid, meurent au ventre de leur mere,
 ou incontinent apres leur naissance , & ceux
 qui vivent sont langoureux, attendu qu'ils ne
 peuvent supporter pour leur foiblesse vn si

Advis pour se préférer des maladies
Printemps. Pour se garantir de beaucoup de maladies
 qui arrivent ordinairement au Printemps , à

D E LA FRAMBOISIERE. LIV.VI. 175
cause des grosses humeurs qui ont empêché
duré l'Hyuer au corps, qui s'espouvent aussi
tost qu'elles sont rendues fluides par la cha-
leur printaniere : toute personne curieuse de
la santé, doit en ceste saison mander expres-
vn Medecin bien capable , pour aduiser si le
sang , ou la pituite, ou la melancholie est re-
donnante au corps , à fin d'en faire de bonne
heure euacuation , ou par phlebotomie , ou
par medicamens phlegmagogues, ou melano-
gogues, ordonnez en la quantité & en la ma-
niere qu'il iugera estre conuenable , apres
auoir préparé le corps & les humeurs comme
il appartient.

Au surplus le Printemps bien tempéré de-
mande vn régime de viure correspondant à
sa constitution naturelle. S'il est froid au co-
mencement , il faut viser d'une maniere de vi-
ture semblable à celle d'Hyuer . S'il est sur la
fin excessif en chaleur ; il est besoin de se goû-
uerner en son viure comme en Esté . On doit
viser au Printemps de chair de veau & de che-
ureau; Et laisser le rostiy pour manger du bouil-
ly. Les oyseaux en ce temps-la sont autant
insalubres , que desplaisans au goust ; pour ce
qu'ils sont alors addonez à procreation. Les
poissons qui hantent les pierres , & les œufs
mollets sont bons . La cichorée, le houblon,
& les asperges , & autres herbes semblables
sont propres. Aussi sont les raisins de damas.
Il ne convient au Printemps manger tant qu'a-
tions de coustume en Hyuer : mais il faut en
recompense boire quelque peu davantage , &
mettre plus d'eau en son vin . Le vin d'Ay

Sij

Régime de
vinne propre
au Printemps

Gal. sur l'A-
phor. 15. du
liu.

276

LE GOVVERNEMENT

surpasse en ce temps-là tous les autres vins. Il suffit de dormir la nuit sept heures. Il est expedient de prendre quelque leger exercice au matin , comme d'aller maintenant à cheual, tantost à pied, de iouer quelquesfois à la paulme . La saison invite à passer ioyeusement son temps, à chanter , à sonner des instrumēs, à visiter ses amis, à se pourmener aux champs, & à prendre plaisir de voir la verdure , & la variété des viues peintures des bois , des prez & des campagnes , & à contempler les naifs tableaux de la braue Flore , & à ouyr les menestriers aislez, & à s'amuser par fois à lire choses plaisantes , en se reposant sous l'obra ge des arbres feuilleux , proche de quelque fontaine , ou riuiere. Il n'y a saison aussi plus propre que le Printemps , pour s'elbatre avec la belle Venus.

Comment il se faut gouverner en Esté.

CHAP. III.

Description
allegorique
de l'Esté, tou
chant son
excellence,
& vertuté.

IL ne faut point douter que l'Esté ne surpassé en perfection toutes les autres saisons. Car bien que le Soleil soit pere des quatre temps de l'année , si est ce que l'Esté luy touche beaucoup de plus près, que ses autres en fants. De là vient qu'il reçoit plus de force & de vigueur de ses rayons ardens ; & si ressemble mieux à son pere , que ne fait son aîné , & ses cadets. La terre auroit inutilement porté des fleurs , si l'Esté n'en produisoit des fruits,

& n'amenoit à perfection ce que le Printemps a commencé. L'humeur que le Printemps de-partit à la terre, pour espoindre les fleurs, lan-guit tousiours en séue, & ne se meurt point, sans la force de l'Esté. C'est luy qui du Printemps, & de la belle Flore accomplit les a-mours. La braue Dame en vain auroit esté ay-mée de ce gay iouuenceau, si l'Esté plus ro-buste ne la rendoit fecode. L'Esté a pris * Ce-rés pour sa tres chere espouse. De sa viue cha-leur, il luy eschauffe le sein , & la couronne d'espics. Si que par son moyen elle nous pro-duitle bled pour substanter noz corps. Par Le Dieu du vin.

La Déesse des ble ds.

sa chaleur* Bacchus nous donne le bon vin, La Déesse des fruits.

pour resiouyr l'esprit. Et si * Pomone encore,

pour nostre contentement nous presente des

fruits , qui sont par sa chaleur paruenuz à

maturité. C'est (pour dire en vn mot) nostre

pere nourricier , & nostre pouruoyeur , qui

de tous biens nous fournit à foison , en

versant sur noz champs * la corne d'Amal-

thée.

C abondan-ce de toutes choses.

Le regne de l'Esté.

L'Esté regne autant que le Soleil arreste és

trois derniers signes Septentrionaux , l'Escr-e-

uiffe , le Lyon & la Vierge. Tellement qu'il

contient trois mois , vne partie de Iuin , Iuil-

let & Aoust entiers , & vne partie de Septem-

bre. Vray est que noz Medecins luy donnent

quatre mois de durée , l'estendant depuis le le-

uer des Pleiades , iusques au leuer d'Arcture.

Le commen-Mais l'ayme mieux suyure les Astronomes , cément.

qui assignent le commencement de l'Esté au

Solstice , quand le Soleil faict son entrée au

Cancre : & le milieu , quand il est au Lyon : &

S iii

La fin de l'Ère. la fin, quand il sort de la vierge, pour entrer en l'Equinoxe Automnal, au signe de la Balance.

La longueur des iours d'Esté. Et cobié qu'au Solstice d'Esté les iours soient les plus longs de l'année, & les nuictes les plus courtes, si est-ce que de là en avant les iours decroissent, & les nuictes croissent peu à peu, jusques à l'Equinoxe de l'Automne, où ils sont égaux. Car en Iuin les iours ont quinze heures, & les nuictes neuf: mais en Iuillet les iours n'ont plus que quatorze heures, & les nuictes dix. Et en Aoust que treize heures, & les nuictes onze. En Septembre les iours ont douze heures, & les nuictes autant. Si bien que nous appercevons manifestement les iours accourrir, & les nuictes allonger, à mesure que le Soleil descend d'un plus haut signe en un plus bas.

Les signes d'Esté. Entre les signes d'Esté le Cancer est plus chaud que sec. Le Lyon est tres-chaud & tres-sec : En la Vierge la secheresse surmonte la chaleur.

La signification du Cancer. Le premier signe est nommé Cancer, pour ce que le Soleil alors commence à reculer comme vne escreuisse. Car estat au plus haut de son epicycle, il commence à gauchir, & à descendre en bas: Le second signe est appellé

Du Lyon. Le Lion, pour ce que le Soleil alors est toux & ardent, comme vn Lyon : Et le troisième, **De la Vierge** La Vierge, à cause que la terre brûlée de l'ardeur du Soleil, commence à deuenir sterile, & à ne plus produire.

La Canicule Le Soleil entrant au signe du Lyon, la Canicule commence à paroître, & si tost qu'il est entré au premier degré, on apperçoit le Chio-

DE LA FRAMBOISIERE. L. VI. 279

qui a dix huit estoilles. La Canicule est appellée *Le Chien*,
lées des Grecs *sirios*, à cause de la grande chaleur & secheresse, & *prokyon*, c'est à dire
auant chien, tant pour ce qu'elle est assise en la
partie de deuant dans la geule du Chien ; que
pour ce qu'elle se leue vn iour entier deuant
le Chien. Car elle se leue (dit Pline) le sei-
ziesme, & le Chien le dix septiesme iour de
Juillet. Durant que la Canicule fait son cours
en l'espace de six sepmaines aux iours qu'on
appelle Caniculaires, elle augmente & ren-
force l'ardeur du Soleil par les aspects, des-
quels elle nous fait bien sentir les effets, ex-
citant force maladies dangereuses, qui proce-
dent d'extrême chaleur. Encore que pour a-
doucir l'ardente chaleur de ceste saison, Dieu
ayt donné certains vents Septentriонаux fort
doux, appellez *Etesies*, c'est à dire anniuersai-
res, pour ce qu'ils se leuent reglémēt tous les
ans au leuer de la Canicule, & continuent
l'espace de six sepmaines à souffler, commen-
çans ordinairement à trois heures du matin,
& s'arrestans au soir. Les Champenois neant-
moins appellent le temps *Caniculaire* *Air nu*. Le temps
quasi *air nul*, comme s'il n'y courroit point de
vent durant qu'il regne; jaçoit qu'aucuns ayent
opinion quel visage de ce mot soit plustost ve-
nu du iour S. Arnoul, qui est le 18. de Juillet.

Durant les longs iours le Soleil demeure si
longuement autour de nostre hemisphère, &
si approche si près de nostre teste, qu'il es-
chauffe & dessche extrēmēment l'air, en dar-
dant ses rayons à plomb sur la terre. Voilà *Les Effets*
pourquoy l'Esté est de nature chaud & sec. Sa

S iij

280. IV. LE GOVVERNEMENT

chaleur accompagnée de sécheresse ouvre les pertuis du corps, & entrant dedans tire hors par sa subtilité, non seulement les humeurs qui sont entre cuir & chair, qu'elle resoult en sueurs : mais aussi les esprits qui contiennent la chaleur naturelle, dont depend la force corporelle. Par ce moyen l'Esté affoiblit merveilleusement la personne, en diminuant sa naïfue chaleur. D'avantage en rendant le sang excessivement chaud & sec, il engendre abondance de cholere au corps, de laquelle procedent force maladies dangereuses. Car les fiéures continuës, & les ardentes, & les tierces, & toutes autres affectiones contre nature qui prouienent de cholere, cōme les vomissemens excitez de la bile qui monte en hault, & les cours de ventre prouenans de la bile qui flue en bas, sont les propre maladies d'Esté. Il y arriuë pareillement en Esté des ophthalmies, & des douleurs d'aureilles, qui prennent leur origine de la teste remplie de superfluitez, qu'elle descharge tantoſt sur vne partie, tantoſt sur l'autre. Il aduient aussi des ulcères à la bouche, par l'acrimonie de l'humeur bilieuse.

Aduis pour
se preferer
des maladies
d'Esté.

Pour obuier à toutes ces maladies, ie conseille à ceux qui en ont la commodité, de se retirer durant les grandes chaleurs d'Esté, en quelqueliuſ frais & ombrageux, dās des bois opaques, où il y ayt de belles fontaines ou rivières, & celebrier la ſolennellemēt la feste S. Arnoul, par l'efpace de ſix ſepmaines, en paſſant ioyeufemēt le temps à voir tous les iours les merueilles de nature, à ouyr la plaifante

DE LA FRAMBOISIERE. L. VI. 281
 musique des chantres aisez, à sentir la suavité des plantes odoriferantes, à prendre gaiement sa refection soubs le feuillage des arbres touffuz, à humer doucement l'air fraichelet, & à receuoir continuellement le gracieux baiser d'un petit ventioly; tandis que les faucheurs pantelans & de chaud & de peine, tondent les cheueux de la plaine, & que les barbieres de Cerés trauallent iusque à la sueur, à luy coupper son poil. Je souhaite à chacun de mes amis vn paradis terrestre semblable à celuy de Chanteloup, pour y aller tous les ans estiuier. Ceux qui n'ont point moyen de ce faire, pour le moins choisiront quelque chambre basse bien fraiche, pour leur demeure ordinaire, & eviteront tant qu'ils pourront l'ardeur du Soleil.

Au surplus il se faut nourrir en Esté de viande Regime convenable en froides & humides, viser de chair de veau, Esté.
 de chéureau, de poulets & de pigeonneaux, plustost bouillie que rostie. Le frequent usage de laictue, pourpier, endive, ozzille & autres herbes raffraichissantes tant en potage, qu'en salade est tres-salubre. Il faut assaisonner la viande de verius, vinaigre, ius de citrons ou d'orâges, & quitter là toutes les espiceries. On peut hardiment viser de Framboises, fraises, cerises, prunes de damas, pômes de rambour, poires de rousselet, & d'autres fruits nouveaux de bon suc, moyennant que ce soit en temps & heure. Il n'y a point de danger aussi d'viser quelquesfois de melôs & de concombres.

Aph. 18. du 1. liv.
 En Esté il faut encorës moins mäger qu'au

282 LE GOUVERNEMENT

Printemps, pource que l'estomach digere les viandes à peine, d'autant que la chaleur naturelle est petite: mais il convient en recompense manger plus souvent, pour restablir les forces dissipées par la chaleur externe. Si bien qu'il est besoin de faire pour le moins quatre repas, aux plus fraîches heures du jour, si la commodité le peut permettre. Mais comme on doit peu manger à la fois, ainsi en doit on boire davantage. Car la raison veut qu'on augmente la boisson, autant qu'on ronge la portion du manger. Le petit vin verdelet avec force eau est propre en Esté. Le vin de coing est singulier par les extremes chaleurs à gens de légere taille. Quant à l'exercice, il s'en faut passer lors, ou en prendre bien peu, & au matin. Il n'est pas bon aussi de bander par trop son esprit alors aux graues affaires. Il est expedient de dormir de nuit environ l'espace de sept heures. A ceux qui ne peuvent prendre repos la nuit, sera permis de se recompenser sur le jour, ou dormir après midi vne heure ou deux. Il ne se faut pas souvent esbatre au jeu des dames tabatues. Au demeurant il n'y a rien plus commode pour la santé, que de se baigner soir & matin en vne belle riuiere durant les grandes chaleurs.

Comment il se faut gouverner en Automne.

CHAPITRE IV.

CO M B I E N que l'Automne ait iuste occasion d'estre triste, voyant que le Soleil

D E L A F R A M B O I S I E R E . L . VI . 283

son pere l'abandonne pour aller faire vn long Description
voyage en estrange pays: & que la terre sa me- de l'Autom-
re, de dueil qu'elle en porte , a ses blonds che- ne contenat
ueux tondus , sa braue perruque coupee , son sa tristesse, &
vif teint terny, son beau visage flestry, & sa fa- sa resiouys-
ce riante changee en mine refrongnee : si est- fance.
ce qu'il y a bien du sujet en son endroit de se
consoler, & de passer ioyeusement son temps
avec son espoux Bacchus , ayat par son amour
enfanté le vin, qui resiouyt le coeur, & par l'ai-
de de Pomone engendre force fruits qui ap-
portent tant de contentement.

L'Automne regne autant que le Soleil de- Le regne de
meure à galoper par les trois premiers signes l'Automne.
Meridionaux, la Balance, le Scorpion, & l'Ar-
cher: Tellement qu'il contient trois mois, vne
partie de Septembre, Octobre & Nouembre
entiers , & vne partie de Decembre. Il com- Son commencement & la
mence quand le Soleil entre au Trebuchet, & fin.
finit lors qu'il est arriué au Capricorne: Enco-
re que nos Medecins ne lui baillent que deux
mois de duree, assignans son commencement
au leuer d'Arcture , enuiron le second iour
de Septembre , & sa fin au coucher des Pleïa-
des, le cinq ou sixiesme iour de Nouembre.
Mais ie trouue meilleur de l'estendre, comme
font les Astronomes , depuis l'Equinoxe Au-
tomnal,iusques au Solstice d'Hyuer. Or bien La longueur
qu'en l'Equinoxe de l'Automne les iours soient des iours
esgaux aux nuicts, si est-ce que de là en avant d'Automne.

iusques au Solstice d'Hyuer ils decroissent
peu à peu, à mesure que les nuicts croissent.
Car en Septembre les iours ont douze heures,
& les nuicts autant;mais en Octobre ils n'ont

plus qu'onze heures , & les nuictz treze: en Nouembre dix heures , les nuictz quatorze: en Decembre neuf heures , & les nuictz quinze. De sorte que nous recognoissions visible-
Les signes d'Automne.
 fait à fait que le Soleil descend d'un signe plus haut, en un plus bas . Entre les signes d'Au-
 tomne la Balance est plus chaude que froid: le Scorpion est fort froid & sec : l'Archer est plus froid que sec. Le premier signe est nom-
 mée la Balance , pour ce que le Soleil tient alors en contrepoids les iours & les nuictz , & les rend égaux.

Du Scorpion. Le second est appellé le Scorpion , parce que l'air alors commence à se refroidir & à piquer, ainsi qu'un Scorpion qui morfondat la terre de son pas veneneux , la fait deuenir toute seche,cōme vne personne empoisonnée.

De l'Archer. Le troisieme a le tiltre d'Archer , pour ce qu'il rend la saison morte , à coups de fleches que descochent les vents.

Bootes. Arcturus. Au signe de la Balance , on remarque Bootes avec 22.estolloilles, dont la principale est Arcturus:

Le tempéra-
 mét de l'au-
 tomne. L'Automne est froid en comparaison de l'Esté, & sec au regard de l'Hyuer. Car il tient le mitan entre l'Esté & l'Hyuer non seulement en ordre, mais aussi en téperature. Comme il est moins chaud & sec que l'Esté , aussi est-il moins froid & humide que l'Hyuer. Par ce moyen il n'est pas absolumēt chaud, ny froid, ny sec, ny humide, attendu qu'il tient des qua-
 tre qualitez. Si n'elt-il pas pourtant également tempéré, comme le Printemps. Tant s'en faut

D E L A F R A M B O I S I E R E . L . III . 285
 qu'il est en cela beaucoup different de luy,
 d'autant qu'il tire plus sur le sec, que sur l'hu-
 mide , & qu'il ne garde point tousiours vne
 moyenne téperature & égalité entre le chaud
 & le froid. Car nô seulement on apperçoit en
 tout son cours vne grande inegalité & incon-
 stance , mais aussi en vn mesme iour , on sent
 tantost le chaud,tantost le froid dominer. Car
 à Midy il fait beaucoup plus chaud,qu'au soir
 & au matin. Ceste inegale temperature & in-
 constance est cause quel l'Autonne est fort ma-
 ladif, & qu'il engendre pareillement des mala-
 dies inconstantes & tres-dangereuses. Car cō-
 me il est inegal, aussi produit-il des humeurs Aph.5. liu.3.
 inegallemēt tēperées , & du tour desfreglées. Il
 retient la cholere au corps, & fait grand amas
 de melancholie , non pas tant de celle qui est
 simplement froide& seche, que de celle qu'on
 appelle bile noire,qui est cōme luyinegale en
 chaleur & froideur, & en laquelle la secheref-
 se surpassé l'humidité. De là vient qu'en Au- Les maladies
 tomne (cōme a bien remarqué Hippocrate) 'Automne.
 nous voyons regner beaucoup de maladies
 d'Esté , & force fieures quartes & erratiques,
 enflures de rate, hydropisies, phthisies, stran-
 guries, lienteries, dysenteries, sciatiques, squi-
 nancies , passions asthmatiques , & iliaques,
 epilepsies, manies , & affections melanocholi-
 ques. Car (comme declare Galien) plusieurs
 maladies d'Esté aduiennent en Automne, par
 ce que l'humeur bilieuse qui dominoit en E-
 sté,durant ce tēps-là est retenuë au corps , &
 repoussée du dehors au dedās par le froid. Les Aph.22, li.3.

Les effets
de l'Autom-
ne.

286 LE GOVVERNEMENT
fières quartes s'engendrent ordinairement en
Automne ou d'humeur atrabilaire, ou de sang
melancholic qui abonde alors au corps. Les
fières erratiques se font en Automne, à cau-
se de l'inégalité de sa température. Et les tu-
meurs de rate, pour la superfluité de l'humeur
atrabilaire ; & les hydropisies pour le vice de
la rate. Les phthisies paroissent principale-
ment en Automne, pour la froidure, seche-
resse, inégalité du temps, pour la malice
des humeurs. Les straguries pareillement pro-
viennent alors d'un foudain & desordonné
changement à la froidure, qui morfond la ves-
cie, & fait tourner vers elle les humeurs acres
qui auparavant s'évaporoient & s'évacuoient
par les sueurs. Les liéteries aduennent quand
les viandes sont soudainement rendues toutes
cruës, sans estre aucunement digérées, ou pour
quelque excoriation en la superficie de l'esto-
mac ou des intestins ; ou pour la débilité de la
faculté retentrice dont celles-là sont faites
d'humeurs mordicantes & subtiles, & celles
cy procèdent d'une grande intemperie du vê-
tricule & des boyaux. Or tous les deux se font
principalement en Automne. Les sciatiques
viennent de la malignité des humeurs, & de
la froidure. Les squinances tirent leur origine
des humeurs bilieuses qui tombent dans la gor-
ge en Automne. Les courtes haleines dites en
Grec *asthma*, ont de coutume d'estre faites
tant pour le mouvement des humeurs aux par-
ties interieures, que pour la froidure. Les pas-
sionsiliaques arrivent aussi en Automne, quand
les extrêmes de la viande sont retenus au vê-

DE LA FRAMBOISIERE. L. VI. 287
 tre, pour quelque inflammatio des intestins.
 Car l'Automne froid & inegal ayant receu force humeurs subtiles & mobiles de l'Esté, les pousse au profond du corps. Or est il que les intestins sont au fond du corps. Voila pourquoy il ne faut point trouuer estrage s'ils sont offendez. Les epilepsies surviennent à ceux qui de nature y sont disposez, pour la soudaine transmutation aux contraires. Car au milieu du iour la chaleur domine, & au soir & au matin la froideur. Or n'y a-t-il rien plus propre pour engendrer les accez epileptiques, qu'une telle varieté. Les manies aduienent pour la malignité des humeurs subtiles & bilieuses : Et les melacholies, à cause de l'humeur atrabilaire.

Aduis pour se preferer des maladies d'Automne

Pour eviter le danger de tomber malade en une saison subiecte à tant de sortes de maladies, il est expedient de se purger en Automne. Mais il se faut bien garder de prendre medecine à la volée, sans l'ordónance d'un docte Medecin. Car premierement la purgation est dāgereeuse en l'Equinoxe, pour ce que le corps est esmeu, & trouble alors par diuerse mutation d'air. Puis il est nécessaire de cognoistre exactement la qualité tant des humeurs pecantes au corps, que des medicamens propres pour les purger, & les mesurer iustement selon les forces naturelles, & les exhiber à la plus commode façon, en temps oportun, quand la personne sera bien preparee. Parquoy ceux qui ont leur santé en recommandation, craignans de prendre un qui pro quo, doiüer passer par l'aduis d'un seauant Medecin, qui aura egard à tout cela, sans s'attendre à un Apothicaire, qui n'y entend rien, d'autant que ces

288 LE GOVVERNEMENT

considerations là ne sont point de son gibier, & encore moins se doivent ils purger de leur autorité seule, de peur de se precipiter eux-mêmes en quelque maladie, pensans s'en garantir par ce moyen. Outreplus en Automne il se faut vestir davantage qu'en Esté, de peur que le froid nouveau nuise: et principalement est besoin de se contregarder du froid au matin & au soir. C'est pourquoy il est bon au sortir du lit, & avant le coucher, de se presenter devant un feu fait de serment. Au reste il faut

*Le régime
propre en Au-*

tomne. en Automne avoir grād soin de sa maniere de viure, à cause de l'inegalité & inconstance du temps. Il est requis d'ver de viades moderemēt chaudes & humides, & de s'abstenir de toutes sortes d'aliments melancholies. Il convient vser de fruitages moderemēt, sans s'en saouler, pource qu'ils engendrent force cruditez & ventositez. Pourtant est meilleur de les confire avec sucre, ou les faire cuire au feu. Toutefois les raisins & figues nouvelles prises à l'entrée de table ne peuvent incommoder. Il n'est pas licite d'ver beaucoup d'espices, vray est que la canelle n'est pas mauvaise. En Automne il est conuenable de manger un peu davantage qu'en Esté, & moins boire, & plus pur. Le vin de Beaulne est bon alors, & celuy d'Orleans aussi. L'eau pure ne vaut rien à boire. Le coit fréquent est fort nuisible, principalement à l'entrée de l'Automne, pource qu'il desseche extremement le corps, qui est dèsia assez desséché par l'ardeur precedente des iours Caniculaires.

