

*Bibliothèque numérique*

**medic@**

**Cornaro, Luigi. Trois discours  
nouveaux et curieux...trad. J. Martin**

*A Paris, chez G. Pousier, 1647.*

*Cote : 39289*



Licence ouverte. - Exemplaire numérisé: BIU Santé  
(Paris)

Adresse permanente : [http://www.biusante.parisdescartes  
.fr/histmed/medica/cote?39289](http://www.biusante.parisdescartes.fr/histmed/medica/cote?39289)

TROIS  
DISCOVRS  
NOVVEAVX  
ET CVRIEVX  
DE LOVIS CORNARO  
NOBLE VENITIEN.

Dans lesquels il enseigne le Regime de vi-  
ure tres facile à toutes personnes, par le  
moyen duquel il a vescu sain & robuste  
de corps & d'esprit iusqu'à l'aage de cent  
ans, avec l'entier vsage de tous ses sens,  
sans se seruir d'aucune Medecine.

*Nonuellement traduit d'Italien en François.*  
*par J. Martin*  
Avec les témoignages assurez des sçauans Medecins  
& autres qui en ont parlé.

*Curandum est ut sit mens sana in corpore sano.  
Vinitur exiguo melius; Natura beatis  
Omnibus esse dedit si quis cognouerit vti.*

*J. Martin* a A PARIS *J. Coutault*  
Chez GERVAIS CLOVSIER, au Palais,  
sur les degrez de la saincte Chapelle.

M. DC. XLVII.  
AVEC PRIVILEGE DV ROY.

39289



---

Æ N I G M A A D  
L E C T O R E M.

**D**isce hinc quam paruo liceat producere vi-  
tam,  
Longæque annos vivere Mathusalem,  
Non auro, aut gemmis opus est, non Aesonis her-  
bis;  
Esse diu poteris, si minus esse velis.

IACOBVS MARTIN Parisinus.

---

*Le mesme en François.*

**T**V pourras, cher Lecteur, apprendre  
dans ce Liure  
Un moyen tres-aysé pour viure longue-  
ment,  
L'or n'y est point requis, ny perle, ou dia-  
mant;  
Veux tu viure long-temps? retranche de  
ton viure.



*Le mesme.*



A MONSEIGNEVR  
MONSEIGNEVR  
CHARLES DE MONTCHAL  
ARCHEVESQVE DE  
THOVLOVSE.



ONSEIGNEVR,

*Ce petit ouvrage ayant be-  
soin d'un puissant protecteur  
en ce siecle, auquel la sobriété  
est si peu connue, & encore  
moins pratiquée dans l'ex-*

A ij



## EPISTRE.

cez des festins, & de la bonne chere; l'ay creu que ie le deuois mettre à couuert sous l'autorité de vostre nom; Puisque si l'Authheur vivoit il ne pourroit souhaitter une plus illustre protection, & une personne à qui ce Liure peust estre adressé plus raisonnablement, n'estant composé que des louanges de la sobriété, & de ses effets merueilleux qui paroissent en la personne d'un sage vieillard, que l'entiere vigueur de son corps & de son esprit feroit passer pour ieune homme, si nous ne sçauions qu'il a composé ces Discours à l'aage de

## EPISTRE.

quatre-vingts ans. Si les affaires importantes qui Vous tiennent continuellement occupé pour le bien de l'Eglise, vous permettent d'y jeter les yeux, vous y reconnoistrez les effets que la sobriété produit iournellement en vous, puisque cette vertu vous est tellement amie qu'elle se trouve tous les iours avec vous à vostre table, vous faisant pratiquer fidelement le commandement de S. Paul, qui nous enjoint d'estre sobres & vigilans. C'est, MONSIEUR, ce qui m'a donné sujet de vous offrir cet ouvrage, esperant qu'il vous

EPISTRE.

*sera aussi agreable que ie suis  
veritablement*


Vostre tres-humble & tres-  
obeissant seruiteur,

**IACQUES MARTIN,**  
Parisien.



DISCOVRS PREMIER  
DV  
R E G I M E  
DE VIVRE.