Comment

Comment il se faut gouverner en Hyuer.

CHAP. V.

CE n'est pas sans cause que l'Hyuer a touſ-
tours les larmes à l'œil. Car il est si fort
esloigné du Soleil ſon pere, qu'il ne peut pas
estre chauffé de ſes rayons. C'eſt pourquoy
il a le chef tellement morſondu, que l'umi-
dité en découle de tous coſtez. Dauantage il
ne fe peut tenir de pleurer quand il voit ſa
mere * Vesta mener vn ſi grand dueil de la lō-
gue absence de * Titan ſon mary, qu'elle porte * Le Soleil.
deſ-ia (comme ſi elle eſtoit veſue) * vn voile * C. que elle
blanc empesé ſur la tete, en lieu de ſa belle * C. que elle
coëffe fleuronnée de roſes, & marquerée de
boutons d'or eſmaillé; & vne raquette blan-
che ſur le front, en lieu de ſa perruque blonde
toute reluiſante de diamans, & * vne robbe * C. que les
noire bordée tout à l'entour d'hermines, en vertes fueil-
lieu de ſon manteau bigarré, tout damassé de les des ar-
fleurs, & chamarré de rubis. Au ſurplus l'Hy- uiennet noi-
uer par ſa grande froidure, des eaux iſſuēs de * rafles,
ſes pleurs en produiſt * le beau crystal, duquel * Desplayes:
les chemins ſont tous pauez, mais de vergon- * La glace.
gue qu'il a de le voir petiller aux pieds, il fe
prend incōtinent apres * à pleurer, ſi bien qu' ē * C. à pleu-
l'arrouſant de ſes larmes, il le change quant- & -oir abon-
quant en bourbier, & read les chemins auſſi
ords, qu'il les auoit beaux & nets..

L'Hyuer regne durant que le Soleilacheue Le regne
d'Hyuer.
fon cours dans les trois derniers ſignes Meri-
dionaux: le Capricorne, le Verſeau & les Pois-

T

190 LE GOVVERNEMENT

sions. De sorte quel l'Hyuer aussi bien que les autres saisons, emploie iustement trois mois à faire son quartier, Vne partie de Decembre, Ianuier & Fevrier entiers, & vne partie de Mars. Toutesfois selo noz anciens Medecins il a plus de quatre mois de durée. Car ils le font commencer le cinq ou sixiesme de Nouëbre au coucher des Pleiades, & finir à l'Equinoxe. Mais ie m'arreste plus tost à l'opiniō des Astronomes, qui se reglans sur le mouvement du Prince des estoilles, assignēt le cōmencement d'Hyuer au Solstice, quand le Soleil entre au Capricorne, & la fin à l'Equinoxe vernal, si tost qu'il est sur les termes d'entrer au Belier, pour s'avancer de plus en plus vers le Septentrion. Or combien qu'au Solstice d'Hyuer les iours soient les plus courts, & les nuictes les plus longues de l'année, si est-ce qu'aussi tost qu'il est passé, les iours commencent à croître, & les nuictes à décroistre, iusques à l'Equinoxe du Printemps, où ils sont égaux. Car en Decembre les iours n'ont que neuf heures, & les nuictes quinze: mais en Ianuier les iours ont dix heures, & les nuictes n'ont plus que quatorze : en Fevrier ils ont onze heures, & les nuictes treze: en Mars ils ont douze heures, & les nuictes autant. De sorte que nous reconnaissons les iours agrandir, & les nuictes accourcir, à mesure que le Soleil monte dvn signe plus bas, en vn plus haut.

Les signes
d'Hyuer.

Entre les signes d'Hyuer, le Capricorne est beaucoup plus froid qu'humide : le Verseau tres-froid & tres-humide : les Poissons ont plus d'humidité que de froid.

Le premier signe d'Hyuer est nommé Ca-^{La significa-}
pricorne, à cause que le Soleil commence à se pricorne.
hausser, & à sauter comme vn chéurel, qui
broute toute la verdure qui est encore restée
en la campagne. Le Verseau & les Poissons si-<sup>Du Vers'ean
& des Pois-</sup>
gnifient l'humidité de la saison, pour les pluies
sons. qui arrivent es mois de Ianvier & Fevrier.

Orion fait paroistre sa puissance au com-^{L'Orion.}
mencement de l'Hyuer, cōbien queles Astro-
nomes parlent diuersement du temps de son
leuer; à cause qu'il a 38. estoilles trois des plus
grandes, & trente cinq plus petites, lesquelles
n'apparoissent pas également, comme Pline le
monstre au 27. & 28. chap. du 18. liu. Orion
donne terreur aux nochers, pource que ve-
nant à se leuer, il esmeut les orages. C'est pour-
quoy quand on oyt les vents alprement tem-
pester, siffler & bruire, on accuse coustumie-
rement Orion. Les François l'appellent le
bourdon saint Iacques.

Aux courts iours le Soleil arreste si peu au-^{Le tempera-}
tour de nostre hemisphère, & si est tant esfroi-^{ment de}
gné de nous, qu'il ne peut eschauffer & desfe-
cher l'air, qui a esté durant les longues nuicts
morfondu & humecté par les rayons de la
Lune. C'est pourquoi l'Hyuer est naturelle-^{Les effets}
ment froid & humide. Sa froideur bouche
tellement les pores exterieurs du corps, que
la chaleur naturelle retenuë & reserrée au de-
dans, en est beaucoup augmentée, & rendue
plus vigoureuse, d'autant que la substance ne
se peut pas aisément dissiper. De là vient
qu'en Hyuer, on a plus grand appetit, & que
la digestion se fait mieux en l'estomac, & la

T ij

292 LE GOUVERNEMENT
 sanguification au foie, & la nourriture par tous les membres. Si est-ce pourtant qu'il ne laisse pas par sa froide moiteur d'engendrer au corps abondance d'humeur phlegmatique, dont procèdent beaucoup de maladies.

Les malades d'Hyuer.
 Aph. 23.
 ill. 1.

Les propres maladies d'Hyuer, selon Hippocrate, sont les pleuresies, & peripneumonies, source que les instruments qui servent à la respiration sont offensés par le froid, d'autant que chacun pour bien courir toutes les autres parties, en sorte qu'elles ne sentent point ou peu la froidure de l'air, mais personne ne peut vivre sans respirer l'air tel qu'il est. L'Hyuer par sa froidure excite aussi des distillations du cerveau par le nez, des rhumes, des toux, des douleurs de poitrine, de coste, des lombes, des céphalalgies, des vertiges, & des apoplexies, quand la tête est remplie de pituita.

Régime de
 viure pour se
 garantir des
 maladies
 d'Hyuer.

Pour se préserver de toutes ces maladies, durant l'Hyuer il faut faire bon feu en la maison, à fin de corriger la froidure de l'air : & se bien vêtir, à fin d'être armé contre l'ennemi capital de nature, & sur tout tenir chaudement sa tête, sa poitrine & ses pieds. Il convient user de viandes chaudes & sèches, à fin que la chaleur & sécheresse de l'aliment résiste à la froideur & humidité du temps. La chair salée, & la venaison est meilleure qu'en autre saison. Il vaut mieux manger du rosy que du boüilly. Le poivre, le gingembre, la muscade, les clous de girofles & autres semblables épices sont utiles. Aussi sont les herbes chaudes, comme l'hysope, la sauge, les ails, les

vignons, les porreaux, la moutarde. Et d'autant qu'on dort plus longuement en Hyuer, & que le ventricule digere mieux les viandes, à cause de la chaleur naturelle qui est plus abondante, il est besoin de manger davantage.

Mais comme il est permis en Hyuer de manger beaucoup à chaque fois, & d'user de viandes de grande nourriture : aussi n'est-il pas requis de faire tant de repas qu'en Esté, attendu que les iours sont plus courts. On doit aussi moins boire que manger, à raison de la longueur du sommeil, & de l'humidité du temps.

Mais il faut boire plus pur. Le vin fort, vermeil & doux, est propre; comme est le vin de Gascogne, le vin muscadet, la Maluoisie. L'Hydromel vineux est profitable au matin, avec vne rostie. Outre- plus il est expedient de prendre exercice auant le repas, sans toutesfois se trop eschauffer. Et pour lors n'y a meilleur exercice que le jeu de paulme, par lequel non seulement toutes les parties du corps se remuënt également, ains l'esprit est aussi totalement rehouy & regaillardy. Il est loisible de dormir plus longuement, & d'embrasser par amour Dame Venus plus souuent qu'au parauant.

T iiij



LE
GOVVERNEMENT
REQVIS EN TEMPS DE
PESTE, POUR SE GARDER
de sa tyrannie.

A
MESSIEVRS LES PREVOT
DES MARCHANDS, ET
Escheuins de la ville de Paris.

MESSIEVRS,
Entre autres liures du Gou-
uernement de la Santé, que
j'ay exposé au iour, il m'a
semblé expedient de vous presenter cestuy-
cy, qui enseigne la maniere de se preseruer de
la peste, maladie autant à craindre, qu'elle est
dangereuse, & aussi frequente en vostre
ville, qu'en lieu du monde, pour la multitude
de gens, qui y abordent de toutes parts. Car
il appartient aux Magistrats & Consuls de
cognoistre ce qui concerne le salut public, &
de donner ordre que la communauté ne soit
endommagée par la contagion des particu-

Liers. A qui donc pourroy-je mieux addresser le Reglement Politic requis durant vne constitution pestilente, qu'à vous qui estes administrateurs de la Police? A qui doy-je plustost dedier le Gouvernement Medicinal estably pour la conseruation de la Republique, qu'à vous qui gouuernez la Ville, où i'ay fait le cours de mes estudes en Medecine? C'est pourquoy ie desire demeurer pour jamais,

MESSIEVR\$

Vostre tres-humble seruiteur,

LA FRAMBOISIERE.

T iffj



L E
SEPTIESME LIVRE
DU GOVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE.

Des causes de la Peste.

CHAPITRE I.

La première cause de la peste.

MA Saincte Escriture tesmoigne que la peste est exprés envoiée de Dieu sur la terre pour la punition des pecheurs; tellement qu'il ne faut point douter quand ceste cruelle maladie regne, que nostre Seigneur iustement courroucé, ne nous châtie de ses verges, pour auoir transgresſé ses faincts Commandemens. Voilà la première cause de la pestilence.

Les seconde causes.

Les seconde causes desquelles Dieu se sert pour executer sa Justice sur les humains, sont deux, l'infection de l'air, & la putrefaction des humeurs au corps: dont celle-là est efficiente & formelle: & celle-cy materielle, & sans laquelle l'autre ne peut produire son effect.

Comme l'infection d'air procede d'en haut.

Les causes de l'infection d'air sont superieures ou inferieures. Les superieures viennent des malignes & puantes exhalations, chaudes, seches & fuligineuses, esleuées de la terre en

DE LA FRAMBOISIERE. L. VII. 297
la suprême region de l'air, lesquelles estant
enflammees par les rayons du Soleil , ou par
la chaleur prouenant du soudain mouuemēt
des orbes celestes , ou du feu elementaire, en-
gendrent des cometes ardentes, estoilles cou-
rantes , chandelles , lampes, fallors , tissons ,
dards , lances flamboyantes , chéures fautelâ-
tes , dragons volans , serpens de feu , & autres
impressions de diuersē figure , selon que la
matiere s'estend en long & large , & qu'elle
est époisse ou delicee , & que le feu qui s'est
allumé dedans va poursuivant sa pasture. Car
apres la consomption de ceste matiere grasse
& visqueuse , il demeure vne fumee aduste ,
sulphuree , puante au possible , qui s'espand
ça & là , & vient en bas contaminer l'air qui
nous enuironne , & y apporter vn seminaire
de pestilence.

D'embar.

Les causes inferieutes prouoient des va-
peurs putrides de qualité chaude & humide,
esleuees en temps d'Esté par vne excessiue
chaleur du Soleil , des eaux boueuses & dor-
mantes , marescages , lacs , estangs bourbeux ,
fanges retenues , latrines , cloaques , trous
puans : ou bien d'une multitude de corps
morts non inhumez, ny enseuelis en la terre ,
comme d'hommes , cheuaux & autres , pro-
duisans vne euaporation charongneule &
puante, ce qui aduient souuent apres des ba-
tailles & massacres: ou d'une quantité de gens
periz par naufrage, puis iettez par les flots de
la mer au riuage, demeurans là sans estre en-
terrez: ou bien des expirations infectes sorties
par vn tremblemēt de terre des entrailles d'i-

198 **LE GOVVERNEMENT**
 celle, y ayant esté longuement enfermées, retenues & croupies, ou pour auoir descouvert quelque cauerne fetide, ou desbouché quelque puy qui auoit esté longuemēt bousché, duquel peut sortir vn air si fetide (d'auoir esté fort long temps estouffé & enfermé) qu'il peut incontinent infecter celuy qui est circōuisin, & consequemment causé la peste: ou pour auoir ouuert des coffres fermez par l'espace de plusieurs centaines d'ans, esquels les hardes se sont du tout putrefiees & gastees, comme on lit aux histoires Romaines des soldats d'Antonius, qui volerent le temple d'Apollon en Seleucie.

L'air pareillement s'altere, & se dispose à pourriture & corruptiō, quand les saisons de l'annee ne gardent point leurs constitutions & températures naturelles, principalement quād l'Hyuer n'est quasi point froid, & l'Esté est fort chaud, & presque toute l'annee humide, pluvieuse & australie, le vent ne soufflant sinon du Midy, & encore si doucement qu'à peine le sent-on. Car l'air est d'autant plus corruptible qu'il est chaud & humide, pource que la chaleur outre nature est la cause efficieute, & l'humidité la matière de la putrefaction, comme dit Galien au troisième com. sur le 3. liure des Epid.

Come l'infection d'air est portée d'un lieu à autre.
 Or les exhalations & vapeurs pourries n'infectent pas seulement l'air aux lieux d'où elles sont issues & procedées, mais aussi sont soufflées, poussées & transportées par les vents d'un pays en autre. Souvent aussi la pestilence est de main en main communiquée des

vns aux autres par contagion , voire en pays estrange par vilitation, ou peregrination lointaine : C'est pourquoynous voyons la peste courir tantoſt çà,tantoſt là , & eſtre quelque temps en vne cōtrie, & quelque temps apres en vne autre:d'autant que l'air eſt assez louuent infecté en quelque certaine partie ſienne,mais il ne l'eſt iamais totalement par toute fa ſubſtance.

Voilà comme l'air ambiant alteré & enue-
nimé, à raison des anathmiases putrides pro-
cedantetestant d'en haut que d'embas meſlees
parmy, le fourrant inſenſiblement dedans le
corps humain , par l'inspiration qui ſe fait aux
parties pectorales par la bouche & les narines,
& par la transpiration qui ſe fait par les pores,
eſt la principale cause generatiue de la peste.

L'autre cause , ſans laquelle la premiere ne
peut agir , eſt la diſpoſition du corps. Car co-
me dit Galien au chapitre ſixieme du premier
liure des diſ. des ſiéures , nulle cause ne peut
produire ſon effet , ſi le patient n'eſt diſpoſé
à la receuoir. Partant l'air corrompu ne peut
engendrer la peste au corps , ſi il n'y trouue
& rencoſtre dedans vne matiere ſuſceptible,
idoine & propre pour s'y loger. Autre-
ment durant vny temps peſtilent , toutes per-
ſonnes indiſſeremment prendroient la peste.

Or le corps(dit Galien) eſt diſpoſé & ſubieſt
à eſtre du premier coup attrapé de la conta-
gion , en vne conſtitution peſtilente , quand
il eſt Plethoric , cacochyme & perittomatic,
c'eſt à dire replet , plein de mauaifes hu-

Comme l'in-
fection d'air
engendre la
peſte.

Comme la
diſpoſition du
corps eſt re-
quise à la ge-
neratiou de la
peſte.

Quand le
corps eſt diſ-
poſé à préde-
re la peste.

300 LE GOVVERNEMENT
meurs , & chargé de superfluitez , & outre ce
abondant en cruditez, ayat les pores bouchez
& oppilez : de sorte que les humeurs sont
estouffées au dedans , faute d'estre euantées ,
& les vapeurs fuligineuses retenues. Ce qui
aduient ordinairement à ceux qui vivent en
oisiveté , & qui sont addonnez à gourmandise
& yurognerie , & qui exercent l'acte vene-
rien sans discretion & mesure , & à ceux qui
ont les humeurs corrompues , pour auoir vécé
de mauaises viandes , & de mauuaise breuuages ,
& auoir esté par trop passionné de crainte ,
defrayeur , apprehension , de cholere , fasche-
rie , ennuy , d'ueil , tristesse , angoisse , & autres
pareilles perturbations d'esprit , qui troublent
& gastent le sang , & le rendent subiect à
pourriture & venenosité .

Ponctuoy Or combien que Galien ayt dit en passant
la corruptiō au ch. 5. du liu. 6. des lieux affectez , qu'il se
de l'air , & la peut engendrer au corps des animaux , vne si
préparation grande corruption , qu'elle pourroit égaler
du corps cō- cestaiement en malignité la force & qualité d'un poison ,
current ne- à la genera- si ne faut-il inferer pourtant & croire (comme
tion de la tion de la feste. aucuns font par trop legerement) que la
feule putrefaction des humeurs puisse causer
la peste au corps . Car comme la poudre à ca-
non qui est vne matiere entre toutes la plus
susceptible du feu ne peut brusler , & produire
son effect violent sans l'attouchement de
l'essence du feu , ainsi les humeurs putrefiees
au corps ne peuvent seules exciter la peste ,
sans la contagion de l'air pestiferé introduit
premierement au corps . Que si la peste pou-
uoit de la seule diaphthore & pourriture des

DE L'A FRAMBOISIERE. L. VII. 301
 humeurs sans l'introduction de l'air corrompu s'engendrer au corps, elle seroit vne maladie Sporadique, & non Epidemique. Car le different de l'une à l'autre gît principalement en ce, que celle-cy est engendree d'une cause commune, comme est l'air: & celle-là du vice des humeurs, prouenant dela mauaise maniere de viure dvn chacun en particulier, selon la doctrine d'Hippocrate, conforme à la verité, la raison & l'experience. Parquoy ie conclad quel la corruption de l'air, & la putrefaction des humeurs, sont toutes deux necessaires pour engendrer la peste.

Des moyens de se preferuer de la peste.

CHAP. II.

C'Est vne maxime en Medecine, qu'il faut oster la cause, devant qu'on puisse oster le mal qui procede d'icelle. Parquoy si tost que nous voyōs que la peste commence à rauager la campagne, & faire bresche à la ville, le premier & plus assuré moyen que nous ayons, pour résister vaillamment aux assauts de ce cruel ennemy du genre humain, c'est de nous addresser à Dieu : Le suppliant bien humblement pour l'amour de son fils Iesus Christ nostre Seigneur, qu'il luy plaise nous pardonner nos fautes, & nous faire la grace de nous receuoir en sa protection & sauuegarde, & nous garantir de ceste dangereuse maladie, aſſi que nous ne soyons delaissez de nostre

Le premier
moyon pour
s'exempter
de la peste.

302 LE GOUVERNEMENT

pasteur , abandonnez de nos parens & amis ,
& sequestrez du troupeau des Chrestiens ,
comme ouailles contagieuses & dommagea-
bles à la société humaine . Et pour appaiser l'i-
re de Dieu iustement courroucé contre nous ,
il est befoin de faire penitence de nos pechez ,
& d'amender nostre vie . Car tandis que nous
serons si peu craignans Dieu , & que nous
violeronz à tous propos sa sainte Loy , il ne
cessera point de nous chastier de ses verges ,
& n'entrera point en reconciliation avec
nous , si prealablement ne sommes con-
uertis à luy , & ne faut point esperer ny at-
tendre aucun secours de l'art de Medecine ,
iusques à tant que chacun fera bien son de-
voir .

Les seconds moyens pre-
seruatis de la peste.

Mais apres auoir pensé à nostre conscience ,
& mis nostre ame en bô estat , il faut auoir re-
cours aux remedes naturels que Dieu a ordô-
né pour la conseruation de nostre santé cor-
porelle , & la preseruation de ceste pernicieu-
se maladie , lesquels tendent tous à deux buts ,
à sçauoir à corriger l'air infecté , & à rendre
le corps bien disposé , pour se pouuoit defen-
dre contre son ennemy : d'autant qu'il faut
touſiours t'ascher d'affoiblir la cause agente ,
& de fortifier le corps patient , afin qu'il puif-
se tellement resister que l'action soit nulle .

Nos bons Peres anciens ont compris la pre-
caution de la peste en trois mots , *cito* , *longe* ,
tardé , par lesquels ils veulent aduertir , quand
on voit la peste venir , de tost partir , biē loing
fuyr , & tard reuenir .

Mais quand on ne peut euter l'air infecté , il

D E L A F R A M B O S I E R E , L . VII . 303
Faut aduisir de le rectifier par feux de bois sec,
par arroûsemens odoriferans , parfums arb-
omatics,& autres pareils moyens.

Pour s'exempter de la contagion , il est ne-
cessaire aussi (comme maintient Galien) que
le corps soit bien temperé.net , sans humeurs
superflues , & qu'il n'ayt les conduits inter-
rieurs oppilez, ny les pores du cuir bouchez,
afin qu'il reçoive librement la transpiration
de l'air ambient. Et pour l'auoir tel , on doit
vivre sobrement & viser d'exercice moderé.
Et si est expedient de tirer du sang , quand il
est par trop abondant au corps. Et si quel-
que mauuaise humeur y domine, il est besoin
de l'evacuer par remedes purgatifs , ou par
diuretis,ou par sudorifics. Et s'il y a obstru-
ction , il la faut oster tant par alimens que me-
dicamens aperitifs & detergifs. Et outre ce est
requis d'viser d'antidotes, pour corroborer le
cœur , & les autres parties nobles , à fin de
mieux combattre à l'encontre de l'air pesti-
lent. Les plus vulgaires , & les meilleurs sont
la theriaque,& le mithridat , desquels on pré-
dra le poix de demy escu ou enuiton,deux ou
trois fois la sepmaine à ieun , quatre heures
deuant manger,avec vne gorgee de vin , & vn
petit d'eau rose parmy. On peut aussi faire
vne opiate composee de theriaque,mithridat ,
conserue de melisse , de roses , de fleurs de
violettes,de nenuphar,de buglosé , de bourra-
che , escorce de citrons , meslez en pareille
portion avec syrop de limons , pour en pren-
dre le poix d'vn escu ou enuion, trois ou qua-
tre heures deuant le repas au matin. Tous les
remedes

304 LE GOVVERNEMENT
 anciens ont aussi beaucoup loué non seulement contre la peste, mais aussi contre toute sorte de venin, vne noix, deux figues, quinze ou vingt feüilles de ruë, & vn grain de sel, pillez & meslez ensemble, & prins tous lesiours devant desieuner. La vinette confite en bon vinaigre est fort excellente, principalement en temps chaud, delaquelle on prendra deux ou trois feüilles en les maschant long temps en la bouche auant les aualler, non seulement le matin, mais aussi à toutes heures quād on va par la ville. On pourra aussi allant par la ville, porter en la main dans vne boite pertuisée vne esponge trempee en vinaigre & eau rose, pour la sentir souuent au nez, ou bien vn mouchoir mouillé en la mesme liqueur. Aucuns y adioustent de la canelle, ou cloux de girofle. Quelques vns portent branches de rosmarin, autres d'absynthe, autres de melisse, autres de saulge, l'odeur desquelles corrige aucunement l'air, & conforte les parties nobles.

Vn citron lardé de canelle, ou cloux degirofle, est encore meilleur pour le mesme effect. Il y en a qui portent pommes de senteurs, composees de styrax, calamite, benjoin, ladanum, myrrhe, bois d'aloës, roses, musc, ciurette, ambre gris, camphre, & semblables, qui ne sont toutesfois guere bonnes à ceux qui sont subiects aux defluxions, ny aux femmes subiectes à suffocation de matrice. On tiendra aussi en la bouche, allant en lieux dangereux racine d'angelique, ou de valeriane, ou d'aulnee, ou de canelle, ou de l'escorce de citrons.

D E L A F R A M B O I S I E R E . L . VII . 303
 citrons. Quelques vns ont attribué grande
 vertu contre la peste , à certaines pierres pre-
 cieuses , comme au ruby, au saphyr , à l'esme-
 raude & hyacinte , principalement quand on
 les porte à nud sur la chair , soit au doigt , ou
 à l'endroit du cœur. Mais quant à l'arténic &
 autre poison qu'aucuns conseillent de porter
 à l'endroit du cœur , ie ne le puis aucunement
 approuver.

Or d'autant que tous les remedes preserua-
 tifs de la maladie contagieuse doivent estre
 appropriez à la complexion , à l'aage , à la sai-
 son & au lieu ; pour en user salubrement , il
 est besoin d'auoir l'aduis de son Medecin. Car
 si on pensoit indifferemment user de mesmes
 remedes , & en mesme quantité , en mesme
 façon , en tout temps , on se tromperoit
 bien lourdement : parce que si on faut seule-
 ment en quelque circonstance , & qu'on
 prenne vn qui pro quo , en lieu de conseruer
 sa santé , on se met en danger de tomber ma-
 lade tous à faict. Partant la medecine ne peut
 estre feurement ordonnée ny deüement pre-
 scripte , sinon par ceux qui cognoissent l'art ,
 & qui sçauent donner valable raison de ce
 qu'ils font.

*Comment le Magistrat se doit gouuerner tandis
 que la peste regne.*

C H A P . III .

LE Gouuerneur dela Republique en tēps Le deuoirda
 de peste doit faire comandement que Magistrat.

V.

touchant la Police de la ville.

1. les rues soient bien pauees , afin que les eaux bourbeuses & ordures qu'on iette hors des maisons , ne croupissent par les chemins , & que chacun face nettoyer à l'endroit de son logis , & que le tombereau passe tous lesiours par les ruës & places publiques,pour porter la boüe & autres immondices bien loing hors de la ville.

2. Il faut qu'il face visiter par gens de bien à ce depeutez le bled,la chair, le poisson, le vin , les fruicts,herbes & autres viures qu'on vend en la ville , & qu'il defende toute viande gaste & corrompue nuisible au corps humain , & qu'il chastie rigoureusement tous ceux qui seront trouuez en faute.

3. Il est requis qu'il face tuer les chats & les chiens vagabonds , & les porter bien loing hors de la ville , & les enterrer , afin de n'infecter l'air qui est autour d'icelle. Et qu'il ne permette point de nourrir aux maisons,pourceaux , oysons , ny autres animaux immondes.

4. Il est expedient qu'il face trauiller les pauvres forts & robustes de corps,pour les occuper , afin qu'ils n'aillent plus mendier: & qu'il tienne la main que chacun selon sa puissance ayde à viure ceux qui ne peuvent gaigner leur vie , comme vieilles gens , petits enfans,estropiats & malades , sans qu'aucunement il leur soit loisible pendant la contagion d'aller demander l'aumosne par la ville , sur peine de punition corporelle.

5. Il faut qu'il face defense à tous reuendeurs

D E L A F R A M B O I S I E R E , L . VII . 307
 & reuenderesses de porter par la ville, ou aux
 marchez & lieux publics aucun habillemens,
 toilles, draps, pannes, ou autres hardes, pour
 les vendre : & aux frippiers d'achepter aucu-
 nes choses qui sortent des maisons infectees :
 de transporter desdites maisons aucun meubles,
 que premierement ils ne soient bien
 éuentez & nettoyez.

Qu'il face defense sur peine de punition
 corporelle à tous ceux qui se sentent malades
 de peste, ou qui communiquent avec eux, ou
 qui hantent es maisons suspectes, de se trou-
 uer aux assemblees ou lieux publics.

Qu'il commande expressément à tous ceux
 qui l'auront où il y aura quelques malades
 pestiferez, d'en aduertir incontinent la Police
 pour les faire penser par ceux qui seront de-
 putez, ou en leurs maisons, s'ils veulent &
 ont le moyen d'y demeurer, ou pour les faire
 transporter aux lieux à ce destinez, pour estre
 pensez comme les autres.

Il est besoin es villes & bourgs où il n'y a
 point d'Hospitaux destinez pour loger les pe-
 stiferez, de faire bastir plusieurs cabanes avec
 bois & pallissade situees en lieu le plus con-
 uenable & exposé au meilleur air, assez distan-
 tes l'une de l'autre, tant pour eviter la conta-
 gion, que pour la brusler sans danger d'en-
 dommager les autres, apres la mort de ceux
 qui y auront esté logez. Les frais desquels ba-
 stimens se pourront reprendre sur les biens
 de ceux qui les auront occupez, s'ils ont
 moien : si non, faudra faire cela aux despens
 de la communauté.

6.

7:

8.

V ij

5. Il faudra que Messieurs de la Police, choisissent quelque lieu près de ces logettes, pour faire enterrer tous ceux qui mourront : & qu'ils commandent qu'on les mette bien auant en terre.

10. Il est expedient qu'ils facent faire (quand l'air est corrompu) par les rues & carrefours de la ville, tous les soirs des brandons de feu de genévre, de genest, de laurier, & autre bois sec, non pourry ny puant, comme de chesne, cherme & autres pareils. On y pourra mettre parmy du rosmarin, de la faulge, & autres herbes, fleurs, graines, semences, & racines seches & odorantes, ainsi que fit autrefois Hippocrate en Athenes, pour y faire cesser la peste.

11. D'autant qu'il est impossible de prescrire remedes en certaine quantité propres à toute sorte de peste, à toutes personnes, & en tout temps, soit pour prendre dedans le corps, soit pour appliquer exterieurement, il est nécessaire qu'il y ayt vn ou deux medecins, gens de bien, craignans Dieu, sçauans & experiméntés, lesquels seront gagez de la ville pour aller visiter les pestiferez, ou du moins pour aller deux ou trois fois le iour en vn certain lieu designé entendre le recit des ministres & gardes des malades, pour leur ordonner tant par escrits que verbalement, remedes conueables selon la grandeur & espece du mal, l'aage, force & temperament de chacun patient, sans negliger les autres circonstances, ausquelles faut que les Medecins ayent toujours esgard, pour selon icelles se regler, ptin-

DE LA FRAMBOISIERE. L. VII. 369
 cipalement quand il est question d'ordonner
 Medecine laxatiue , alteratiue, ou confortati-
 ue. Car la raison & l'experience monstrent
 euidemment qu'il faut diuersifier les remedes
 selon la diuersité tant des malades , que des
 maladies.

Il est necessaire aussi d'auoir des Chirurgies
 & Apothicaires bien experimentez en leurs
 arts , qui seront pareillement salariez du pu-
 blic,pour mettre en execution ce que les Me-
 decins conseilleront , & non pas pour entre-
 prendre de saigner , ou bailler medecine sans
 l'aduis des Medecins. Car la plus grande part
 de telles maladies sont si chatouilleuses , qu'õ
 ne peut tant soit peu faillir , sans mettre les
 malades en danger de mort.

Il est besoin aussi que lesdits Apothicaires
 soient garnis de bonnes drogues,& principa-
 lement de remedes qui sont bons contre la
 peste , comme de theriaque , mithridat , eaux
 theriacales , conserues,electuaires , pouldres,
 syrops,eaux cordiales,d'onguens,emplastres,
 & autres medicamens tant simples que com-
 posez , soit pour prendre dedans le corps,soit
 pour appliquer par dehors.

On doit chastier rigoureusement tous ceux
 de quelque qualité qu'ils soient,qui faudront
 à leur charge , ou qui feront quelque inso-
 lence , & tort aux malades , ou à ceux qu'les
 feruiront.

*Comment chacun se doit gouverner en particulier,
durant l'ye constitution pestilente.*

CHAP. III.

Régime de
viure propre
à chacun, en
tēps de peste

POUR se préserver de la peste, ce n'est pas
assez de sçauoir ce qui concerne la Police
de la ville en general : mais il faut aussi que
chacun en particulier ayt soin de ce qu'il doit
faire à l'endroit de sa personne.

De l'élection
de l'air.

D'autant que l'air chaud & humide est plus
sujet à putrefaction, on doit en temps de
peste souhaiter de viure en vn air froid & sec,
bien qu'il soit besoin quelquesfois d'eschauf-
fer, & quelquesfois d'humecter l'air des châ-
bres, ayant esgard à la complexion , à l'aage, à
la region , à la liaison, & autres circonstances,
lesquelles se laisse à la discretion & prudence
des Medecins presens. En temps chaud , il est
bon de rafraichir la chambre avec vinaigre &
eau rose , & d'y asperger des feuilles de vigne,
rameaux de chesne & de faux , roses , violes,
fleurs de nenuphar, & autres semblables cueil-
lies apres Soleillevé , & en lieu non infe-
cté : Et d'y tenir des fruit s de bonne odeur,
comme pommes, poires , coings, citrons ,
oranges. En temps froid, il faut faire bon feu
en la chambre , & la parfumer avec encens,
vernix, benioin , grains de laurier & degene-
ure, oyselets de cypres: Et y semer du rosma-
rin , du thym, de la marjolaine , saulge , ab-
synthe, menthe , ruë, moyennant qu'on puis-
se sans s'offenser , souffrir leur odeur. Le plus

leur est de faire sa demeurance ès lieux hauts,
où l'air est tousiours moins subiect à infectiō.
Et ne faut ouvrir les fenestres de la maison,
que le Soleil ne soit leuē, ny les laisser ouvertes
apres le Soleil couché. Au matin on doit
ouvrir celles qui sont tournées vers l'Orient,
& apres Midy celles qui sont exposées au Sep-
tentriō, ou à l'Occident: & tenir closes cel-
les de Midy, parce que le vent qui souffle de
ce costé là, est de sa nature pestilential. Il ne fait
guere bon demeurer ès lieux estroits où le So-
leil ne dounne iamais, ny ès lieux qui ne peu-
vent receuoir de vent. Il faut aussi cuiter les
raisons de la Lune, & l'air de la nuit, & faire
honneur au Soleil en temps nebuleux & ob-
scure. Et ne faut, s'il est possible, se pourmener
par la ville ès endroits où plusieurs personnes
sont mortes, ny hanter les lieux publics.

Il se faut nourrir de bonnes viandes & aisees ^{du manger,}
à digerer. Il n'est pas bon de ieusner, ny de ^{& du boire}
trop boire ou mäger. On se trouue mieux de
s'oster de table avec quelque peu d'appetit.
L'heure de prendre sa refeſtiō est quand l'ap-
petit est venu, apres que la digestion est faite.
Il est bon de delieuner auparauant que sortir
du logis, principalement de prendre du vin,
lequel a grande vertu contre le mauvais air.
La diuersité de viandes en vn mesme repas
n'est pas bonne. Que le pain soit de bō grain,
non eschauffé, ny aucunement gasté, qu'il soit
quelque peu salé, mediocrement leuē, cuit
d'un iour ou deux, en lieu nō suspeçt de mau-
vais air. Le veau, le mouton, les chappons, les
poulets sont bons bouillis avec ozeille, ci-

V iiii

312 **Dv GOVVERNEMENT**
choree, endiue, soulcy, buglose, bourrache,
verius, & vn petit de saffran. Les perdrix, pi-
geons, alouettes, leuraux, lapreaux, & sem-
blables sont bons rostis, avec saulce de vinai-
gre simple ou rosat, verius, ius d'ozeille, de ci-
trons, ou d'oranges. Le poisson nourry en bel-
le eau courate, sablonneuse ou pierreuse, rosti
ou boüilly avec saulce de vinaigre, verius, ius
de citrons ou d'oranges, n'est point mauuaise
à ceux qui l'ayment. La chair trop vieille tuee,
& le poisson trop gardé, ou nourry en eau li-
moneuse, & toutes autres viandes qui se cor-
rompent aisément dans l'estomac, sont fort
dangereuses. Le vin poussé, trouble, esuenté,
ou autrement corrompu est dangereux. L'eau
de maret, trouble ou infecte, ne vautrien, ny
à boire, ny à faire le pain. Le bon vin & les
bonnes viandes prisles moderément, engen-
drent bonnes humeurs, lesquels ne rejoiuēt
pas si facilement la contagion. Le vinaigre est
fort salubre en téps de peste, auquel on peut
adiouster canelle, cloux de girofle, eau rose,
& autres choses semblables. Le verius est bon
aussi. Les pruneaux bien cuits & sucrez, les
prunes de Damas bien meures, & les cerises
en leur saison, prisles en petite quantité à
l'entree du repas, ne sont nuisibles. Les pom-
mes de Capendu, & les bonnes poires cuites,
assaisonnéeſ avec sucre & pouldre de canel-
le, ou anis confit, à l'issue de table sont bon-
nes. Les citrons & oranges en salade, avec eau
rose & sucre sont salubres. Aussi sont les ca-
pres bien dessalees.

De l'exercice, Il est expedient de prendre exercice mode-

DE LA FRAMBOISIERE. L. VII. 313
ré au matin & au vespre auant le repas , en
lieu non suspect de mauuais air. Cat l'exercice
mediocre refueille la chaleur naturelle , &
fortifie tellement les membres , que les fun-
ctions naturelles , vitales & animales en sont
rendues plus vigoureuses. Mais il se faut bien
donner garde de s'eschauffer excessiuement
en s'exerçant.

Le dormir doit estre mediocre , & le veiller Du dormir & veiller.
aussi. Cat le trop dormir engendre superfluite
d'humours. Et le trop veiller dessche la per-
sonne,multiplie la cholere , & döne mauuaise
couleur.C'est signe d'auoir assez dormy, quād
on sent à son refueil la teste legere , & les sens
bien esueillez.

On doit procurer le benefice de ventre pour De l'ea-
cuation des
extremens.
le moins vne fois le iour. Quand on est con-
stipé,il est bon de prendre quelque boüillon
laxatif, ou quelque autre remede par l'aduis
de son Medecin. Il ne faut point retenir son
vrine,ny autre superfluité. Il est bon le matin
de bien moucher & cracher. Et si on a quel-
que fistule ou autre vlcere, la nettoyer. Il se
faut bien garder en temps de peste , d'estre ex-
cessif au jeu d'amour , ny d'entrer en sa iouil-
fance que premierement la digestion ne soit
faire,& que nature n'y incite.

Au reste il faut viure ioyeusement , & se re- Des accidés
de l'ame.
créer honnestement chacun selon son estat,
sans se melancholier,sans se courroucer , sans
aucunement se passionner , & sur tout sans
auoir crainte ny apprehension de la peste , &
ne se point tourmenter l'esprit à profondes
meditations,ny à fortes imaginations.

*Comment ceux qui conviennent avec les pestiférés
se doivent gouverner, pour se garantir
de la contagion.*

C H A P. V.

Ev x qui hantent avec les pestiférés, ou
de quoy les assistants des pestiférés se
doivent garder. **C**omme les gens suspects, se doivent soi-
gneusement garder de prendre leurs haleines,
de sentir ou recevoir l'odeur de leur sueur,
1. vrine, vomissement, la bouë de leurs aposte-
2. mes, ou d'autre chose issante de leurs corps;
3. de manger ou boire leur demeurant : de vestir
4. leurs accoustremens, de dormir en leurs lieux:
5. & de se mettre entre le feu & le lit des malades.
6. Ceux qui ont de la galle, des vieilles fistules,
7. ou des autres ulcères, ne les doivent desse-
cher, ains plustost les prouoquer à couler, à
fin que nature aye quelque chemin pour se
descharger. Pour meisme raison, plusieurs se
sont bien trouuez des cauteres, qu'ils s'e-
stoient faict appliquer, aucuns es bras, autres
es jambes.

*Comment ceux qui entreprennent d'airier les
maisons infectées, se doivent gou-
verner en leur charge.*

C H A P. VI.

Le devoir
des aviseurs
des maisons
infectées.

I. **L**est besoin que ceux qui entreprendront
de nettoyer les maisons infectées, en pre-
mier lieu soient gens de bien, à fin qu'ils s'ac-

DE LA FRAMBOISIERE, L. VII. 315

quittent de leur devoir selon leur conscience,
& qu'ils ne facent point de tort là où ils ironnt.

Qu'ils tiennent ouvertes le long du iour toutes les fenestres des chambres infectées, hors-mis du costé où il ya de la contagion, à fin de donner issuë au mauvais air, & entrée au bon.

Qu'ils facent tous les iours soir & matin des brandons de feu de bois aromatic & gommeux, comme de genéure, de genest, de laurier, de sapin, ou autre bois sec enduit de gomme de pin, terebenthine, encens, oliban, & huile de nard, non seulement au fouyer, mais aussi au lieu des chambres, & en la court de la maison infectée, se donnant bien garde de l'endommager.

Qu'ils facent chauffer bien chauds des carreaux de grez, lesquels ils esteindront avec du vinaigre & eau rose par les chambres, & principalement aupres des licts où les malades auront esté: & qu'ils facent par tout le logis des parfums avec encens, vernix, oyselets de cyprès, du bois de genéure, & autres choses odoriferantes. Sera bon aussi de tirer des arquebusades dans les maisons infectées, & à l'en-tour d'icelles, se donnant bien garde du feu.

Qu'ils mettent en la lexue le linge, & tout ce qui peut estre mis dedans sans estre endommagé, puis apres qu'ils le lauent bien en belle eau courante.

Qu'ils portent les habillements de drap tant de laine que de soye, les tapisseries, les licts, couvertures, ciels & custodes, aux galeries, greniers, courts ou jardins, où ils pourront

2.

3.

4.

5.

6.

316 LE GOVVERNEMENT

estre bien esuentez, en les secoüant & battant de verges ou houssines deux ou trois fois le iour, quelque bonne espace de temps. Car le vent principalement Septentrional, l'air libre & le Soleil, sont fort propres pour dissiper la corruptiō & venenolitē des choses infectées.

7. Il faudra pareillement porter les papiers, lettres & liutes en quelque galerie, grenier ou salle ouverte de tous costez, là où ils seront secoüez, remuez & feüilletez, vne ou deux fois le iour, & ce par plusieurs iours. Les bahuz seront aussi portez au vent ouverts, & seront souuent frappez de houssines & espousettes.

8. Les autres meubles comme chalits, coffres de bois, tables, chaires, bancs, escabeaux & armoires, seront remuez hors de leurs places, bien nettoyez tout à l'entour, tant dedans que dehors, puis bien lauez avec forte lexiue, en laquelle on aura fait boüillir bajes de laurier & de genéure, saulge, rosmarin, origan, tue, vinaigre & autres choses séblables, & fait esteindre de la chaux viue. Il sera bon aussi d'en lauer les parois, & les planchers des chambres. Et si elles sont nattées, le plus seur est d'oster la natte & la brusler. Si dauature il ya des trous aux murailles, il les faudra boucher avec du plastré.



LE
GOVVERNEMENT
DES PERSONNES SUBLIE-
CTES A QUELQUE MALADIE
particuliere.

A
MONSIEVR LE VICOMTE
DE CRAMAILLE, SEIGNEVR
de sainct Soupplex, Vaudeſaintcourt,
Mouromuilliers, Marcelot, Sainct
Pierre aux Arnes, &c. Conseiller du
Roy, Gentil-homme ordinaire
de fa maison, Bailly de
Vermandois.



*Apres auoir descrit le regime
me conseruatif de santé, il
m'a pris enuie pour combler
mon œuvre, d'y adiouster encore le regime
preferuatif des maladies, qui ont accoustumé
d'assaillir par fois les personnes. Deux choses
m'ont conuié à vous en faire la dedicace; l'vn-
ne que ie ne voulois pas (pour le rang que.*

318

Vous tenez en ceste prouince) eclypser en mes
escrits la splendeur de vostre nom; l'autre que
je ne vous pouuois tesmoigner par preuve
plus signalée l'affection que ie porte à vostre
service, qu'en mettant les armes au poing,
pour vous defendre contre les ennemis iurez
de Nature. Vne infinité de gens qui courent
tous les iours fortune d'estre attaquez par
ces cruels tyrans, vous auront beaucoup d'o-
bligation, d'auoir obtenu en vostre faueur
les sauuegardes, que ie leur ay donné, pour les
en exempter. Prenez donc en gré ce present
que ie vous offre, pour vous faire paroistre
par effets, que ie suis,

MONSIEVR,

Vostre tres-humble & tres-affectionné
seruiteur, LA FRAMBOISIERE.



L E
H VICTIESME L I V R E
D V G O V V E R N E M E N T
D E L A F R A M B O I S I E R E.

*Comment ceux qui sont sujets à la migraine.
se doivent gouverner.*

C H A P I T R E I.

A migraine est ordinairement causée de vapeurs mordicantes, esfleuées des hypochondres à la teste, lesquelles pressent & piquent ore le pericrane, ore les meninges du cerneau. Ces vapeurs procedent du sang eschauffé, agité & trouble, pour auoir beu du vin fort en quantité, ou mangé des viandes extremement chaudes, ou trop longuement ieusné, ou demeuré long temps au Soleil, ou pris quelque violent exercice, ou trauailé excessiuement l'esprit, ou pour s'estre choleré & passionné outre mesure, ou pour quelque autre pareille occasion. Ceux qui ont l'habitude de tout le corps rare, & la teste debile, à force de veiller, Pourquoy
on y est
sujets.