*Composé par LOVIS CORNARO  
à l'âge de quatre-vingt six ans.*

 ON Traitté de la Sobriété ayant desia commencé selon mon desir, d'estre vtile à ceux qui sont nez de mauuaise complexion, dautant que iournellement à l'occasion de leur foiblesse, ils se sentent tellement indisposez pour quelque petit déreiglement qu'ils auront fait, qu'ils ne scauroient



8 *Discours premier*

estre pis ; ce qui veritablement  
n'aduiant pas à ceux qui sont d'une  
bonne complexion ; & ainsi  
les premiers s'estans rangez à cette  
sorte de vie apres auoir veu  
mon Traitté, ont reconnu par experience  
combien elle est profitable : Je voudrois de mesme estre  
utile à ceux qui sont bien nez,  
lesquels se fondans sur leur bonne  
disposition viuent desordonné-  
ment ; d'où vient qu'estans par-  
uenus à l'âge de soixante ans ou  
environ ils sont attaquez de di-  
uerfes maladies & douleurs, l'un  
de la goutte, l'autre du mal de co-  
sté, l'autre de l'estomac, & autres  
semblables, qui ne leur arriue-  
roient pas s'ils embrassoient la  
Sobrieté, & au lieu qu'il en meurt  
beaucoup auant l'âge de quatre-  
vingt

*du Regime de viure.*

vingts ans, ils viuroient pour la pluspart iusques à cent, terme accordé de Dieu & de nostre mere Nature à nous qui sommes ses enfans. Et il est à croire que son intention est telle, qu'un chacun arriue à cet âge, afin que tous iouissent de toute l'estendue de sa vie. Mais dautant que nostre naissance est sujette aux reuolutions des Cieux, leur influence a grand pouuoir sur nous quand nous naissons, pour nous rendre de bonne ou mauuaise complexion, la Nature ne pouuant pouruoir à cela, ce que si elle pouuoit, elle nous feroit tous naistre de bonne complexion. Mais elle espere que l'homme naissant avec l'entendement & la raison, il pourra deluy-mesme

B

To *Discours premier*

supleer par son industrie à ce que  
le Ciel luy aura dénié, & que par  
le moyen de la sobriété il se sçau-  
ra bien deliurer de son infirmité,  
& viure longuement en santé.  
C'est pourquoy il ne faut point  
douter que l'homme ne puisse  
par son art se deliurer en partie  
de ce à quoy le Ciel l'a rendu en-  
clin, l'opinion commune & veri-  
table estant que les Astres encli-  
nent, mais qu'ils ne forcét point;  
d'où vient que les Sçauans ont  
dit, que l'homme sage comman-  
de aux Astres. Je suis né d'une  
complexion si colérique qu'a  
peine personne pouuoit du-  
rer avec moy. Je m'aperceus  
de mon defect, & reconnus  
qu'un homme en colere est fol  
par interualle, c'est à sçauoir pen-



*du Regime de viure. ii*

dant le temps qu'il est commandé par la colere, n'ayant point alors de raison ny d'entendement. Je me deliberay donc de me deffaire de ce vice par la raison; & en effet quoy que ie sois d'un naturel porté à la colere, ie n'en fais pourtant point les actions sinon bien rarement: pareillement celuy qui est né de facheuse complexion peut par l'ayde de la raison & de la sobriété viure longuement en santé, comme moy, qui suis né d'une tres-mauuaise, estant chose impossible que ie peusse viure au-delà de quarante ans; & ie me trouue maintenant sain & gail-lard en l'aage de quatre-vingt fix; & n'estoit que i'ay eu de grandes & longues maladies en

B ij



12 *Discours premier*

ma ieunesse, iusques là mesme  
que les Medecins m'ont abandonné; & pour ce sujet i'ay perdu vne grande partie de l'humide radical, lequel ne se peut iamais reparer, ie pourrois esperer d'arriuer au terme que i'ay dit: Mais ie connois par la raison que c'est vne chose impossible; aussi, comme ie diray maintenant, ie n'y pense point; il me suffit d'auoir vescu quarante-six ans au-delà de ce que ie me deuois promettre, & qu'en cet aage si avancé tous mes sens sont dans leur perfection, & ensemble les dets, la voix, la memoire, & le cœur me sont demeurez en leur entier: Mais par dessus tout le cerueau est en meilleur estat qu'il n'a iamais esté: ce qui monstre