320 LE GOVVERNEMENT

d'estudier & de s'employer aux affaires sérieuses, sont subiects à la migraine; d'autant qu'ils ont la teste disposée à recevoir les fumées d'embas, & le corps prompt à leur faire passage, de sorte que le cerveau en est facilement rempli, si tost qu'il se commet quelque faute en la maniere de viure. Or pource que l'art ne peut pas aisément corriger les vices de nature, il est bien difficile d'arracher tellement le mal (principalement quand il est hereditaire, ou ja enraciné de long temps) qu'il ne puisse plus retourner. Mais pour le moins faut-il donner ordre qu'il ne tourmente pas si fort, ny si souuent.

Pourquoy
elle est diffi-
cile à guérir.

Régime de
viure propre
pour la pre-
caution.

Pour ce faire il est nécessaire d'éviter tout ce qui eschauffe immoderément le sang; & tout ce qui peut enoyer à la teste abondance de vapeurs acres, comme le vin fort, les ails, les oignons, les raues, la moustarde & leurs semblables; & faut inuiolablement obseruer vne maniere de viure raffraichissante.

Remedes
preservatifs.

Il est bon quand on recognoistra y auoir plenitude au corps, de tirer du sang de la cephalique, pour raffraichir la masse sanguinaire trop chaude, & empescher par ce moyen la generation des fumées, qui ont de coutume de monter à la teste. Pareillement de purger par interualle la cholere meslée parmy le sang, avec des benings cholagogues. Et pour destourner la bile par bas, & la retirer arriere de la partie dolente, les clysteres refrigeratifs, où il y entre des medicamens propres à purger l'humeur bilieuse sont conuenables. Il est expedient aussi d'appliquer par fois des vêtousses

aux

D E L A F R A M B O I S I E R E . L . V I I I . 321
aux espaules, & de faire des frottements tous les matins. Apres auoir euacué le corps, il faut venir aux topics propres à la migraine, qui soient aucunement refrigeratifs & restraintifs, pour reprimer les vapeurs chaudes, & fortifier la teste. Mais pour user de tous ces remedes comme il appartient, il est besoin de passer par l'aduis de quelque docte Medecin.

*Comment ceux qui sont subiects au mal caduc
se doivent gouverner.*

C H A P : II.

L'E P I L E P S I E procede d'abordance d'^{Cause de} hu-
^{l'Epilepsie.}meur phlegmatique, corrompué, qui ré-
plit à coup les ventricules anterieurs du cer-
veau. Car le cerveau chargé de la quantité, &
aiguillonné de la qualité maligne de ceste hu-
meur, se referre en soy-mesme, & se choque,
ne plus ne moins qu'en esternuant, à fin de
pousser dehors tout ce qui luy est nuisible: &
comme il est referré, il tire à soy les nerfs &
les muscles, tellement qu'on tombe soudai-
nement par terre. Delà vient qu'on l'appelle
maladie caduque. Aucuns la nommèt le haut
mal, les autres le mal Saint lean.

Ceux qui y sont subiects doivent garder ^{Régime} pour s'en
vne maniere de viure subtile, qui eschauffe & garantit.
desèche, à fin d'empêcher la generation de la
pituite, en rendant le sang loüable. C'est pour-
quoy la chait des volatiles leur est plus pro-
pre, que celle des autres animaux: & est meil-
leure rostie que boüillie, & encore pl^e salubre

X

322 LE GOVVERNEMENT

d'estre affaisonée avec faulge, marjolaine, pouliot ou hysope, qu'autrement. Le poisson leur est du tout contraire. Le frequent usage des cappres leur est merueilleusement profitable. Ils se doiuent abstenir de fruitage, de laictage, de legumes, de salades, & generalement de toutes viandes froides & humides, & grossieres. Pareillement d'ails, oignons, moustarde, & de toutes autres choses vaporeuses. Il leur faut oster le vin, principalement pur, pour ce qu'il replit le cerveau de vapeurs, qui par apres se conuertissent en phlegme. Pour leur boisson ordinaire ils useront d'eau bouillie avec racure de corne de cerf, ou vn petit de gingembre ou de canelle, ou semence de coriandre preparée: s'ils n'ayment mieux boire de l'hydromel, qu'leur est fort bon. Il faut eviter le dormir de iour, & que celuy de nuit soit moderé: & fuir le soin, la tristesse, la crainte & autres passions d'esprit. Ils feront bien de prendre ordinairement au col de la semence & racine de pivoine, du guy de cheyne, & du corail rouge, à fin d'ē auoir tousiours l'odeur au nez. Outre ce regime de viure, ils ont besoin d'user de remedes accommodez à leur aage & à la saison, par l'ordonnance de quelque docte Medecin, pour preparer, eau-cuer, diuertir, destourner arriere du chef l'humeur pituiteuse qui cause le mal: & de topics conuenables au cerveau, pour corriger son intemperature, & le fortifier.

Cure prefer-
tative du
mal caduc.

Comment ceux qui sont sujets aux Catarrhes,
se doivent gouverner.

CHAP. III.

Les Catarrhes prouennent ordinaire-
ment de chaleur, ou froideur excessiue, &
de repletion du cerveau, & debilité de la par-
tie receuante. Car le chaud extrême en fon-
dant les humeurs contenuës dans le cerveau,
les rend plus propres à couler en bas : & le
froid violent en comprimant le cerveau, les
fait couler dehors, toutainsi que si on preffe
vne esponge pleine d'eau, on en void ruisselet
l'eau de tous costez. Toutes les choses qui en-
gendrent abondance d'humours superfluës
au cerveau, & qui y envoient quantité de va-
peurs, comme les fortes odeurs, les vins gene-
reux, les viandes vaporeuses, & les bains
chauds, caufent pareillement les defluxions.
Les parties debiles ou pour leur rarité, ou
pour quelque infirmité accidentaire, sont dis-
posées à receuoir la descharge des superflui-
tez de la teste.

Pour empescher la generation des catarrhes, il faut de bonne heure en retrancher toutes les causes. Partant est besoin de choisir vn air qui soit temperé en chaleur & froideur. S'il est trop froid, on le doit eschauffer avec des bons feux : & s'il est excessiument chaud, le refroidir avec des herbes & fleurs qui en ayent la proprieté. Il est expedient aussi que l'air soit sec, d'autant que l'air moitier remplit

Cause des
Catarrhes.

Régime de
vie propre
pour les ca-
tarrheux.

L'selection
de l'air.

324 LE GOVVERNEMENT
 le cerveau d'humidité superfluë. Pour ce il faudra bon d'habiter aux lieux esleuez, & esloignez des riuieres. Il faut fuir les vents Meridionaux & Septentrionaux, pour ce que ceux-là remplissent le cerveau ; & ceux-cy le present, & par ce moyen esmeuent les defluxions. Les vents coulis sont extremément dangereux pour les catarrhes. Il ne se faut guere exposeraux rayons du Soleil, ny au serein. Le changement soudain de l'air, & la mutation des saisons sont au rang des causes qui esmeuent le catarrhe. Si les saisons aussi ne gardent leur temperature (comme a tresbien remarqué Hippocrate au troisieme liure des Aphorismes) l'année sera toute catarrheuse. Quand l'air est inegal, c'est à dire tantost chaud, tantost froid , il excite aussi aisement les defluxions. C'est pourquoi ceux qui sont subiects aux catarrhes, se doiument soigneusement contregardeur durant vn tel temps.

Le manger.

Ils doiument ordinairement vser de viandes dessicatuves , & s'abstenir de toutes viandes vaporeuses, venteuses , grosses , pleines d'excremens, & difficiles à digerer. Et ne mettre jamais dans l'estomac de nouuelle viande , que la premiere ne soit bien digerée. Et se contenter d'une sorte de viande, qui soit bōne, pour ce que la varieté engendre tout plein de cruditez. Et s'accoustumer à manger plus au dinner qu'au souper, d'autant que le dormir , qui suit le soupper de bien pres , enuoye grande quantité de vapeurs au cerveau , lesquelles se conuertissent apres en eau. Et ne se faut jamais saouler, ains se leuer de table avec cap-

DE LA FRAMBOISIERE. L. VIII. 325
petit. Et quand on retrancheroit vn repas sur toute la sepmaine, on ne s'en porteroit que mieux. Car le trop manger & le trop boire remplissent le cerveau. C'est pourquoy les yurongnes, & ceux qui mangent trop, sont ordinairement subiects aux Catarrhes suffocatifs. Vray est que l'abstinence trop grande esmeut aussi les Catarrhes, à cause que l'estomac estant vuide, & n'ayant de quoy se remplir, est constraint d'attirer les humiditez des parties voisines. Les Catartheux doivent manger du pain de bon froument, bien cuist, & à la fin du repas du biscuit, auquel on mettra vn peu d'anis, & de fenoüil. La chair rostie leur est beaucoup meilleure que la boüillie. Ils doivent tousiours choifir celle qui n'abonde pas en humeurs excrementeuses, & laisser les oyseaux de riuiere, pour viser de ceux de montaigne. Les potages ne leur valent rien. Le poisson leur est du tout contrarie. Le laictage est ennemy des Catarrhes, & toute sorte de legume. On recommande entre les herbages, la saulge, la menthe, l'hysope, le serpolet, le rosmarin, le cerfueil, le fenoüil, & le coq. Mais on defend expreflement les ails & oignons, pour ce qu'ils sont trop vaporeux, & toutes herbes froides & humides comme laictue, pourpier, ozeille & semblables. Tous fruits qui abondent en humidité: comme pommes, prunes, melons, concombres, leur sont defendus. Ils pourront viser de ceux qui ont vertu de secher, comme pignons, noisettes, pistaches, amandes, poires, coings, figues, raisins secs, mesles,

X iiiij

Le boire.

Quant au boire, l'eau crue, & le breuuage actuellement froid est nuisible aux Catarrheux. La prisane est bonne quand la defluxion est chaude, & que l'estomac la peut porter. Mais le bouchet, l'hydromel, & le petit vin bien trempé d'eau, sont meilleurs à ceux qui ont le cerveau & l'estomac froids. L'hypocras, & tous vins forts, gaignent quant & quant le haut, & remplissent le cerveau de vapeurs. Boire aussi tôt qu'on se met à table esment le Catarrhe. Il n'y a rien si pernicieux à ceux qui sont subiects aux defluxions, que de boire lors qu'on s'en va coucher.

Le dormir.

Le dormir excessif rend le corps tout pessant, & retient les excremens au dedans. Il suffit de dormir six ou sept heures. Il faut auoir ce pendant la teste & les pieds bien couverts. On doit dormir la teste un peu eslevée, & sur les costez. Car le dormir sur le dos, eschauffe le tronc de la grosse veine caue, qui est couché sur l'espine, & envoye par ce moyé grande quantité de vapeurs au cerveau. Qu'o se garde bien de dormir à midy, ny quant & quant apres le repas: Et de se mettre soudain apres le past à la lecture, ou à l'escriture, ou à quelque profonde meditation, pource que cela destourneroit la chaleur naturelle qui doit estre occupée à la digestion.

Le veiller.

Les longues veilles peuvent autat nuire que le trop dormir, d'autant qu'elles dissipent la chaleur naturelle, & refroidissent le cerveau.

L'exercice.

L'exercice moderé est fort recommandé devant le past.

Il est bon tous les matins de se bien peigner l'euacuation des extremens. & frotter la teste, de moucher, cracher & se purger de tous extremens naturels. Le ventre doit estre touſiours lasche. Le trop frequent vſage de Venus est nuisible aux Catartheux, pource qu'il affoiblit le cerueau, & dissipe la chaleur naturelle. Les passions de l'ame fort violentes, les offendront pour mesme raison.

Pour se garantir du Catarrhe, ce n'est pas Remedes assez de tarir sa source, par l'exacte obſeruation des Catarthes. de ce regime : mais il faut encore empêcher la fontaine par remedes vacuatifs. Quand le corps est Plethoric, & que l'intemperature chaude du cerueau, ou du foye cause la defluxion, celle-là en attiraſt, & celle-cy en envoiant force exhalations chaudes en haut, il est besoin de tirer du ſang. Mais la saignée n'a point de lieu, s'il n'y a plenitude au corps, & lors quel l'intemperature froide du cerueau ou de l'estomac cause le Catarrhe, par le moye des cruditez qu'elle engendre, ne pouuāt pas bien cuire l'aliment, ny diſſiper les reliques, pour la foibleſſe de la chaleur naturelle: Il eſt expedient alors de préparer premierement le corps & les humeurs ſuperfluës, par clyſteres, juleps & capozemes aperitifs: puis de les purger par pilules, ou potions Phlegmagogues : Et quelquesfois les vuidre & desſecher avec de coctions ſudorifiques.

Apres auoir par remedes vniuersels euacué le corps comme il appartient, il faut particulierement euacuer le cerueau par errhines, maficatoires, gargarismes, veſicatoires, vétouſes,

X iiii

328 LE GOVVERNEMENT
 cauteres , & autres topics , puis corroborer la chaleur naturelle du cerneau,tant par remedes internes,comme opiates , tablettes,poudres digestives : qu'externes,comme poudres & capitales , sachets , parfums, fomentations emplastres: à fin d'ostre l'intemperature froide & humide, qui fait vne perpetuelle generation d'excremens.Et doit-on auoir soing de fortifier aussi biē la partie qui reçoit, que celle qui enuoye.Mais il se faut addresser àvn docte Medecin,pour ordonner tous ces remedes en temps & lieux,& les approprier non seulement à la complexion &c à l'aage, mais aussi au mal. Car il convient traicter autrement vn Catarrhe froid qu'un chaud.

*Comment ceux qui sont subiects au mal des yeux,
 se doivent gouverner.*

CHAP. III.

Causes de la
 debilité de
 la veue.

Régime
 pour la con-
 servation de
 la veue.

Élection de
 l'air.

LA debilité de la veue vient ordinairement d'une humidité superfluë du cerneau & des yeux, qui est cause de l'impurité des esprits animaux. C'est pourquoy il est besoin pour la conservation de la veue, de deflecher & fortifier ces deux parties. Partant ceux qui sentent quelque diminution à leur veue, doivent exactement garder ce régime de viure.

Il faut choisir vn air qui soit tempéré, pur & net:& fuyr le trop chaud, trop froid , trop humide, trop gros , & celuy qui est plein de brouillars, & de vapeurs. Il n'est pas bon de s'exposer à l'ardeur du Soleil , ny aux rayons

DE LA FRAMBOISIERE. L. VIII. 329
de la Lune, ny au serain. Les vents Meridionaux & Septentrionaux sont ennemis des yeux. Car (comme dit Hippocrate en la 3. se^ct. des Aphor.) Le vent Austral rend la veüe trouble, l'ouye dure, la teste pefante, les sentimens hebetez, & tout le corps lasche & paresseux, pource qu'il engendre des esprits grossiers. Au contraire le vent de Bize mord & pique les yeux, pource qu'il est trop vif. Les lieux bas, aquatics, humides & marescaux ne sont pas propres à la veue. Il est beaucoup meilleur d'habiter es lieux secs & vn peu esleuez. Si on est constraint de se loger es lieux humides, il y faudra faire ordinairement du bon feu: Et parfumer souuent la chambre, avec feuilles d'Euphrase, fenouil, marjolaine, bois d'aloës puluerisé, & encens meslez ensemble, à fin d'alterer & purifier l'air. Il se faut garder de la fumee, de la poussiére, & de la trop grande clarté. Car vne lumiere excessiue dissipé les esprits, & fait souuent perdre la veüe. Nous lissons que les soldats de Xenophanes ayans passé par les neiges devindrent quasi tous aveugles, & que Denys Tyran de Sicile aveugloit ainsi tous ses prisonniers. Car les ayant enfermez dans vne cachote obscure, les faisoit tout soudain conduire en vn lieu bien clair, & par ce moyen perdoient tous la veüe. Toutes couleurs ne sont pas propres à la veüe, le blanc dissipé les esprits, les attirant à soy, le noit les rend trop grossiers. Il n'y a que le vert, le bleu & le violet, qui la resiouyfent. La couleur du Saphir, & de l'esmeraude est fort propre à la veüe. Si tu

330 LE GOVERNEMENT
 veux voir ces deux couleurs meslées , prens
 des fleurs de bourache , & des feuilles de pim-
 pernelle , & les ierte dan ton verre quand tu
 voudras boite , cela te seruira doublement .
 Car la couleur resiouyra tes yeux , & les her-
 bes rabbattront par leur propriété la fumée du
 vin .

Le manger. On se doit abstenir en general de toutes viandes grossières , visqueules , vaporeuses , vê-
 teuses , douces , salées , piquantes , & pleines d'excremens . Il faut s'accoustumer à manger moins au soupper qu'au disner . Le pain doit estre de pur froment , bien leué & bien cuict .
 On y pourra mettre de l'anis ou du fenoüil . Il ne le faut iamais manger chaud , ny passé trois iours . Quand il y a de l'yuroye au pain , il n'uit extrême amēnt à la veue . Les chairs qui sont aysées à digerer , & qui n'abondent pas en humidité superflue sont les meilleures , comme celles de poulettes , chappons , perdrix , gelinotes , phaisans , tourterelles , alloüettes , pigeons sauuages , & autres oyseaux de montaigne , lesquels on peut entrelarder de faulge , ou de serpoler . Les Arabes ont remarqué certaines chairs qui ont propriété de fortifier & esclaircir la veue , comme les chairs d'aronnelle , de pie , d'oye , de viperes bien préparées , de loup , de bouc , des oyseaux de proye . Ils se servent bien souuent des chairs d'aronnelle & de pie séchées au four , pour saulpoudret leurs viandes . Ils assurent que les yeux des animaux , pour la conformité qu'ils ont aux nostres , sont propres à conforter nostre veue . Ils nous defendant l'ysage des chairs

DE LA FRAMBOISIERE, L. VIII. 331
**de pourceau, de lieure, de cerf, & autres sem-
 blables.**

Les poissons, si nous croyons Auicenne, sont ennemis des yeux. Mais cela se doit entendre de ceux des estangs, qui ont la chair visqueuse, ou qui sont salez. Car les perches, truites, & autres semblables nourris en eau pierreuse, ne sont pas contraires. Les œufs frais & mollets avec un peu de sucre & de canelle, esclaircissent merveilleusement la veüe, mais s'ils sont fricassés avec le beurre, ils nuisent infinitement. La pâtisserie & le laitage ne sont pas propres aux yeux. Les fortes épiceries, comme le gingembre, le poivre & la moutarde offensent les yeux. Il faudra conten-
 ter de girofle, muscade, canelle, avec un peu de saffran. On fait des sels artificiels pour sa-
 ler les viandes, qui seruent merveilleusement à esclaircir la veüe, comme le sel d'euphrate préparé en cette façon.

Prenez du sel commun une once, de pou-
 dre d'euphrate deux drames, de canelle &
 de macis demy drame, meslez le tout ensem-
 ble, & en salez vos viandes. Le sel theriacal
 est aussi très-excellent, auquel on pourra ad-
 iouter de la muscade, du macis, du girofle &
 du fenoüil. Il y en a qui adoucissent à ces sels la
 chair de pie rôtie au four. Tous legumes sont
 fort contraires à la veüe, hors-mis les lupins,
 qui aydent par quelque propriété.

Pour le regard des herbes, on recommande
 pour les yeux, le fenoüil, persil, rosmarin, ser-
 polet, la sauge, mariolaine, betoine, men-
 the, pimpernelle, cichorée, les asperges.

332 LE GOVVERNEMENT

On defend au contraire la laictuë, porcée, le pourpier, nasitort, les choux, ails & oignons: cōme aussi les truffes & châpignons. Les Arabes recommandent les nauëaux: Vray est qu'il y faut tousiours mesler du fenoüil ou de l'anis pour ce qu'ils sont fort venteux. Les fruitz cruds & qui ont beaucoup d'humidité nuisent à la veüe. On pourra à l'entrée de table vser de pruneaux cuictz, & au dessert d'une poire ou d'un coing bien cuict, pour fermer l'orifice de l'estomac, & empescher que les fumées ne montent en haut. Il sera bon apres le repas de prendre vn peu de fenoüil, ou d'anis confit, vn morceau de cotignac, de mirabolans, ou de noix muscade confite. Les figues & les raisins ne sont pas defendu, si font bien les noix, les châtaignes, & les oliuies trop meures. Voilà pour le manger.

Le boire.

Quant au boire, Aristote en ses Problèmes écrit que ceux qui boiuent de l'eau ont la veüe plus subtile. Toutesfois Auicenne & Rhasis condamnent l'usage de l'eau, & croy qu'ils ne font pas desplaisir à plusieurs bons compagnons qui aymeroient autant perdre la veüe, que le vin. Pour les accorder il faut boire le vin fort trempé, & choisir vn petit vin, qui ne soit point fumeux. Le vin d'euphrase est singulier pour la conseruation de la veüe. On pourra aussi ietter vn bouquet d'euphrase dans le vin qu'on boit ordinairement. Ceux qui ne voudront boire du vin, vseront d'un hydromel simple, lequel leur sera encore meilleur, si on y adiouste du fenoüil, de l'euphrase & du macis. Au sur-

DE LA FRAMBOISIERE L. VIII. 333
plus on se doit abstenir de boire d'autant. Car
le trop boire est dommageable au mal des
yeux.

Au dormir & veiller il faut garder vne Le dormir
mediocrité. Le dormir trop profond nuisit, le & veiller.
dormir du midy rend le visage bouffi, trouble
la veüe, & appesantit tout le corps. Il faut dor-
mir sur les costez, & la teste assez haute. Les
veilles excessiües dissipent les esprits, refroi-
disent le cerneau, & nuisent infinitement à la
veüe.

Il est bon de se coucher trois ou quatre heu- L'exercice
res apres le soupper, & se leuer assez matin : se & excre-
pourmener par la chambre, tousser, cracher, mens.
nettoyer les oreilles, purger le corps de ses ex-
cремens ordinaires : Puis peigner la teste
touſiours en arrière, & la tenir bien nette. Et
ne faut pas laver le visage ny les yeux d'eau
froide. Car le froid est ennemy des yeux & du
cerneau. Il vaudra mieux mettre vn peu de vin
blanc, avec de l'eau de fenoüil & d'euphrase
tiede. L'exercice moderé de tout le corps est
bon au matin, & ne peut-on vivre en santé, si
on ne traueille pour dissiper les excremens de
la troisiëme coocoition. Les particuliers exer-
cices seruiron aussi, comme les frictions des
cuisses & des iambes, pour diuertir les vapeurs
qui montent aux yeux.

Les yeux ont leur particulier exercice. Le
mouvement trop & soudain circulaire les af-
foiblit: de les tenir longuement fischez en vn
lieu, & comme immobiles, cela les laisse enco-
re plus, pour ce qu'en ce mouvement tonic
toutes les fibres des six muscles sont égalemēt

334 LE GOVVERNEMENT

tendues, il est donc meilleur de les mouuoir, pource que les muscles faisans leur action successiuement, se soulagent lvn l'autre. Il n'est pas bon de lire, ny escrire beaucoup, principalement apres le repas, ny s'amuser à quelque lettre menuë, ou à quelque autre besoigne bien deliée, pource que la faculté & l'organe trauallent trop autour de ces petits objets. Il ne faut point regarder les corps qui se meuent de vistesse, ny qui tournent en rond.

Sollicitude
du ventre.

Passions de
l'ame.

Remedes
prescrutifs
du mal des
yeux.

Ceux qui sont subiects au mal des yeux doiüetauoir le ventre tousiours lasche. Quād il est trop par elleux, ils le doiüet solliciter avec boüillons, pruneaux & raisins laxatifs, clystres lenitifs, & autres remedes benings. Le frequent vslage de Venus leur est extremément nuisible. Toutes passions de l'ame nuisent fort à la veüe, mais entre autres la melancho lie & les pleurs.

Pour se garantir du mal des yeux, il ne suffit pas d'obseruer soigneusement ceste maniere de viure:ains faut encore purger la teste par pilules, ou potions propres, pour descharcher le cerveau & les yeux de leurs superfluitez. Il est besoin d'euacuer aussi tout le corps qui leur enuoye ordinairement des excremens, par Cathartics conuenables, & de consumer quelquesfois les humiditez excessiues, par decoctiōns sudorifiques. Puis d'euacuer particulierement le cerveau par mastica toires, ventouses, & cauteres. Apres l'euacuation faut penser à fortifier le cerveau & les yeux, tāt par remedes internes, cōme opiates,

DE LA FRAMBOISIERE. L.VIII. 335
 tablettes, conserues, pouldres & condits, que
 par moyens externes, cōme sachets, parfums,
 bonnets artificiels, eaux, collyres, & vnguents.
 Mais il se faut addresser à vn sçauant Mede-
 cin, pour ordōner tous ces remedes en temps
 & lieux, & les accommoder non seulement
 à la température & à l'aage, mais aussi au mal,
 auquel on est subiect. Car il convient diuer-
 sifier aussi bien les remedes preseruatifs que
 les curatifs, selon la diuersité des maladies
 des yeux.

*Comment ceux qui sont subiects à la Colique
 se doivent gouverner.*

CHAP. V.

LA Colique est causée le plus souuent de Cause de la Colique.
 ventositez qui procedent de crudité d'
 Stomac ; quelquesfois d'humeurs phlegmati-
 ques, grosses & visqueuses, prouenans d'ex-
 cez, d'oyſiueté & de mauuaise nourriture.
 Ceux qui y sont subiects se doivent tenir Regime de viure pour s'en pre- feruer.
 chaudement, & se contregarder du froid, &
 se nourrir de bonnes viandes faciles à dige-
 rer, nullement venteuses, comme de chap-
 pons, poullers, pigeons, perdris, léuraux, la-
 preaux, hachis de mourtons affaisonnez avec
 muscade, gingembre, poyre & autres sem-
 blables espicieries, & uſer tant en faulce qu'en
 boüillon de thim, marjolaine, hyslope, fe-
 noüil, d'ails, oignons, porreaux, & autres her-
 bes qui eschauffent, incisent & subtilient ; &

336 LE GOVVERNEMENT

s'abstenir de salades, de fruits crus, de concombres, de melons, & de tous alimens refrigeratifs. Ils ont besoin de boire du bon vin au repas, mais modérément, & de prendre quelquefois au matin trois doigs d'hydromel vimeux avec une rostie, une autrefois autant de vin d'absynthe à cœur jeun : & de ne point boire d'eau, ny de biere, ny de cydre. Il faut sur toutes choses, qu'ils soient sobres, & qu'ils prennent ordinairement exercice devant le repas, pour resueiller la chaleur naturelle, & consommer les superfluitez; & qu'ils ne trauallent point trop l'esprit aux affaires serieuses incontinent après le past, craignant de distraire nature occupée alors à faire la coction. Qu'ils tachent de bien dormir la nuit, à fin que la digestion se face mieux; & qu'ils ayeant soin de prouoquer le benefice de ventre par clysteres carminatifs, quand il sera constipé. Qu'ils auallent souvent deux ou trois pilules elehangines, ou de hiere, ante cibum, pour nettoyer le ventricule & descharger les intestins. Qu'ils prennent auparauant que desiuner tāost vne tablette de diarrhodon, ou aromatiū rosatū, tantost vne cuillerée de syrop aromatic; & entre les repas vn myrabolan, ou vn morceau d'escorce de citrons confits; & apres le past vne cuillerée de pouldre digestiue, ou vn morceau de biscuit fait avec anis, fenoüil ou coriandre.

En se couchant qu'ils se facent frotter la region du ventricule avec de l'huyle de muscade, ou autre qui ait mesme vertu, & qu'ils portent

DE LA FRAMBOISIERE. L.VIII. 337
 portent coustumierement vn escusion ou sa-
 chet aromatic sur l'estomac , à fin de le fortifi-
 fier , & d'ayder à la digestioin ; & qu'ils se reti-
 rent deux ou trois fois l'an vers vn Medecin
 expert , pour leur ordonner vne bonne mede-
 cinc , appropriée à leur complexion & aage ,
 à la saison & au pays , avec vne opiate cordia-
 le , à fin de purger tout le corps à bon escient ,
 & corriger apres l'intemperature de l'esto-
 mac , & le corroborer .

*Comment ceux qui sont subiects à la Grauelle
 se doivent gouverner.*

CHAP. VI.

COMME nous voyons faire la brique Comme la pierre est en gendrée.
 d'une terre gluante cuicte au four par le feu : ainsi est la pierre engendrée aux roignons d'une humeur grosse & visqueuse , par la chaleur immoderée des reins . Car ce suc terrestre , insinué avec le sang , & sa serosité aux reins , estant par leur ardeur brûlé & desséché , se tourne incontinent en grauier , qui vient petit à petit à s'amasser , se conglutiner , & s'endurcir tellement , qu'aucc le temps le calcul en est formé .

Parquoy pour se garantir de la grauelle , & empêcher la generation de la pierre , il faut garder vne maniere de viure non seulement Regime de viure , pour s'en préferer . refrigerative & humectative , à fin de tempérer la chaleur excessiue des reins accompa- gnée de secheresse , mais aussi attenuative &

Y

338 **LE GOVVERNEMENT**

deterisue, à fin d'engarder qu'il ne s'engendre point au corps d'humeur espoisse & gluante, qui puisse fournir de matiere au calcul, pour retrancher par ce moyen la cause tant matérielle, qu'efficiente. Partant est besoin d'vest ordinairement de chairs de veaux, chéureaux, poulets, pigeonneaux & autres semblables, tantost bouillies avec laictue, endive, ozeille, pourpier, ou orge mondé, tantost rosties & assaisonées avec ius de citrons, verius, ou vinaigre. Il est bon de prendre par fois devant le repas vn bouillon de maulue, guimauve, violier, ozeille, choux rouge, pimpernelle, saxifrage, turquette, racines de persil, fenouil, asperge, toute bonne, semences froides, ciches rouges, avec force beure. Les salades de pimpernelle, saxifrage, corne de cerfs, & autres herbes pareilles macérées en huile & vinaigre sont bonnes, comme sont aussi les capres bien dessalées, les asperges, & le houblon. On doit cuiter toute viande grossiere & oppilatiue, comme est la chair de porc & de bœuf, & la venaison. Pareillement le poisson à escaille, & celuy qui a esté nourry en eaux bourbeuses, toute sorte de legumes, le pain mal cuict, le fromage, & tous fruites cruds. Il se faut abstenir aussi d'aulx, oignons, porreaux, moustarde, d'espiceries & de toutes choses acres, qui eschauffent outre mesure. Pour la boisson ordinaire le vin blanc, subtil, suffisamment trempé est propre, & le gros, noir, aspre ou doux, contraire ; come est aussi l'eau fangeuse, & la bière. Il faut prendre exercice mediocre, & ne point dormir de

DE LA FRAMBOISIERE. L. VIII. 339

jour, ny se coucher de nuict sur les reins . Que si en obseruât exactement ce régime de viure, Aduis pour obuier à la grauelle:

on apperçoit encore, pour la mauaise disposition des parties nobles, s'engendrer au corps quelque mauuaise humeur, de peur qu'elle ne flue aux roignons , il faut auoir promptemēt recours au medecin , pour la diuertir & eau-
cuer par bas , en ordonnant ores de la casse,
ores de terebenthine de Venize , ores des pi-
lules elephanginés , ou quelque autre bening
cathartie qu'il liugera couenable à la comple-
xion , à l'aage , à la saison & region. Et si d'a-
nenture il en est desia quelque peu coulé aux
reins, craignant qu'elle ne s'arreste & attache
là, il y faut aussi tost remedier , par l'usage des
diuretics froids, entre lesquels le vin d'Alke-
kenge tient le premier rang. Combien que si
apres cela, il s'atasse encore du sable aux roig-
gnons , pour luy donner la chasse , en pourra
hardiment venir aux diuretics chauds , qui
sont tant soit peu acres & deterſifs , & propres
à defouiller les vreteres. Or pour la precau-
tion du calcul , il n'y a point de plus prompt,
ny de plus efficacieux remede , que d'aller en
temps & lieu boire des eaux de Spa , ou de
Pougues en Nieuernois. Car elles ostent la cau-
fe efficiente & materielle du calcul , en corri-
geant l'intemperature chaude des reins & du
foye , & en vuidant du corps les humeurs gro-
sées & visqueuses par les conduits de l'vrine;

*Comment ceux qui sont subiects aux Gouttes
se doivent gouuerner.*

CHAP. VII.

Cause des gouttes.

Les Gouttes prouennent de deux causes, de la superfluité d'humeurs, & de la foibleesse des iointures.

Aduis pour s'éprouver.

Partant pour s'en preseruer, faut estre diligent d'euacuer les humeurs peccantes, & de fortifier les iointures debiles. Or d'autant que les humeurs superflues sont fort fluides au Printemps, & en Automne, elles engendrent coustumieremēt les gouttes alors. C'est pour quoy ceux qui y sont subiects ont besoin en ce temps-là d'appeller de bonne heure le Medecin, pour leur ordonner ou la phlebotomie, quand il recognoistra le sang pecher en quantité, ou la purgation avec medicamēs phlegmagogues, ou cholagogues ou melanagogues, quand il appercevra la pituite, ou l'vnue ou l'autre bile dominer au corps, à fin de faire euacuation de l'humeur qu'il iugera disposée à exciter les douleurs arthritiques.

Régime des goutteux.

Au surplus ils doivent garder ordinairement vn régime de viure cōtraire à l'humeur qui surpasse la symmetrie naturelle. Comme si la bile est excessive, qui soit froid & humide, & si la pituite surmonte, qui soit chaud & sec. Il faut tousiours choisir les alimens de bon suc, & aisez à digerer, & fuyr la diuersité des viandes, l'usage des legumes, des fruitcs, & tout ce qui est difficile à cuire, & facile à se

DE LA FRAMBOISIERE. LIV. VIII. 341
 corrompre en l'estomac. Les salures, espiceries & autres choses acres, comme aulx, oignons, moustarde, sont bien nuisibles aux bilieux, mais non pas aux pituiteux, pour ce qu'elles aident à la digestion, & consolment les huméurs superflues. Je cognois vn homme de Damery, nommé Gerard le preux de complexion phlegmatique, qui apres auoit eu long temps les gouttes, en a esté guary à l'age de soixante ans, en prenant seulement tous les iours au matin vne gousse d'aulx, comme vne pilule, par l'espace d'un an entier. Il ne faut point prendre son repas devant que la digestion de la viande soit parfaite en l'estomac, de peur que le foye ne soit cōtraint d'attirer, ou plutost de recevoir du ventricule par les veines Meséraiques l'aliment encore crud. Car delà s'ensuit vne depravation de la nourriture par tout le corps ; à raison que le vice de la premiere coction ne peut estre corrigé par la seconde ny troisième. Pour ceste cause on ne se doit iamais mettre à table, si on n'a faim, ny attendre à en sortir qu'on soit saoul. Si ne faut-il pas toutesfois traiter tous les goutteux d'une mesme façon. Car les bilieux qui abondent en chaleur fort actiue, doivent estre plus amplement nourris, & manger plus souuent, à raison que la faim aiguise la cholere, & pour ceste occasion irrite les douleurs. Les phlegmatics n'ont pas besoin de beaucoup de viandes humides, pour ce qu'ils n'ont point la chaleur si vigoureuse, & qu'ils portent quasi leur nourriture avec eux. De là vient que le bouilly est propre aux

Y iii

342 LE GOVVERNEMENT
cholerics, & le rosty aux phlegmatics. Les
goutteux, principalement ceux qui sont de
complexion chaude, feront bien de ne point
boire de vin, ou pour le moins de le trem-
per autant que leur estomac le pourra porter.
Ils doivent par mesme moyen fuir le frequēt
usage de Venus:Car il n'y a point de plus sin-
gulier remede , pour se garantir de la rage ar-
ticulaire , que l'abstinence de Bacchus & de
Venus. Car luy par sa chaleur & vapeur a
puissance de prouoquer les fluxions , & d'ex-
citer les douleurs , & elle de faire dissipation
des esprits , & de la chaleur naturelle , & aug-
mentation de la chaleur estrange,de sorte que
les parties nerueuses en sont extremement
debilitées. Il faut aussi sur toutes choses estre
diligent à s'exercer,& ne point estre paresseux
à trauailler.Car comme l'oisiueté causant for-
ce cruditez & humeurs superfluës, fournit de
matière aux gouttes , ainsi l'exercice resueillat
la chaleur naturelle,aide à la digestion,& con-
somme les superfluitez , & par ainsi oste la ma-
tière au mal.Il faut pareillement eviter le trop
long sommeil,& le dormir de iour ; ensemble
toutes les passiōs de l'esprit , avec les profôdes
& laboreuses meditations. Outre ce il est bon
de se faire appliquer des cauteres, pour dôner
issuë par dehors au virus arthritic. D'avantage,
les topics astringens , comme fomentations,
bains, onctiōns,frictiōns&emplastres,ne sont
pas seulement vtiles,ains necessaires,pour cor-
roborer & affermir les iointures debiles.

LE
GOVERNEMENT
REQVIS EN LV SAGE DES
EAUX MINERALES, TANT POUR
la préservation, que pour la
guérison des malades
rebelles.

PAR
LE SIEVR DE LA
FRAMBOISIERE.

Y iiiij

AD
D. FRAMBOESARIVM.

A MBROSIAM qui FERT, haufit de
Niuere lympham.
Lympfa dein claram præbuit Ambrosiam,
Pocula quæ nostris fert immortalia tellus,
Immortalē tuum nomen ad astra vehit.

ANTONIUS DV FOVILLOVX,
Medicus Niuernensis.

A

MONSIEVR DE L'ORME,
CONSEILLER ET MEDECIN
ordinaire du Roy , & premier de
la Royne.

MONSIEVR,
Entre tant de remedes que la nature liberale nous produit à largesse pour l'entretien de sanre, & l'expulsion des maladies, il ne s'en trouue point de plus souverain que les eaux Minerales. Les effets admirables qu'o remarque tous les iours en celles de Pouques, Spa & autres semblabes nouvellement descouvertes en Champaigne, Normandie, Auvergne & ailleurs, & celles de Bourbon, Bourbonne, Plombieres, Aix, & vne infinité d'autres tant froides que chaudes, en rendent fidel tesmoignage. Combien auons nous veu de cruelles maladies, qui n'avoient cedé à tous les autres remedes entièrement guaries par l'usage des eaux acides? Cö bien par l'usage des bains? Ce sont vrayement remedes Polychrestes, qui se peuvent paragonner à tout le reste des remedes que nous tirons des mineraux, vegetaux & animaux. Car nous y recognoissons par euidens succez vne merveilleuse vertu diuinemät emprein-

re. Et comme Dieu a posé en certaines eaux des hauts mystères pour la guarison de nos ames : ainsi a il donné aux eaux Medicinales des propriétés singulieres pour guérir nos infirmités corporelles. Si bien que nous pouvons dire haut & clair à l'imitation du Prophète Royal : Mirabilis in aquis Dominus. L'an 1600.apres avoir veu boire à une infinité de gens, & beu moy mesme des eaux de Pougues pour esprouuer leur efficace en ma propre personne; pendant que i estois sur le lieu, je m'occupay à descrire en peu de mots le gouvernement requis en l'usage d'icelles. Layant communiqué à Monsieur Ranchin, qui en faisoit user alors à Moseigneur le Comteable: il me cointura de poursuivre tout d'un train celuy des bains de Bourbonnois. Ce que ie fis. Vous verrez l'un & l'autre nouuellement reduit en un liure que ie vous presente, pour vous faire paroistre le ressentiment que i ay de l'affection que vous m'auez tousiours porté, depuis que i ay eu cest heur d'estre cogneu de vous. I'espere quelque iour vous tesmoigner en un plus ample subiect, combien ie reuere vostre amitié, qui m'oblige à demeurer toute ma vie,

MONSIEVR ,

Vostre serviteur tres-humble
LA FRAMBOISIERE.



L E
NEV FIESME LIVRE
DV GOVERNEMENT
DE LA FRAMBOISIERE,

De la qualité des eaux Minerales.

CHAPITRE I.

Es maladies rebelles qui n'ont l'usage des eaux minerales, voulu ceder aux remedes ordinaires, sont bien souuent domptees par les eaux minerales. Pour se bien gouerner en l'usage d'icelles, quatre choses sont requises, la qualité conuenable, la quantité raisonnable, la façon La maniere de s'y bien gouerner. Car qui conque desire d'estre guary de quelque maladie conțumace, doit aduiser quelle eau luy est conuenable, & en user autant, ainsi & alors qu'il est besoin.

Entre les eaux minerales les vnes sont froides, aspres, acides, piquantes au goust, & propres pour boire, comme celles des fontaines de Pougues & de Spa, desquelles ie veux maintenant parler. Les autres sont chaudes, dessicatrices, resolutrices, confortatrices, & plus propres à se baigner qu'à boire, comme celles

348 **LE GOVVERNEMENT**
de Bourbon Lancy & Archambaut, de Bour-
bonne, de Plombières, & d'Aix, desquelles je
trajeteray cy apres.

Les auteurs ne sont pas tous d'accord tou-
tion minera- chât la cōposition & maniere des eaux Medi-
le des eau^x de Pougues. Mōsieur Pidoux Medecin du Roy &
Doyen de la faculté de Medecine à Poictiers,
qui a escrit le premier des Fontaines de Pou-
gues, tiēt qu'elles sont vitreoleuses & sulphu-
rées, pour receuoir les vapeurs esleuées de la
mine de vitreol & de souphre , par l'actiō du
feu souterriē. Mōsieur de Massac Doyen de la
faculté de Medecine à Orleans , que i'honore
pour son profond scāvoir, & beau iugement,
du depuis en a escrit envers Latins deux liures,
non moins doctes que subtils, où il maintiēt y
auoir recogneu au gouſt du vitreol & du ni-
tre, à l'œil du bol blanc , & par coniecture du
fer. Monsieur Petit Medecin de Gyan, biē ex-
perimenté en l'vſage de ces eaux, pour les auoir
frequenté des y a plus de vingt ans, est d'aduis
qu'elles sont vitreoleuses, nitreuses, terrestres,
ferrées & sulphurées , comme il m'a franche-
ment declaré, en communiquant avec luy de
leur composition & vertu , à Pougues , où il
estoit venu conduire Madame de Montigny.
Il ne faut point doubtet qu'elles ne partici-
pent principalement de la mine de vitreol,
d'autant que le gouſt acide & acre, avec quel-
que horreur, est comme qui auroit destrempé
du vitreol avec de l'eau. Ioint que l'huile de
vitreol que tirēt les Alchymistes est fort acide,
deux ou trois gouttes duquel avec force eaux,
estanchent merueilleusement la soif, comme

font ces eaux. D'avantage les dejections du ventre de tous ceux qui en boivent sont fort noires, non tant pour ce qu'elles purgent l'humeur noire, que pour ce que le vitreol donne toujours ceste couleur aux extrêmes des personnes tant saines que malades. On y sent aussi du nitre piquat sur la langue, en vertu de quoys elles sont purgatives. Et bien qu'elles semblent claires & pures de prime face, si soit-elles néanmoins meslées avec de la terre deliée, qui apparoit par vne legere decoction. Cat si on en fait bouillir quelque quantité, elle devient incontinent trouble, & épaisse comme lait, la terre blanche demeurant au fonds du vaisseau, ainsi quela lie. Il est probable que ces fontaines soient pareillement ferrumineuses, attēdu qu'il ya force mines de feraux enuirōs, & qu'elles approchent fort du goust de l'eau, où les mareschauds esteindent le fer chaud. Au surplus ceste taye grasse & insipide, qui nage dessus l'eau, quand elle est reposée, & cete couleur iaunastre, aucunement luisante, qui s'attache sur les pierres où elle coule, fait croire qu'il y a du souphre. Outre ce que l'eau est si vaporeuse, qu'elle remplit incontinent le cerueau, & donne enuie de dormir. Et aussi que la mine devitreol contient toujours en soy du souphre, & l'un conoint avec l'autre s'appelle marchasite. Tellement que pour avoir le vitreol pur, il faut mettre la mine en un fourneau, & faire brusler & consumer le souphre, puis le vitreol demeurant meslé avec des parties terrestres, est séparé par affusion d'eau commune, qui le fait dis-

350 LE GOVVERNEMENT
soudre. Et qui plus est, quand on nettoye la
boué des fontaines, les pierres du fonds sen-
tent le souphre à pleine gorge.

**La compo-
sition des
eaux de Spa.** Les eaux de Spa sont pareillement partici-
pantes de vitreol, de souphre & de fer, mais
non pas de nitre. En lieu de l'albique, on y ap-
perçoit de la tubrique. Aucuns estimé qu'el-
les passent par des veines sablées d'or, qui les
rend cordiales.

**La vertu des
eaux Medicinales.** La vertu des eaux Medicinales procède en
partie de la nature des elemens de l'eau & de
la terre, en partie des mineraux meslez par-
my. A cause de l'eau elementaire elles sont re-
frigeratrices & humectatrices. A cause de la
terre, refrigeratrices & dessiccatrices. A raison
de l'acrimonie du vitreol, elles sont calefacti-
ues, aperitivæ, detergitives, resolutives & pene-
tratives; néanmoins pour son acidité, elles
raffraîchissent, & pour son aspreté & atri-
ction, corroborent. Celles qui retiennent du
nitre, pour sa mordication laschent le ventre,
& pour son amertume incisent les glaires &
viscositez des humeurs. Par le moyen du fer,
qui est terrestre & styptic, elles refroidissent,
dessechent, resserrent les fibres des parties re-
laschées, & fortifient les membres. Le sou-
phre qui y entre, par sa chaleur, secheresse,
tenuïté d'essence, & subtilité de matiere, cor-
rige leur froideur & humidité elementaire,
& les rend beaucoup plus tenuës & légères,
quel'eau commune. De là vient que pour avoir
des parties diuerses & disséablables, elles pro-
duisent des effets contraires, & guarissent
des maux tous differens. Car elles eschauffent

DE LA FRAMBOISIERE. L. IX. 351
 & refroidissent, humectent & deslechent, es-
 largissent & restressissent, desoppilent & re-
 bouchent, laschent & raffermissent, purgent
 & resserrent. Et encores qu'elles soient de na-
 ture mesme de chaleur & froideur, si est-ce
 que la qualite froide surmonte la chaude. Car
 la chaleur des esprits mineraux, qu'on y reco-
 gnoist au goust piquant, n'est pas suffisante
 pour vaincre la froideur qui prouvent de l'e-
 lement de l'eau, & de la terre, & de l'acidite
 du vitreol, & acerbité du fer; mais bien pour
 les faire penetrer plus soudainement.

Pourquoy les eaux Medicinales sont singulierement propres aux grauelleux. Car elles ostent la cause efficiente & materielle du calcul, en corrigeant par leur froideur & aigreur l'intempera-
 tute chaude des reins, & en euacuant du corps pour leur quantité & acrimonie les humeurs grosses & visqueuses par les conduits de l'vri-
 ne. Mesme dissoluent, rompent & poussent dehors les pierres nouvellement conglutinées aux roignons, & en la vessie, en destremplant & nettoyant le phlegme gluant, de quoyle grauier est cimenté. Le septiesme iour de Iuillet, l'an 1600, Monsieur du Passage Gouverneur de Valence ayant visé des eaux de Pougues par l'espace de quatre iours, en ma prése-
 ce rendit trois pierres, & m'asseura alots que l'Esté passé il en auoit ietter plus de cent, vn mois apres qu'il eut beu de ces eaux. Ce qui l'auoit occasionné d'y retourner cette année. Vne infinité de personnes trauaillées de la Ne-
 phritique par l'vsage des eaux de Spa, ont rendu force pierres. Et à la verité puis que

352 **LE GOVVERNEMENT**

les escailles d'œufs, & les perles, bien qu'elles soient dures, s'amollissent dans le vinaigre, & le plomb, quoy que pesant, par la vapeur du vinaigre est dissout en ceruse; & le cuivre, qui est extremement dur, en ver de gris; & les cailloux, si durs qu'ils rebouchent le fer, neantmoins eschauffez du feu & arrousez de vinaigre, promptement se mettent en pieces, comme l'experience a descouvert: il ne se faut point estoner, si les eaux acides par leur aigreut avec acrimonie rompent les pierres des reins, & de la vessie.

**Aux vleutes
des reins, de
la vessie &
autres parti-
es.**

Elles sont aussi recommandées pour les vleutes des reins, de la vessie, du perineon & des autres parties, pource qu'elles sont detersives, dessicatives & astringentes. Un marchand de Neuvers, vn Bourgeois d'Antrein, & vne Damoiselle de Poictou, en ont esté guaris, comme a curieusement remarqué Monsieur du Fouilloux mon collegue, Docteur en Medecine autant discret que modeste.

**À la diffi-
culté & ardeur
d'vrine.**

Elles sont experimentées pour la difficulté & ardeur d'vrine, d'autant qu'elles sont appetitives & refrigeratives. En vertu de quoys elles empeschent les pollutions nocturnes, tempèrent l'ardeur de Venus, & reprimtent la bouillante luxure.

**À l'hydropi-
sie.**

Les eaux de Pouques sont fort utiles à l'hydropisie qui procede d'obstruction du foye, de la rate, ou autres parties naturelles, par ce qu'elles desoppilent les entrailles, faisans evacuation des humeurs choleriques, melancoliques ou phlegmatiques, qui suffoquent la chaleur

chaleur naturelle du foys, & l'empeschent de sanguisier . Monsieur du Fouilloux homme d'honneur & digne de foy, rend tesmoignage par ses observations, que plusieurs hydropics ont esté parfaitement guaris par l'usage de ces eaux.

Les eaux de Pougues sont fort proffitables à la melan.
chole hyp.
palement quand elle prouient de la bile telle-
ment eschauffée aux hypochôdres, qu'elle en
est devenue noire par adustion, enuoyant for-
ce vapeurs malignes de là au cerveau. Car el-
les font euacuation de cestchumeut nô seule-
mēt par les vrines, mais aussi par les selles, &
temperent la chaleur estrâge cōcœue au foys,
à la rate, & par tout le mesentere. I'ay veu Mo-
sieur de Mirabeau Gentil-hôme de Sainton-
ge, extrêmement vexé depuis plusieurs années
d'une melanoholie hypochondriaque, qui lui
causoit force cruditez, rocts, vêtoitez, bruits
au ventre , crachemens, douleur d'estomac
& de rate, battemens d'arteres, ardeurs aux
entrailles, estouffemens, veilles, terribles son-
ges, estranges imaginations, apprehensions
& chagrins, en peu de temps loulagé & de-
liuré de tous ces symptomes, par l'usage des
eaux de Pougues, lesquelles luy faisoient faire
par iour quatre ou cinq selles bilieuses, me-
lanholiques & pituiteuses, outre l'euacua-
tion des vrines.

On les a trouué par experiance conuen-
bles à ceux qui ont débilité d'estomac, & cha-
leur de foys ensemble, pour ce qu'elles cor-
roborent l'un, & temperent l'autre, & put-

Z

354 LE GOVVERNEMENT
gent les superflitez phlegmatiques & cholériques qui en procedent.

A la colique. Pour mesme raison aucuns tourmentez de la cholique tant humorale que venteuse , en ont receu guarison.

Aux vomissements, cours de ventre, & flux de sang Elles arrestent le vomissement , le desuoyement de ventre, & le flux de sang, de quelque partie qu'il soit , à cause qu'elles sont rafraîchissantes & astringentes. Monsieur Pidoux en a veu plusieurs qui vomissoient souuent, estoient subiects à flux de ventre , pissoient le sang, qui en ont esté guaris du tout , & autres fort soulagez.

Au defreglement des mois des femmes. Elles sont pareillement profitables aux flux desordonnez des femmes, comme il appert par l'experience de plusieurs Dames qui en ont beu , & en ont esté entierement guaries,& de là en ayant bien reglées en leurs purgations , d'autant que ces eaux euacuent tant par les selles que par les vrines la caco-chymie du corps,d'o prouviennent les fleurs blâches, ou iaunatres,& adoucissent l'acrimonie qui procede de la corruptiō des humeurs, & corroborent les viscères.

Aux palles couleurs. Elles conuient pour mesmes causes aux palles couleurs, langueurs, desgoustemens & appetit estrâges des filles , & à celles qui sont subiectes à la suffocation de matrice.I ay pen-sé vne religieuse,de nature sanguine,extreme-ment vexée à l'aage de trente ans, d'une suffocation de matrice & de plusieurs griefs sym-ptômes depêdans de là, qui a receu beaucoup de soulagement d'auoir esté, par mon aduis, boire des eaux de Spa,sur le lieu,

Dauantage on les a recogneu d'ôner allege- Aux affecti-
ment aux parties animales & vitales quâd el- ons des pat-
les endurent quelque mal par le consentemêt ties à anima-
des parties naturelles. Car elles sont bonnes les & vitales
aux migraines, vertiges, epilepsies, catarrhes, pat la sym-
palpitatiôs de cœur, difficultez de respirer qui patie des
surviennêr par la sympathie de l'estomac, du naturelles.
foye, de la rate, ou d'autres parties d'embas.

Qui plus est, elles sont propres aux erysipe- Aux affecti-
les, galles, dartres, demangeaissons, voire à la ons exten-
lepre qui n'est pas encore confirmée, pour ce sions cures.
qu'elles raffraîchissent le foye & le sang trop
eschauffez, & purgent les humeurs adustes
du corps.

De sorte que leur vertu miraculeuse reluit A toutes les
de tous costez, par le restablissement de la tem- parties du
perature, & de la cōformatiô des parties natu- corps.
relles, en desbouchât leurs cōduits tât pour la
distribution du nourrissement, que pour l'ex-
pulsion des excremens. Et ne se faut point es-
merveiller si elles sont profficables à tout le
corps en passant seulement par le ventre in-
férieur, attendu que de luy & par luy viêt tou-
te la nourriture, & que c'est luy qui vuidet tou-
tes les superflitez du corps. Tellement qu'il
n'y a membre qui se puisse passer de luy, & qui
ne ressente proffit de sa bonne disposition, &
qui ne compatisse à son indisposition.

Au demeurant ce que ie pris le plus en ces Excellences
eaux, c'est que(tât pour le peu de seiour qu'el- des eaux
les fôt au corps, que pour estre cōointes avec acides,
esprits chauds, vitreoleux & sulphurez, & cui-
tes en la mine) elles n'offendent aucunemêt la
chaleur naturelle; au côtraire elles la cōfortent.

Zij

356

LE GOVVERNEMENT

Quelle difference il y a entre l'eau de Pouques, & celle de Spa.

Les eaux de Pouques & de Spa ne sont gueres differentes l'une de l'autre. Car elles ont mesme goust, guarissent mesmes maux, & produisent mesmes effects ; horsmis que celle de Pouques est quelque peu plus pesante & laxative, & celle de Spa plus legere, & diuretique. En vertu de quoy celle-là est plus efficacieuse aux maladies où l'euacuation est plus necessaire par bas que par les vrides ; & celle-cy plus singuliere aux maladies où l'euacuation est plus requise par les vrides que par le ventre.

Quelle eau on doit choisir.

Entre les fontaines de Pouques, ie trouue l'eau de S. Marceau meilleure & plus efficacieuse que celle de S. Leger. Comme elle est plus piquante au goust, aussi ne faut-il pas doubter, qu'elle ne contienne plus de la mine de vitreol & de nitre. Celle de S. Leger semble plus sulphurée. Je cōseille de boire ordinairement de celle de S. Marceau. Entre les fontaines de Spa, ceux qui sont sur le lieu doivent plustost boire de l'eau de Sauenir que du Pohō, pour ce qu'elle est plus tenuē & plus efficacieuse. Neāmoins quād on la veut trāsporter loing, il faut prēdre de celle du Pohō, pour ce qu'elle ne s'euapore point si tost, & retient plus longuement sa force & vertu. L'an 1598 traictant à Rocroy Madame de Geffroiuille, Gouvernante de la ville, extrememēt tourmētée de la Nephritique, j'envoyay querir à Spa, qui est distant de là de deux iournées, quatre douzaines de bouteilles d'eau du Pohō, pour luy faire boire, & vne douzeine de Sauenir, pour esprouuer sa vertu. Mais ie trouuay celles du Pohō toutes pleines d'eau forte & pi-

DE LA FRAMBOISIERE. L. IX. 37
 quâte, & l'eau de Sauenir n'auoit plus de for-
 ce, ny autre goust que l'eau commune, & di-
 minuée d'un verre en chaque bouteille, iacqoit
 qu'elles eussent esté toutes emplies aux fontai-
 nes, & aussi bien bouchées l'une que l'autre.

De la quantité d'eau, qu'il faut boire.

CHAP. II.

Les eaux acides se boiuent en plus gran-
 de quantité à Spa, qu'à Pouges. On en <sup>Combien il
faut boire
d'eau.</sup>
 prend ordinairement à Spa quatre vingts ou
 cent onces. Aucuns en ont beu iusques à
 trois cens onces, qui sont vingt & cinq liures.
 Anciennemēt on n'en prenoit que quinze ou
 vingt onces à Pouges. Maintenāt on en boit
 cōmunémēt cinquante ou soixante onces. I'en
 ay pris moy-mesme quatre vingts onces.
 Mōsieur de Parcourt Gouuerneur de Dijō en
 prenoit en ma presence huict vingts onces.
 Quelques vns ont esté si hardis que d'en pré-
 dre deux cēs onces, & s'en sot biē trouuez. Et
 sas doublet tāt plus on en boit, tant plus on en
 ressent de profit, moyennant qu'on les rende
 biē, & qu'o n'en reçoive point de nuisance au
 corps. Mais il s'y faut cōporter avec discretiō,
 ayant esgard à l'aage, à la taille grande ou pe-
 tite, à la complexion forte ou delicate, & à la
 portée de l'estomach.

Ie suis d'aduis avec Monsieur Pidoux que
 ceux qui ne les rendent pas bien par l'vrine,
 apres auoir usé de tous les remedes possibles,

Z iiij

358. LE GOVVERNEMENT.

n'en boiuent point davantage de vingt onces, jacoit qu'ils n'en puissent esperer le profit, qui a de coustume de faire la grande quantité, quand elle passe librement par le foye, & sen va promptement par les roignons aux voyes de l'vrine.

Combien de jours on en doit boire.

Les bonnes gens du temps passé n'en beuoient à Pougues que neuf iours seulement qu'ils appelloient neufuaine. Mais aujourd'hui on y demeure dix, quinze ou vingt iours, auçuns vn mois, ou six sepmaines, cōme à Spa. Quelques vns apres en avoir usé quinze iours durant, font intermission d'un mois, puis en prennent encore autant. Il y en a plusieurs qui y retournent l'année suyante. Ceux qui s'en sont bien trouués, cōtinuent plusieurs années à en aller boire. Ce que i'approuue fort, d'autant que pour estre guery de quelque maladie facheuse & inueterée, il en faut boire long-temps, & par diuers interualles. Autrement leur qualité & vertu minerale, ne peut estre imprimée au corps,

Quand on en usé que pour la precaution, ou pour la guerison de quelque legere maladie, dix ou douze iours suffisent à restablir la téperature des parties naturelles, & desbouchier, vuidier & nettoyer leurs conduits.

Combien de fois le iour on en doit prendre.

A Spa on en prend coustumierement deux fois le iour. Mais l'apres-disnée sur les trois heures, on en boit la moitié moins que le matin. Les personnes robustes en peuvent faire de mesme à Pougues. Car la coction de la viande à ceste heure-là est faite en l'estomach. Aussi ne faisons nous point de difficulté

DE LA FRAMBOISIERE. LIV. IX. 359
 d'ordonner des apozemes & autres remedes
 aperitifs & diuretis sur les deux ou trois heu-
 res apres midy, comme au matin.

De la maniere d'vser des eaux Medicinales.

CHAPITRE III.

IL se faut accoustumer petit à petit à l'usage ^{Comment il faut boire} des eaux acides, à fin qu'elles n'offensent point le corps. On se doit contenter au commencement de la moitié de ce qu'on a enuie d'en boire, & augmenter tous les iours de dix onces, iusques à ce qu'on soit venu à la quāité que l'estomac peut porter : puis la continuer tant qu'on trouuera bon. Et quand on la voudra laisser, diminuer de dix onces chaque iour, comme on a commencé. Et ne les faut point boire si à coup, que l'estomac en soit chargé, ny aussi mettre dauantage de demie heure à tout prendre. Et est befoin après en auoir beu vn verre ou deux de man- ger vn petit de canelat, ou d'anis confit, tant pour boire les autres verres plus à l'aise en es- chauffant la bouche, que pour consumer les vents ; puis de faire vne petite pourmenade : Etacheuer de boire de ceste facon, en faisant vne pause à chaquefois. Il ne faut ny disner ny souper de trois ou quatre heures apres, iusques à ce que toute l'eau soit sortie, ou la plus grande part, & que l'vrine commence à venir teinte, qui au parauant estoit claire. Et este soigneux de remarquer si l'eau qu'on

Z iiiij

360 LE GOVVERNEMENT
rend le iour & la nuit par les vrines ou le
ventre, peut égaler la quantité du boire &
des choses liquides qu'on a pris au matin, &
aux repas.

où il les faut
boire.

Il ne faut point doubter que les eaux acides
n'ayent plus de force & de vertu estans beuës
à la fontaine que transporées loing, atten-
du que leur plus subtile partie s'exhale incon-
tinente, de sorte qu'elles ne sont pas si aperi-
tives, ny si legeres. Vray est qu'elles en sont
moins vaporeuses, & plus refrigeratives. Il
n'y a point de danger à Pougues, ny à Spa,
quand on n'a point la commodité d'aller à la
fontaine de la faire porter jusques en la châ-
bre, moyennant que la bouteille soit bien
estoupée. La plus part la font maintenant ap-
porter de Pougues à Neuvers, pour la boire là
à leur comodité, l'en ay beu à la fontaine, &
à Neuvers, & l'ay trouué auoir mesme goust,
& mesme force. Monsieur de la Rivière
premier Medecin du Roy en fit porter l'an
1600. de Pougues à Lyon pour boire sa Ma-
jesté. On transporte ordinairement celle de
Spa, plus de cinquante lieues loing. Mais ceux
qui sont esloignez des fontaines doivent boi-
re les eaux, si tost qu'elles sont arriuées chez
eux, & auoir gens par chemin pour en rap-
porter d'autres, à mesure que les premières
sont beuës, & bien recommander aux por-
teurs de boucher les bouteilles comme il ap-
partient.

Comment il
se faut gou-
verner du-
tant l'usage
de ces eaux.

Quand on voudra prédre l'air, il faut choi-
sir le temps propre, qui ne soit ny trop chaud,
ny trop froid, ains temperé, & libre de grād

DE LA FRAMBOISTERE. L. IX. 361
 vent, pluye, brouillard, & en se pourmenant ^{autour de} l'air.
 dehors, garder que l'ardeur du Soleil ne don-
 ne sur la teste, & n'attire l'eau au cerveau.

Aux repas

Il se faut contenter de deux repas, du dis-
 ner & souper. Le disner soit trois ou quatre
 heures apres avoiracheué de boire, qui pour-
 ra estre enuiron les neuf ou dix heures; & le
 souper à sept heures du soir, si on a beu apres
 midy; si non, à cinq ou six heures. Et bien
 que ces eaux excitent l'appetit, si ne faut-il
 pas pourtant manger son saoul, de peur d'en-
 gendrer des cruditez, qui leur donneroient
 obstacle au passage. Les viandes soient de bon
 suc & nourrissement, & faciles à digerer, cō-
 me veau, mouton, cheureau, chapons, pou-
 llets, pigeonneaux, perdreaux, cailles, œufs
 frais. Le pain blanc bien cuict & leué. Le
 bouilly est plus propre à disner, & le rosty à
 souper. Il faut fuir la varieté des viandes, les
 saulces, saleures, espiceries, fricassées, patis-
 series, tartes, & autres éguillons de gueule.
 Les viandes de suc gros & visqueux, de dure
 digestion & de mauuais nourrissement, qui
 pourroient boucher les conduits, ne valent
 rien, comme porc, bœuf, venaison, pieds,
 ventre & teste de beste, poisssons, laitage,
 fourmage, herbage, salades, pois, feues &
 fruits cruds ou cuictz, hors mis les raisins de
 Damas, amandes, & autres secs, & quelque
 poire cuictz pour issuë. Le biscuit & le ma-
 se pain sont conuenables au desert. Le boire
 soit d'un vin delicat, blâc au matin si on veut,
 & claire au soir, moins trempé d'eau que de
 coustume, pris sobrement selon la soif; sans

362

LE GOVVERNEMENT
 que la friandise & bonté du vin conue à boire davantage. Car on est peu alteré en beuant ces eaux. A Spa la plus part mettent de pareille eau qu'ils ont beu le matin, ou du pohon dans le vin, qui le fait trouuer meilleur, & plus piquant. Mais ie suis d'aduis avec Monsieur Pidoux, de ne point mesler le medicament avec le nourrissement, de peur que la tenuité & propriété de ceste eau ne conduise les viandes indigestes au foye & conduits de l'vrine, & face obstruction; quoy que d'aucuns proposent ne s'en trouer mal, & qu'o boit bien du vin blanc, qui peut auoir vne tenuité aussi grande que ceste eau.

Au dormir. Il se faut mettre au lit à neuf heures du soir, & tascher d'auoir bon repos, à fin d'estre plus gaillard le lendemain au matin pour prendre l'eau. C'est vne des comodités qu'elle apporte, que de faire dormir, pour ce qu'elle est fort vaporeuse, & qu'elle tempere la bile, & r'affraichit tout le corps. Mais il se faut bien donner de garde de dormir de iour, ny au matin, ny l'apresdisnée, quelque ennuie qu'on en aye, d'autant que cela causeroit defluxion, mal & pesanteur de teste & de tout le corps, & ferroit que l'eau n'en passeroit pas si bien.

Au mouvement & au repos. Il est nécessaire de prendre vn petit d'exercice au parauant que boire, en beuant, & apres auoir beu, pour resueiller la chaleur naturelle. Il se faudra donc pourmener doucement sans l'eschauffer ny se lasser, ou aller sur vn cheual de pas, ou d'amble, ou mulet, le matin & sur le vespre auant prendre l'eau, en la prenant, & apres l'auoir pris. Le resto du

DE LA FRAMBOISIERE L. IX. 363

jour on se doit tenir assis à deniser , ou faire quelque chose qui ne donne point de peine ny au corps, ny à l'esprit. Il ne faut lire , n'escrire tout le matin, ny aussi tost apres disner. Les femmes ne doivent couldre , ne trauail-ler à ouurages quelconques , où il faille auoir le corps courbé , & la teste baissée.

Il n'est pas bon de iouer long-temps aux es-
chets, ny aux cartes, ny aux dez , pour ce que
cela estourdit la teste Le ieu de paulme & tout
autre exercice violent est defendu.

Il faut passer ioyeusement le temps , sans ^{Aux passions}
s'ennuyer, fascher, ny courroucer , & sans
iouer gros ieu , pour ce qu'il passionne l'esprit,
pour la crainte qu'on a de perdre , & l'envie
de gaigner . Toute estude , trauail d'esprit &
longue meditation sont pareillement nui-
sibles.

Il est expedient d'auoir ordinairement le <sup>En la veillâ-
ge des excre-
mens.</sup>
ventre lasche. Aussi les eaux de Pougues ont-
elles coutume de le lascher. S'il arriuoit à quel
qu'un d'estre constipé deux iours suiuas, il fau-
droit prédre vn clysterie , pour tenir tousiours
les conduits plus libres.Si d'auanture les mois
suruiennent aux femmes pendant le temps
qu'elles boiuent de ces eaux, il faut faire inter-
mission d'en boire, jusques à ce que leurs pur-
gations soient cessées. Les hōmes & les fem-
mes doivent coucher à part, non seulement du-
rant l'usage de ces eaux , mais encore vn mois
apres pour le moins. Car ils ont besoin de cō-
féruer leurs forces, esprits & chaleur naturel-
le, pour la confirmation de leur santé.

Du temps propre pour l'usage des eaux acides.

CHAP. IV.

Quelle est la meilleure saison pour boire les eaux acides. EN T R E les quatre saisons de l'annee , l'E-
sté est singulierement propre pour boire les eaux acides. Car tant s'en faut que ceste grande quantité d'eau froide qu'on boit alors, soit difficile à supporter au corps , qu'au contraire elle l'exempte des incommoditez qu'il souffre durant les grandes chaleurs , comme degoulement, alteration, veilles , & estoiffemens. de sorte qu'aux iours Caniculaires quand tous les autres medicamens euacuatifs sont nuisibles , pour ce qu'ils affoiblissent le corps par la resolution qu'ils font de la chaleur naturelle , les eaux de Pougues, de Spa, & autres de pareil goust , sont merueilleusement profitables , d'autant qu'en temperant le corps , elles rendent la chaleur naturelle plus forte & vigoureuse , la faisant par leur froideur resserrer & reürir. De là vient qu'on en a meilleur appetit. En cas de nécessité on en peut prendre au Printemps & en Automne , voire en Hyuer , principalement quand le temps est sec. Il les faut boire l'Hyuer en la chambre , & se chauffer vn peu apres les auoir pris , & estre soigneux de les vider entierement , craignant les conuulsions de cuisses & iambes , les gouttes crampes , & autres dangereux accidens.

En quel temps Elles sont bien meilleures quand le temps

DE LA FRAMBOISIERE, L. IX. 365
 est sec, que lors qu'il est pluvieux. Car les eaux des pluies & torrens le mesflans avec les sources des fontaines par les creuassés de la terre ostent vne grande partie de leur vertu, & les rendent pesantes à l'estomac, & aux hypochondres, de sorte qu'elles ne passent pas si promptement, ny entierement par les veines, comme en temps sec, quand elles sont pures. Parquoy durant les pluies il en faut intermettre l'usage, & attendre deux ou trois iours, qu'elles ayent repris leur premiere force.

Il est bon de boire les eaux acides au matin, Et à quelle heure,
 quand l'estomac a paracheué la digestion de la viande du souper du iour precedent enuiron vne heure ou deux apres Soleil leué. Car Appollon fauorise aux actions des medicaments. On en peut encore boire sur les trois heures apres midy, quand la coction de la viande du disner est faite.

Cōbien que i'aye familiерement declaré le Gouuernement requis en l'usage des eaux de Pougues & de Spa, pour la precautio, & gue-
Aduis aux malades qui voudront aller à Pou-
 rison des maladies rebelles; si est-ce que ie cō-
 seille aux gens de moyen qui s'y voudront a-
 cheminer, de se faire conduire par quelque Medecin bien versé en la cognoissance de ces fontaines, pour les assister à toutes heures, en allant, seiournant & retournant, & leur ordonner clysteres, apozemes, medecines, & autres remedes cōuenables pour les biens preparer & purger sur le lieu, au parauant que prendre les eaux, & les repurger quand ils au-
 rontacheué de boire, & les soulager des ac-

366 LE GOVVERNEMENT

cidens qui leur peuuent survenir en beuant,
comme vomissement, mal d'estomach, colique,
enfleurure, pesanteur de teste, endormisse-
mēt, gouttes, crampes, convulsions, catarrhe,
fiévre, & plusieurs autres. Et quand les mala-
des n'auront point les commoditez de menier
vn Medecin expres avec eux, du moins qu'ils
prennent aduis de ceux qui frequentent ordi-
nairement sur les lieux, de ce qu'ils aurōt à fai-
re. Car ils sont le plus souuent detenus de lon-
gues & fascheuses maladies, & ont le corps si
mal disposé qu'il engendre force mauuaises
humours, lesquelles il faut preallablemēt eua-
cuer, & deliurer les obstructions le mieux qu'il
sera possible, afin que les conduitstans libres
l'eau passe plus aysement, & ne se retienne
aux hypochondres, ou s'espande par tout le
corps par les veines, ou monte au cerveau. Et
ayantacheué le tēps qu'ō a delibéré de boire,
craignant qu'il soit demeuré quelque restē
d'eau, & de sa rubrique ou albique es premières voyes, il est expedient de prendre en-
core medecine. Et quand il leur arrue quel-
que dangereux symptome durant l'vsage
de ces eaux, il est besoin d'y pouruoir prom-
ptemēt par remedes propres. Au surplus i'ad-
vise tous ceux qui ont leur santé en recommanda-
tion, qu'apres avoir vsé de ces eaux, ils ob-
seruent loigneusement la maniere de viure
que ie leur ay ordonné en mon Gouerne-
ment de santé; & qu'ils rendent graces à Dieu
qui a créé les medicamens, & estably les Me-
decins pour les secourir en leur nécessité.

Quelle vertu & propriété ont les bains chauds.

CHAPITRE V.

LE s bains chauds de Bourbon Lanci, Bour-
bon Archambaut, Bourbonne en Bassi-
gny, Plombieres en Lorraine, & Aix en Al-
lemaigne, outre l'eau elementaire actuelle-
ment eschauffée du feu souterrain, sont parti-
cipans de souphre, sel, nitre & alum. En
vertu de quoy ils eschauffent, dessèchent, net-
toient, digerent, résoluent, attirent, consu-
ment les humeurs superflues, resueillent &
fortifient la chaleur naturelle, referrent & cor-
roborent les membres débiles.

Partant sont singulièrement propres à la ^{A quelles} maladies ils
paralysie, au spasme, à la sciatique & goutte ^{sont propres}
froide. Ils sont profitables à l'hydropisie cau-
sée du foie excessivement refroidy, & non
de la suffocation de la chaleur naturelle par vin-
tas d'humours superflues. Ils sont bons à la
colique venteuse, à la douleur de reins qui
procède de cruditez, & à la difficulté d'vrine
qui vient d'obstruction des conduits vrinaux.
Ils sont fort recommandés pour les affections
de la matrice, ils la confortent, & disposent à
concevoir. Ils sont utiles aux pituitieux, qui
sont trop gras & humides, aux refroidis &
maleficiez, aux icterics, rateleux, roigneux,
galleux, vlcereux, hernieus, foullez, & estro-
piats.

368 LE GOVVERNEMENT

L'utilité de la douche. La douche de l'eau de ces bains dextremement faictte sur la teste, & sur l'estomac & autres parties du corps est tres-profitable.

Sur la teste. La douche sur la teste est propre au cerveau, nerfs & iointures, pour les intemperies froides & humides, pour les vertiges, epilepsies, catarrhes, surditez, bourdonnemens d'oreilles, tremblemens de membres, migraines, & douleurs de teste inueterees.

Sur l'estomac. La douche est bonne sur vn estomac froid, humide, debile, qui vomit souuent qui ne digère pas bien, & qui est subiect à douleur cauee de ventositez. Elle se peutaussi donner sur la hanche, & autre partie, qui a besoin d'estre eschauffee & confortee. Les clystères de l'eau de ces bains sont bons aux douleurs de ventre.

De la fange. A Bourbonne il y a de la Bourbe en quatiété, qui est merueilleusement bonne, appliquée en forme de cataplasme sur les iointures & parties debiles, pour les fortifier. C'est pourquoi le bourg est nommé Bourbonne. Aux autres bains où il n'y a point de fange, faudra malaxer de la terre où passè l'eau, avec l'eau mesme, en façon de cataplasme.

Quels bains il faut choisir. Bien que les bains desquels nous traictions, pour participer tous de mesmes mineraux, ayent mesmes proprietez: si est ce que ceux de Bourbon Archambaut, de Bourbonne, & d'Aix, sont plus chauds, plus sulphurez, nitreux & alumineux, que ceux de Bourbon Laci. Ceux de Plombieres sont les plus tempevez de tous. Et comme les bains plus chauds & violens, ont plus de puissance, ainsi les autres

Combien on se doit baigner.

CHAP. VI.

ON se baigne ordinairemēt deux heures à Plombieres. On ne se baigne pas tant à Bourbon Lanci, & encore moins à Bourbon Archambaut, Bourbonne & Aix, où l'eau est plus chaude, & plus minerale.

On continuë les bains hui& iours, quinze iours, trois ep̄maines, vn mois, selon que la maladie est legere ou grande, & que les forces du malade les peuvent plus ou moins suppor- ter. On donne la douche sur la teste vingt ou vingt cinq iours, quand l'eau n'est guere chau- de; mais quand elle est fort chaude, douze ou quinze iours sont bastans il suffit de la bailler hui& ou dix iours sur l'estomac, ayant esgard au foye & à la rate qui luy sont cōtigus, & que n'estant point couvert d'os cōme le cerueau, il est plus prōptemēt eschauffé. Cōbien qu'on definiſſe mieux le terme de la douche par le succez. Car quand on sent la chaleur assez ac- creuë, & la froideur oſtée, il est temps de cesser, de peur d'eschauffer trop, en passant outre.

On a de couſtume de le baigner & de dōner la douche deux fois le iour, quand les forces du malade le permettent, & que la maladie le requiert. Ceux qui serōt debiles, ne se baigne- ront, & ne prendront la douche qu'vne fois par iour, mais cōtinueront plus long-temps.

Aa

Comment il se faut gouverner aux bains.

CHAP. VII.

*Comment il
se faut bai-
gnier.*

Il se faut accoustumer petit à petit à l'usage des bains. Il suffit le premier iour de se baigner vne demie heure à la fois, & le lēdemain vne heure. Le malade y demeurera d'auātage de là en avant, si ses forces sont bastâtes pour supporter la chaleur du bain. Quand il sera sur les termes de le quitter, il y arrestera moins, comme au commencement.

*Et receuoir
la douche.*

Il en faut faire de mesme en l'usage des douches. On commencera par les plus debiles, puis on viēdra aux plus vehementes. Les premiers iours qu'elle soit basse, estroite, brefue & moins chaude : en apres plus haute, plus large, deplus longue durée, & plus chaude ; augmentat peu à peu, selon que l'aage, le sexe, & la constitution le permettront. La maniere de la receuoir est diuerse, pour la commodité du patient, & la situation des parties malades. Les vns sont assis; les autres couchez, d'autres à genoux.

*Ce qui faut
faire devant
le bain,*

Au parauant qu'entrer au bain, il est bon de prendre d'vne opiate cordiale. Car aux grandes & longues maladies outre la foibleſſe, y a ordinairement quelque maligne & pernicieuſe qualité cōiointe, qui reſſent ie ne scay quoy de veneneux, à l'occasion de quo y les remedes alexicacs ſont tres-vtiles. Et cōme la vertu de l'eau du bain fait par ſueurs euidentes expulſion de la maladie, ainsi interieurement & par

DE LA FRAMBOISIERE. LIV. IX. 371

façon secrete les cardiaques domptent les impressions d'icelle, faisant mourir toutes ses profondes racines, luy retranchant toutes les occasions du retour à l'aveur,

On a accoustumé dedans le bain de boire Dedaus le bain,
deux ou trois verres par interualles de la mes-
me eau, prise à sa source, pour prouoquer la
sueur d'auâtage. Ce que i approuue quâd on a
le foie téperé, mais quâd on l'a trop chaud, nô.

Au parti du bain il se faut mettre tout nud
au liet, & endurer patiemet la sueur. Ceux qui
sont fort alterez & qui ont le foie fort chaud,
ie leur conseille de boire, si tost qu'ils sont
dans le liet, vn verre de julep Alexandrin, ou
autant d'eau du bain raffraichie, avec vne on-
ce de syrop de limons, ou de grenades meslé
parmy. Monseigneur du Bec Archevesque do-
Reims par mon ordonnance en visoit ainsi à
Plôbieres l'an 1598. au mois de Septembre. Et
f'en trouuoit merueilleusement bien. Car tant
f'en faut que ce breuuage raffraichissant em-
peche la sueur, qu'au contraire il la prouo-
que, & si téperale foye & les teins extreme-
ment eschauffés par l'visage du bain. Quâd on
a suffisamment sué, il se faut faire bien essuyer
par tout le corps, avec des linges secz, moyen-
nement chaud, començant à la teste, descen-
dant apres à la poitrine & aux autres parties
d'embas. Puis est expedié de faire embrocha-
tion sur la region du foie & des lombes, avec
l'onguet refrigerat de Galien, ou le cerat san-
talini, pour corriger la chaleur estrange du foie
& des reins empreinte par le bain, & pour
fortifier ces parties affoiblies par les sueurs.
Cela fait, il se faut leuer & habiller. A a ij

Apres le bain,

372 LE GOUVERNEMENT

Apres la
douche.

Apres chaque douche, il est besoin de se faire bien essuyer & secher la teste, & de mettre sur la partie raseevn morceau de drap d'escarlate & vne coiffe de toille par dessus, pour cōseruer plus longuemēt la chaleur qui y est imprimée. Mesme ayantacheué tout le tēps des douches faudra tenir la teste couverte de mesme facon par l'espace de quarante iours, pour resister aux iniures de l'air: Et porter ordinai-rement sur la regiō de l'estomac vn escussion.

Comment il
se fait com-
porter pen-
dāt l'usage
des bains,
Autour de
l'air:

Pendāt l'usage des bains, il faut obseruer vn mesme régime de viure que ceux qui vſent de la decoction de gajac, farze pareille, bois d'eschine, ou autre sudorifisque.

Il est bon de se tenir ordinairement clos & couvert dans sa châbre, sans s'exposer beau-coup à l'air, principalement quand il est tant soit peu froid, à cause que les pores du cuiſ sont alors plus ouuerts.

Au manger
& au boire

Il faut viure sobremēt, se contentāt de deux repas le iour, n'vſer que de bonnes viandes & aylées à digerer; boire moderement, & bien

Au dormir:
Au mouve-
ment & re-
pos.

tremper son vin; dormir mediocrement; in-terniettre les exercices du corps, & demeurer

Aux passions
de l'ame.

en repos; auoit l'esprit trāquille, gay & ioieux,

En l'eacula-
tiō des ex-
cēments

se retirer du seruice de Venus; & faire iour-

nellement excretion des superflitez; & quād

nature manque en son deuoir, procurer par

artifice le benefice de ventre.

Quand il fait bon vſer des bains.

C H A P. VIII.

Quel temps
on doit choi-
sir

POUR vſer discretemēt des bains, on doit choisir le temps tēperé. Car le trop froid

DE LA FRAMBOISIERE. L. IX. 373
 est contraire à leur action ; & le trop chaud sir pour se baigner.
 dissipe les forces.

C'est pourquoys le Printeps est la plus cōmo-
 de saison de l'année pour se baigner, & l'Autō-
 ne apres. Les bains chauds ne sont point bons
 en Esté, pour ce que les forces ne sont point ba-
 stées alors pour supporter l'euacuation qu'ils
 font par les sueurs, ny l'Hyuer aussi, d'autant
 qu'il resserre les pores du cuir, & qu'il repou-
 se au profōd du corps les humeurs superflūes.
 Mais il vaut mieux y aller au Printeps vn peu
 plus tard que trop tost, l'aduāçat d'autant plus
 vers l'Esté suivant, cōme plus on s'elongne de
 l'Hyuer passé, à fin que si au parti du bain il y
 auoit sous le cuir quelques reliquats d'hu-
 meurs bilieuses, sereuses ou aqueuses rencon-
 tré vn air quasi semblable à l'eau, y soient par
 sueurs, moitteurs ou vapeurs tirés hors du
 corps, dás lequel s'ils croupissoient, feroient ou
 galles, ou demageaisons, ou oppilatio au cuir,
 puis putrefactio, puis inflammatio, puis fiévre.
 Par ainsil fait bon s'accōmoder de la prime-
 uere bien temperée & voisine de l'Esté, non
 seulement pour l'ufsage des bains, mais aussi
 pour l'administration des douches. Au con-
 traire il est meilleur d'aller aux bains en Au-
 tomne vn peu plustost que trop tard ; à cause
 qu'il est de bien pres suyui de l'Hyuer, lequel
 par la froidure repousseroit du dehors au de-
 dans du corps ce que le bain auroit n'agueres
 tiré du dedans au dehors tant par sueurs que
 vaporeuses fumees, & transpirations imperce-
 ptibles. Tellement qu'Auril, May & Septem-
 bre sont les plus propres mois de toute l'année.

Aa iii

374 LE GOVVERNEMENT
tant pour se baigner, que pour prendre la douche.

A quelle heure il se faut baigner & prendre la douche.

L'heure cōmode est celle du matin, la première apres Soleil leuē, & du vespre la seconde auant Soleil couché. Car il ne faut pas entrer au bain, ny receuoir la douche, deuāt que la coction de la viande soit faicte, de peur d'attirer par leur chaleur l'aliment encore crud de l'estomac dans les veines.

Aduis aux malades qui sont bons aux bains.

Ores veux-ie aduertir tous ceux qui se veulent accōmoder des bains naturels avec heu-reux succez, qu'il est necessaire quand ils y serōt arriué, de deūemēt preparer le corps & les humeurs, puis les vider par saignée & purga-tion, s'il y a plethora & cacochymie. Car si le corps n'est biē préparé, il luy arriue cōme aux vaisseaux percés trop bas, qui ne peuvent des-gorger le vin, l'opposant la lye au trou. Autāt en est il quād-quelque pepin ou autre matière s'y présente, comme es conduits vrinaires, s'il s'y tencōtre quelque humeur glaireuse, sable, pierre, où l'vrine est retenuē, iusques à ce qu'ō l'ayt fait vider. Ainsi en aduiēt-il par tout le corps, auquel y a obstructiōs. Et pour ce faut destoupper les voies & chemins, & ouvrir les cōduits par lesquels les humeurs doiēt pren-dre leurs cours, & la nourriture sa brizée. Et en ce ḡst la raison sur laquelle est fondēe ceste ancienne & de tout tēps vſitée façō de prépa-rer le corps & les humeurs d'iceluy, auāt que les en tirer hors, soit par haut, soit par bas, soit par vrines & sueurs. Par ce mēme chemin passēt les Chirurgiēs bien appris en la curatiō des tumeurs cōtre nature, vſant auāt que vui-

DE LA FRAMBOISIERE. L. IX. 37
 der l'humeur y cōtenuē de preparatifs , cōme
 sont les remollitifs, suppuratifs & digestifs, a-
 pres lesquels l'ensuyuēt les detersifs & mondi-
 ficatifs. Ainsi fait Nature de laquelle nous ne
 sommes que disciples , spectateurs & imita-
 teurs, quād par ses mouuemēts critics elle ter-
 mine ses maladies, préparat les humeurs, puis
 les euacuant. Et ainsi auant que faire Mourir le
 mal, Nature le fait Meurir. Et qui autremēt fait,
 mal faict. Or de coucher par escrit les formu-
 laires des préparatifs & purgatifs propres, soiēt
 clysteres , apozemes, juleps, syrops, soiēt po-
 tiōs laxatiues, boles, pilules, tablettes, ou opia-
 tes, ie ne puis. Car autāt qu'il y a de personnes
 malades, d'espēces de maladie, & de causes di-
 uerſes, autāt y a il de diuersité de cōſideratiōs,
 respects, indicatiōs & intentions, pour deuē-
 ment ordonner les remedes. Et cōme la guer-
 re se fait a l'œil, ainsi la Medecine. C'est pour-
 quoy ie conseille à tous ceux qui voudront
 entreprendre le voyage des bains , d'y mener
 quant- & -quant vn Medecin bien expert en
 l'usage d'iceux, pour leur ordonner sur le lieu
 les remedes qu'il iugera conuenables , apres
 auoir prudemment remarqué toutes les cir-
 constances. Ioint qu'il leur peut arriuer vne
 infinité d'accidens dangereux, pendant qu'ils
 se baignent, où la présence d'un Medecin qui
 a frequenté les bains , est plus que necessaire,
 pour les promptement secourir. D'autantage
 quād il est question d'administre la douche,
 soit sur la teste, soit sur l'estomac, la conduite
 d'un Medecin bien entendu en cela y est re-
 quise, pour bien remarquer l'endroit, où il la

Aa iiiij

376 LE GOVVERNEMENT
faut donner, & iuger combien il la faut con-
tinuer.

Au surplus ie conseille à ceux qui se sonta-
cheminé aux bains de Bourbon Lanci , &
Bourbon Archambaut, apres y auoir démeu-
ré autāt qu'il estoit besoin, de s'en aller au par-
tir de là droit à Pougues boire cinq ou six
jours des eaux acides, pour leur raffraichir le
foye & les reins, eschauffés outre mesure par
le long visage des bains. Et ceux qui irōt à Aix
en Allemagne , ie les aduise au retour d'en al-
ler faire autant à Spa. Mais ceux qui aurōt esté
à Plombieres ou à Bourbōne , d'autant qu'ils
n'ont point de fontaines acides proches de
là , doiuent vser long-temps de juleps raffrai-
chissans, à ceste intention. De là enauāt qu'ils
gardent tous soigneusement les ordonnāces
qu'ils troueront en mon Gouvernement de
la vie humaine. En ce faisant ie les affeure du
recouurement de leur santé , à laquelle ils as-
pirent , moyennant la grace de DIEV , à
qui seul soit tout honneur & glorie, de siecles
en siecles.

F I N.

*IN SALV B E R R I M V M V I T A
humana gubernaculum, à Domino
FRAMBOESARIO Confiliario &
Medico Regio institutum.*

ODE.

CVR sic laboras anxius, ô liber,
Ne sœua nostros agmina febrium,
Canos, iuentutēmve nostram
Corripiant, fragilēmve sexum?
Dum nemo nostrūm, si tibi pareat,
Quicunque terræ munere vescimur,
Non rectam ab omni vindicabit
Tabifica lue Sanitatem:
Humana cur tam corpora sedulō
Munis, & ictus anteuenis graues,
Ne quā maligni morbi acuto
Nos penetrēt, feriantve telo?
Id quippe fors si contigerit: tuus
Author, Machaon siue Epidaurius
Alter, manu ægros nos salubri
Vel rapiet Styge de profundā.
Vbi que sed non esse potest, ais:
Vt sanet omnes: dum celeri pede
Curram per oras Galliarum,
Inque manu inque sinu ferendus.

*I. MORELLVS Gymnastarcha
Remorum Parisi.*

A V SIEVR DE LA
FRAMBOISIERE, SVR
son Anagramme.

GOVERRNEVR de nos corps , apres qu'en sa
contre ,
Nostre Røy triomphant à fait reluire Astree ,
Et que toy quant & quant rauy dessus les cieux ,
As veu come immortels la haut visuent les Dieux ,
Tu nous viens FAIRE icy gouster de L'AMBROSIE ,
Pour rembarrer la mort , & maintenir la vie
En parfaite sante , par ton Gouvernement .
Voila pourquoy tu es aujourd'huy proprement
Nommé LA FRAMBOISIERE , ayant pris origine
Ton nom (Augure heureux) d'une vertu Diuine ,
Fauory d'Apollon , presentant de tes mains
La viande des Dieux pour nourrir les humains
Tu les obliges tant , qu'ils graueront ta gloire
Dans le cuire eternel du Temple de Memoire ,
Cartu leur as donné des si salubres loix ,
Qu'ils viuront desormais plus heureux mille fois .
Les François à bon droit tes subiects voudrot estre ,
Les autres nations te viendront recognoistre
Auec leur truchemens , & tout le Monde en fin
Viura dessous le ioug de ton Regime sain .
Les sages te rendront par tout obeyssance ,
Se gouernans tousiours selon ton ordonnance .
Les fols tant seulement tes loix mespriseront ,
Mais tost de leur mespris la peine en porteront .

SONNET.

QUAND n'agueres de Mars le foudroyant
tonnerre,
D'un boulet enflammé renuersoit nos rempars,
Ainsi qu'un Machaon au milieu des hazars,
Tu estois aux François l'Apollon de la guerre.
Ores depuis qu'Astree est retournee en terre,
Ton esprit ennuyé des armes de Mars,
Produis les fruitz meurris au milieu des soudars,
Et parmy la fureur du sanglant cimenterie.
Ce que fit Machaon iadis au camp Gregeois,
Tu l'as fait en nos iours à nos Princes François,
Mais en ce point ic y tu deuances sa gloire:
C'est qu'apres les combats esgayant tes esprits,
A celebrer Hygee en te doctes escrits,
Tu t'acquires un renom d'eternelle memoire.

M. LESCART Adu.en la Cour.

MADRIGAL.

CEluy qui n'est nay que pour soy,
Le lefuy, peste d'Epicure,
Autant que i honore & ay cure
De celuy qui vit pour son Roy.
Que penfes-tu quand ic te lis
FRAMBOISIERE, que ic t'extolle,
Que ie loue & pris le chole
Où tu as pesché ces escrits.
Non non François ce Medecin,
Est vn soldat qui l'est veu plaire
Portant Apollon dans le sein
Par tout où son Roy qu'il seruoit,
Par tout où son Roy qu'il suivoit,
Comblloit d'arme & d'effroy la terre
Qui des ruines de la guerre,
A basti ce docte dessein.

P. P. Sieur de S. Germain



T A B L E
D E S L I V R E S C O M-
P R I S E N C E V O L V M E .

I.	Legouuernement commun à tous pour la conseruation de Santé.	
	pag.1.	
II.	Le Gouuernement propre à chacun, selon sa complexion.	130.
III.	Le Gouuernement des Dames.	159.
III.	Le Gouuernement conuenable à chaque aage.	200.
V.	Le Gouuernement requis en chaque pays.	241.
VI.	Le Gouuernement requis en chacune faison.	292.
VII.	Le Gouuernement requis en tēps de peste, pour se garder de sa tyrannie.	264.
VIII.	Le Gouuernement des personnes subiectes à quelque maladie particulière.	317.
IX.	Le Gouuernement requis en l'usage des eaux Minerales, tant pour la preseruation, que pour la guarison des maladies rebelles.	443.

TABLE DES CHAPITRES
DU PREMIER LIVRE.

CHAP.I. Comment il se faut gouuerner, pour viure longuement en santé pag.1.	
II. Comment il se faut gouuerner, autour de l'air.	5.
III. Comment il se faut gouuerner au man- ger.	11.
III. Du pain.	19.
V. De la chair.	24.
VI. Des autres parties des bestes outre la chair.	31.
VII. Des œufs, & autres alimens issus des ani- maux terrestres.	34.
VIII. Des poissosns.	37.
IX. Des herbes bonnes à manger.	51.
X. Des fructs.	55.
XI. Des condimens.	71
XII. Comment il se faut gouuerner au boi- re. 75.	
XIII. Du vin.	78.
XIIIDu cidre & du peré.	89.
XV. De la biere.	91.
XVI. Des autres breuuagesartificiels.	93.
XVII. De l'eau.	95.
XVIII. Comment il se faut gouuerner au dor- mir, & au veiller.	97.
XIX. Comment il se faut gouuerner au mou- vement, & au repos.	102.
XX. Comment il se faut gouuerner en l'eu- cuation des superfluitez du corps.	111.
XXI. Comment il se faut gouuerner aux pas- sions de l'ame.	120.

DU SECOND LIVRE.

- CHAP. I.** Comme il faut diversifier le régime , selon la variété des complexions. 132.
II. Comment les Sanguins se doivent gouverner. 135.
III. Comment les Cholerics se doivent gouverner. 142.
IV. Comment les Melancholics se doivent gouverner. 145.
V. Comment les Phlegmatics se doivent gouverner 156
-

DU TROISIÈME LIVRE.

- CHAP. I.** Comment les Dames se doivent goutierner en leur viure , pour conserver leur beauté. 161
II. Des remèdes propres pour embellir la face. 165
III. Comment il se faut gouverner, pour conserver particulierement la beauté des dents. 170.
IV. Des remèdes propres pour blanchir, polit , affermir & encharner les dents. 172
V. Du moyen de faire les cheveux beaux. 175.
VI. Comment les Dames se doivent gouverner, durât qu'elles sont grosses. 176
VII. Comment se doivent gouverner les femmes prestes d'accouchet. 185.

VIII.	Comment les accouchées se doiuent gouverner.	187.
IX.	Comment les mères se doiuent comporter à l'endroit de leurs enfans.	190
X.	Comment les nourrices se doiuent gouverner.	193 ^e

D V QVATRIESME LIVRE.

CHAP. I.	Comment il faut varier la maniere de viure, selon la varieté des aages.	202
II.	Comment il faut gouverner les enfans, dès leur naissance.	208.
III.	La maniere de preferuer les enfans des maladies , auxquelles ils sont subiects.	222.
III.	Comment les adolescens se doiuent gouverner.	226.
V.	Comment les ieunes gens se doiuent gouverner.	228.
VI.	Comment les gens de moyen aage se doiuent gouverner.	230.
VII.	Comment les vieilles gens se doiuent gouverner.	232.
VIII.	La maniere d'obuier aux accidens, qui incommodent ordinairement les vieillards.	237 ^e

D V CINQVI ESM E LIVRE.

CHAP. I.	Comme on se doit gouverner diversement en son viure , selon la diuersité des pays.	243
----------	--	-----

II. Comment il se faut gouuerner ès regions temperees.	245
III. Comment il se faut gouuerner ès regions Orientales.	246.
III. Comment il se faut gouuerner ès regiôs Occidentales.	247.
V. Comment il se faut gouuerner ès pays Meridionaux.	248.
VI. Comment il se faut gouuerner ès pays Septentrionaux.	250.
VII. Comment les François se doiuent gouuerner.	252.
VIII. Comment les Italiens, Espagnols, Anglois, Allemans, & autres nations de l'Europe se doiuent gouuerner en leur viure.	255.
IX. Comment il se faut gouuerner en l'Asie, l'Afrique, & l'Amérique.	258.

D V SIXIESME LIVRE.

CHAP. I. Comme il faut diuersifier la maniere de viure, selô la diuersité des saisons.	264.
II. Comment il se faut gouuerner au Printemps.	268.
III. Comment il se faut gouuerner en Esté.	276.
III. Comment il se faut Gouuerner en Automne.	282.
V. Comment il se faut gouuerner en Hiver.	289.

D V SEPTIESME LIVRE.

CHAP. I. Des causes de la peste.	296
II. De	

- II. Des moyens de se préserver de la peste. 301.
 III. Comment le Magistrat se doit gouverner, tandis que la peste règne, 305.
 IIII. Comment chacun se doit gouverner en particulier, durant vne constitution pestilente. 310
 V. Comment ceux qui conuerterent avec les pestiferez se doiuent gouverner, pour se garantir de la contagion. 314.
 VI. Comment ceux qui entreprénent d'airier les maifons infectées, se doiuent gouverner en leur charge. 314.

DV H VICTIESME LIVRE.

- CHAP. I. Comment ceux qui sont subiects à la Migraine se doiuent gouverner. 319.
 II. Comment ceux qui sont subiects au mal caduc se doiuent gouverner. 321.
 III. Comment ceux qui sont subiects aux Catarrhes, se doiuent gouverner. 323.
 IIII. Comment ceux qui sont subiects au mal des yeux, se doiuent gouverner. 328.
 V. Comment ceux qui sont subiects à la Colique se doiuent gouverner. 335.
 VI. Comment ceux qui sont subiects à la gruelle, se doiuent gouverner. 337.
 VII. Comment ceux qui sont subiects aux Gouttes, se doiuent gouverner. 340

Bb

DV NEVFVIESME LIVRE.

CHAP.I.	Dela qualité des eaux Minerales.
	347
II.	De la quantité d'eau, qu'il faut boire. 357
III.	De la maniere d'vser des eaux Medicinales 359
III.	Du temps propre pour l'v sage des eaux acides. 364
V.	Quelle vertu & propriété ont les bains chauds. 367
VI.	Combien on se doit baigner. 369
VII.	Comment il se faut gouverner aux bains. 370
VIII.	Quand il fait bon vser des bains. 372



TABLE
DES PLVS REMARQVA-
BLES MATIERES TRAICTEES
dans le Gouuernement de
la Framboisiere,

Disposee selon l'ordre de l'Alphabet.

<i>A</i>		<i>Anchoies.</i>	46.
<i>Age.</i>	232.	<i>Angleterre.</i>	252.
<i>Abricots.</i>	62.	<i>Anglois.</i>	256.
<i>Accouchees.</i>	187.	<i>Anguille.</i>	42.
<i>Adolescence.</i>	203.	<i>Archer.</i>	284.
<i>Adolescens.</i>	226.	<i>Arcturus.</i>	266. 284.
<i>Afrique.</i>	252. 260.	<i>Armes de nature.</i>	4.
<i>Agneaux.</i>	27.	<i>Artichauds.</i>	53.
<i>Ails.</i>	55.	<i>Asie.</i>	252. 258.
<i>Ailes.</i>	33.	<i>Asperges.</i>	53.
<i>Air.</i>	5. 296.	<i>Auellaines.</i>	67.
<i>Airieurs</i>	314.	<i>Automne.</i>	283.
<i>Airu.</i>	279.	<i>B</i>	
<i>Albanois.</i>	257.		
<i>Allemaigne.</i>	252.	<i>Bains.</i>	367.
<i>Allemans.</i>	256.	<i>Balaines.</i>	50.
<i>Alose.</i>	46.	<i>Balance.</i>	284.
<i>Aloüettes.</i>	29.	<i>Barbeau.</i>	48.
<i>Amandes.</i>	67.	<i>Barbuë.</i>	41.
<i>Amarry.</i>	32.	<i>Basilic.</i>	53.
<i>Amerique.</i>	252. 260.	<i>Bb ij</i>	

TABLE

Beaucerons.	254.	Carpe.	45.
Beauté.	161.	Carthage.	260.
Beccasse.	29.	Catarrhes.	323.
Bélier.	27, 271.	Cerf.	26.
Berruyers.	254.	Cerfueil.	54.
Beuf	26.	Cerises.	60.
Beurre.	36.	Cerneaux.	66.
Bière.	91	Ceruelle.	31.
Bohème.	257.	Chair.	24.
Boissons.	75.	Champenois.	254.
Boue.	27.	Champignons.	70.
Bouchet.	94.	Chappons.	28.
Boudins.	37.	Chasse.	104.
Bourbonnois.	254.	Châtaignes.	68.
Bourguignons.	254.	Chérulis.	55.
Bourrache.	52.	Cheueux.	175.
Boyaux.	32.	Cheure.	27.
Brame.	48.	Chiches.	69.
Brebis.	27.	Chien céleste.	266, 279.
Bretons.	254.	Cholere.	121.
Briards.	254	Cholerics.	142.
Brochet.	45.	Chorographie.	252.
Buglose.	52.	Choux.	52.
		Chrestienté.	258.
C		Cichoree.	51.
		Cidre.	89.
Cailles.	29.	Cigoignes.	31.
Canard.	37.	Citrons.	64.
Cancre.	278.	Citrouilles.	57.
Canelle.	73.	Clous de gyrofles.	73.
Canicule.	266, 278.	Coction.	111.
Cappres.	65.	Cœur.	32.
Capricorne.	291.	Coings.	63.
Carottes.	55.	Colique.	335.

DES MATIERES.

Complexion.	132.	Escarbots.	50.
Concombre.	56.	Escarpolete.	106.
Cogs	28.	Esclauons.	257
Cormes.	63.	Eſcoffois.	256.
Cornailles.	63.	Eſcreuiffes.	50.
Corps humain.	1.	Eſcrime.	105.
Cotignac.	63.	Eſpaigne.	252.
Courges.	57.	Eſpagnols.	255.
Courſe,	105.	Eſpiceries.	72.
Crainſte.	122.	Eſpinards.	52.
Creſſon.	53.	Eſtē.	276.
Cupidité.	121.	Eteſies.	29.
		Evacuation.	113.
<i>D</i>		Europe.	252.
		Excremens.	111.
Damas.	61.	Exercice.	102.
Dames.	161.	Extremitez.	33.
Dannemarch.	257.		
Danſe.	105.	F	
Dattes.	61.		
Dauphins.	50.	Fange.	308.
Dauphinois.	254.	Femmes grosses.	176.
Dentifrices.	172.	Fenouille.	53.
Dormir.	97.	Féues.	68.
Douche.	368.	Figues.	57.
		Flamans.	254.
<i>E</i>		Fouirmage.	36.
		Foye.	32.
Eau commune.	95.	Fraſes.	58.
Eaux minerales.	347.	France.	253.
Enfance.	203.	François.	252. 253. 254.
Enfans.	208.	Friſtion.	106.
Equinoxe.	266	Fruitſ.	55.
Equitation	106.	Bb iſ	

TABLE

G		<i>Hyuer</i>	289.
<i>Gaule</i>	252.	<i>I</i>	
<i>Gaulois</i>	263.	<i>Ieu de la paulme</i>	104.
<i>Gascons</i>	254.	<i>Jeunesse</i>	203.
<i>Gastinois</i>	254.	<i>Jeunes gens</i>	228.
<i>Gelinotes</i>	29.	<i>Joye</i>	101.
<i>Gemeaux</i>	271.	<i>Irlandois</i>	256
<i>Geographie</i>	252.	<i>Italie</i>	252.
<i>Gingembre</i>	73.	<i>Italiens</i>	255.
<i>Gisiers</i>	33.		
<i>Goujons.</i>	47.	<i>L</i>	
<i>Gouttes</i>	340		
<i>Granelle</i>	337.	<i>Lait</i>	34.
<i>Grecs</i>	257.	<i>Lait clér</i>	36.
<i>Grenade</i>	64.	<i>Lactue</i>	51.
<i>Grenouilles</i>	51.	<i>Lamproye</i>	42.
<i>Grives</i>	30.	<i>Langue</i>	32
<i>Groiselles</i>	59.	<i>Languedochiens</i>	254.
<i>Grues</i>	31	<i>Lapin</i>	28.
<i>Guiennois</i>	254.	<i>Lentilles</i>	70.
		<i>Léure</i>	27.
H		<i>Limons</i>	65
		<i>Lorrains</i>	254.
<i>Harangs</i>	46.	<i>Lune</i>	265. 266.
<i>Herbes</i>	51.	<i>Lyon</i>	278.
<i>Hongrois</i>	257.		
<i>Houblon</i>	52.	<i>M</i>	
<i>Huile</i>	74.		
<i>Huitres</i>	49.	<i>Macedoniens</i>	257.
<i>Hjades</i>	266. 271.	<i>Magistrats</i>	294. 305
<i>Hydromel</i>	94.	<i>Mal caduc</i>	31.
<i>Hypocras</i>	93.	<i>Mal des yeux</i>	328.
<i>Hysope</i>	54.	<i>Manger</i>	11.

DES MATIERES.

<i>Maquereaux.</i>	42		
<i>Marrons</i>	68	<i>O</i>	
<i>Melancholiques</i>	145		
<i>Melons</i>	56	<i>Occidentaux</i>	247
<i>Menthe</i>	53	<i>Oeufs</i>	34.
<i>Meridionaux</i>	248	<i>Oignons</i>	55.
<i>Merlan</i>	43	<i>Oliues</i>	66.
<i>Merles</i>	30	<i>Oranges</i>	65.
<i>Merlus</i>	42	<i>Orgemondé</i>	70.
<i>Meures</i>	59	<i>Orientaux</i>	246.
<i>Miel</i>	71	<i>Orion</i>	266,291.
<i>Migraine</i>	319	<i>Oxymel</i>	94.
<i>Mois des femmes</i>	116,120	<i>Oye</i>	31.
<i>Mort</i>	1.	<i>Oyseaux</i>	28.
<i>Morue</i>	43	<i>Ozeille</i>	52.
<i>Moschouites</i>	257.		
<i>Mouelle</i>	31.	<i>P</i>	
<i>Moules</i>	49.		
<i>Moustarde</i>	73.	<i>Pain</i>	19.
<i>Mouton</i>	27.	<i>Pampelune</i>	86.
<i>Muscade.</i>	73.	<i>Panse</i>	32
<i>Musnier</i>	48.	<i>Paon</i>	29.
		<i>passions de l'ame</i>	120.
<i>N</i>		<i>pastenade</i>	55.
		<i>patissérie</i>	23.
<i>Nauzeaux</i>	55.	<i>pays</i>	243
<i>Navigation</i>	106	<i>perche</i>	45.
<i>Neffles</i>	63.	<i>perdrix</i>	29.
<i>Niuernois</i>	254.	<i>peré</i>	91.
<i>Nobertes</i>	61.	<i>persil</i>	54.
<i>Noix</i>	66.	<i>Pesche</i>	61.
<i>Normands</i>	254.	<i>Peste</i>	296
<i>Noruege</i>	257.	<i>Piemontois</i>	254.
<i>Nourrices</i>	193.	<i>Bb iij</i>	

TABLE

<i>Phaisans</i>	26.	<i>R</i>	
<i>Phlegmaties.</i>	156.		
<i>Picards</i>	254.	<i>Raisins</i>	57.
<i>pieds de porceaux</i>	33.	<i>Ramiers</i>	30.
<i>Pigeons</i>	29.	<i>Rate</i>	32.
<i>Pignons.</i>	67.	<i>Raues</i>	54.
<i>Pimpernelle.</i>	54.	<i>Rayes</i>	42.
<i>Pistaches</i>	68.	<i>Repos</i>	110.
<i>Pleiades</i>	266. 271.	<i>Riz</i>	70.
<i>Pluviuers</i>	30.	<i>Rognons</i>	32.
<i>Plye.</i>	41.	<i>Roquette</i>	53.
<i>Poicleuins.</i>	254.	<i>Rosse</i>	48.
<i>Poires</i>	63.	<i>Rougets</i>	47.
<i>Poiree</i>	52.		
<i>Pois</i>	69.	<i>S</i>	
<i>Poissons</i>	37. 291.		
<i>Poiture</i>	73.	<i>Saigner</i>	118.
<i>Polonois</i>	217.	<i>Saisons</i>	264.
<i>Pommes</i>	62.	<i>Sanglier</i>	26.
<i>Poncilles</i>	65.	<i>Sang</i>	36.
<i>Porc</i>	25.	<i>Sanguins</i>	135.
<i>Porreaux</i>	55.	<i>Santé</i>	3. 4.
<i>Poulailles</i>	28.	<i>Sardines</i>	46.
<i>Poulmons</i>	31.	<i>Saviette</i>	54.
<i>Pourmenade</i>	105.	<i>Sauge</i>	54.
<i>Pourpier.</i>	52.	<i>Saulmon</i>	44.
<i>Printemps</i>	268.	<i>Scorpion</i>	284.
<i>Prouanceaux</i>	254.	<i>sel</i>	72.
<i>Prunes</i>	60.	<i>Septentrionaux</i>	250.
<i>Ptifane</i>	94.	<i>Siciliens</i>	215.
<i>Purger</i>	118.	<i>Sole</i>	40.
<i>Q</i>		<i>Soleil</i>	264. 265.
<i>Quarelet</i>	41.	<i>Solstice</i>	267.
<i>Queües de bestes.</i>	33.	<i>Sommeil</i>	97.

DES MATIERES.

<i>Sucrerie</i>	72.	<i>Vanneaux</i>	30.
<i>Suède</i>	257.	<i>Veau</i>	26.
		<i>Veiller</i>	101
<i>T</i>			
		<i>Venus</i>	244.
		<i>Verins</i>	75.
<i>Tanche</i>	49.	<i>Vers'eau</i>	291.
<i>Taureau</i>	26.271.	<i>Viandes</i>	12.
<i>Testicule</i>	32.	<i>Vieilleffe</i>	204.
<i>Tettines</i>	33.	<i>Vieillards</i>	232.
<i>Thessaliens</i>	258.	<i>Vierge</i>	278
<i>Thraciens</i>	257.	<i>Vin</i>	78.
<i>Thuns</i>	50.	<i>Vinaigre</i>	74.
<i>Thym.</i>	54.	<i>Volailles d'Inde</i>	28.
<i>Tortue's</i>	50.	<i>Volte</i>	105.
<i>Tourterelle</i>	30.	<i>Valachiens</i>	257.
<i>Tristeffe</i>	122.		
<i>Truites</i>	44.	<i>X</i>	
<i>Turbot</i>	41.		
		<i>Xainctongeois</i>	254.
<i>V</i>			
		<i>Z</i>	
<i>Vagnons</i>	61.	<i>Zodiac</i>	265.
<i>Vandoise</i>	48.	<i>Zones</i>	243.

T A B L E
D E S M E D E C I N S , P H I L O S O-
P H E S , A S T R O L O G V E S , G E O G R A-
p h e s , Poëtes , & autres escriuains , Grecs ,
Latins , Arabes & François , tant
anciens que modernes , deſ-
quelz l'Autheur ſ'eſt aidé
en celi ouvrage .

Eginette,	du-Laurens,
Aristote,	Liebaut,
Auicenne,	Matthiol,
Auerhoës,	Magnin Milaneis
Auenzoar,	Mizaldus,
du-Bartas,	Munster,
Belen,	Montuus,
Calanius,	Nancel,
Celsus,	Oribase,
Charles Etienne,	Ortelius,
Dioscoride,	Philotheus,
Eobanus,	Platon,
Erasistrate,	Pline.
Fernel,	Plutarque,
Ficinus,	Ptolomee,
Fuchsius,	Rhasis,
Galien,	Rondelet,
Gesner,	Salomon,
Gerard François,	Les Doct. de Salerne,
Gerræus,	Simplicius,
Hippocrate,	Sylvius,
Hali-abbas,	Theuet,
Horace,	Vallambert,
Houllier	Valleriole,
Ioubert,	La-Violette.

*APPROBATION DES
Docteurs en Medecine de la Fa-
culté de Paris.*

NOVS Docteurs, Regens en la Faculté de Medecine à Paris, certifions auoir veu & l'eu diligemment vn Liure intitulé, *Le Gouvernement nécessaire à chacun pour vivre longuement en santé*, Composé par M. Nicolas Abraham, Sieur de la FRAMBOISIERE, Conseiller & Medecin ordinaire du Roy, Docteur Regent, & Doyen de la Faculté de Medecine, en l'Vniuersité de Reims : Lequel Liure nous auons trouué tres-proffitable au public, & tres-digne d'estre mis en lumiere, ne contenant rien contre nostre Religion, nyl l'Estat de ce Royaume. En tesmoignage de quoy nous auons icy mis nos seings manuels, ce 27. iour de Decembre, l'an 1599.

H. DE MONANTHVEIL.

I. RIOLAN.

**EXTRAICT DV PRIVILEGE
DV Roy.**

HENRY par la grace de Dieu Roy de France & de Navarre, a permis de grace speciale à M. NICOLAS ABRAHAM DE LA FRAMBOISIERE, Sieur dudit lieu, Conseiller & Medecin ordinaire de sa Maiesté, de choisir tels Libraires ou Imprimeurs que bon luy semblera, pour faire separément imprimer trois tomes de ses œuvres, dont le 1. est intitulé, *La Principauté de l'Homme*, contenant trois liures, où sont d'escris les Arts Liberaux, par le moyen desquels on parvient à l'intelligence des plus hautes Sciences: Le 2. *Le Gouvernement nécessaire à chacun pour vivre longuement en Santé* nouvellement reduit en neuf liures: Le 3. *Les Loix de Médecine avec Celles de Chirurgie*, pour proceder methodiquement à la guarison des maladies internes & externes, pareillement comprises en neuf liures. Et fait défense à tous autres Libraires & Imprimeurs, d'imprimer ou faire imprimer, vendre ny distribuer ledites œuvres en so Royaume, ny ailleurs, par l'espace de six ans: sur peine aux contrevenans de confiscation des exemplaires & d'amende arbitraire, de tous despens, dommages & interests, comme il est plus amplement déclaré es lettres patentes données à Paris, le 18. iour de Mars, 1608. & de son Regne le 19.

Par le Roy en son Conseil.

DE VERTON.

Le Sieur DE LA FRAMBOISIERE en vertu du Priuilege du Roy à luy octroyé, a permis à MARC ORRY, & CHARLES CHASTELLAIN, Marchands Libraires Iurés en l'Uniuersité de Paris, de faire separément imprimer les trois tomes de ses Oeuvres cy dessus mentionnez, pour six ans: se reseruant la puissance de faire imprimer toutes ses Oeuvres en vn corps, quand il voudra.