*du Regime de viure. 13*

que ie ne perds rien pour la  
quantité des années, mais qu'au  
contraire ie profite encor par le  
moyen de la sobriété. Que si à  
mesure que ie deuiens plus aagé  
ie diminuë aussi la quantité de  
ma nourriture, cette diminution  
est necessaire, & ne se peut faire  
autrement, tout de mesme qu'il  
est impossible de viure tousiours,  
& approchant la fin de la vie,  
l'homme est reduit à ne plus mâ-  
ger, mais à aualer seulement avec  
difficulté vn jaune d'œuf par  
iour, & puis à finir par resolu-  
tion sans douleur & sans peine  
comme ie feray, & le mesme, qui  
est vne chose tres-importante, ar-  
riuera à tous ceux qui viuront  
sobrement, de quelque condi-  
tion ou grade qu'ils soient,

14 *Discours premier*

grands, moyens, & petits, parce que nous sommes tous d'une seule espece & composez des quatre Elemens. Or d'autant que le viure sainement & longuement doit estre grandement prisé, comme ie le monstreray, ie conclus que l'homme est obligé d'y faire tout son possible. Et qu'il ne se promette pas de viure longuement sans la sobriété; ce que ie dis à l'occasion de quelques-vns que l'on dit auoir vescu iusques à l'aage de cent ans en bonne santé sans s'assujettir au regime, mais mangeans & beuans à suffisance de toutes sortes de viandes & de vins. Que personne ne se fonde là dessus s'imaginant qu'il luy en aduiendra autant : car autrement ce seroit



*du Regime de viure. 15*

tomber en deux grandes erreurs, la premiere est, qu'entre cent mille il n'en naist pas vn de cette nature: l'autre, que ceux-là mesme tombent malades, & meurent avec douleur, n'estans iamais deliurez de la crainte de mourir sans peine & sans maladie, comme est celuy qui ayant passé les quarante ans au moins se met à viure sobrement, ce qui n'est point difficile à garder, comme il se voit en plusieurs qui ont ainsi vescu par le passé, & autres qui vivent maintenant de la sorte que ie fais; & certainement nous sommes hommes, & l'homme estant animal raisonnable peut faire tout ce qu'il veut. Cette vie sobre consiste seulement en deux choses, la



16 *Discours premier*

quantité & la qualité. Celle-cy  
consiste seulement à ne point  
manger de viandes, ny boire de  
vins qui soient contraires à l'esto-  
mac, la quantité à ne manger &  
ne boire sinon autant qu'il en  
peut digerer facilement: lesquel-  
les quantité & qualité doivent  
estre connues d'un homme quand  
il est parvenu à l'âge de quarante  
ou cinquante ou soixante ans;  
& celui qui tient cet ordre en ces  
deux choses est dit mener une vie  
reglée & sobre, laquelle a une  
telle force & vertu, que les hu-  
meurs du corps viennent par son  
moyen à leur dernière perfec-  
tion, comme aussi à une gran-  
de concorde & union; & estans  
venues à ce degré de bonté elles  
ne peuvent estre émeues ny alte-  
rées

*du Regime de viure. 17*

rées par aucun autre desordre qui arriue, soit à souffrir du chaud, du froid, ou excez de fatigue de veilles, ou autres s'ils ne sont extremes.

Ne pouuant donc le corps qui garde la reigle en ces deux choses de la bouche, receuoir alteration dans ses humeurs qui puisse causer la fieure, de laquelle procede la mort auant le réps, ietiens que tout homme est obligé de garder cet ordre, estant asseuré que quiconque ne vit ainsi est tousiours en danger de maladie ou de mort, tant pour ce desordre que pour vne infinité d'autres, vn chacun desquels est capable de le mettre en mauuais estat. Il est bien vray

B

18 *Discours premier*

qu'encore ceux qui tiennent l'ordre en ces deux choses qui font la vie sobre, se ressentent aussi des autres excez durant vn iour ou deux, mais non iusques à auoir la fièvre. Ils se ressentent aussi des influences des Cieux, mais ny les Astres ny tels autres excez ne peuuent alterer les humeurs de quiconque garde la sobriété. Et c'est vne chose fondée en raison & dans la nature, parce que les deux defordres de la bouche sont interieurs, & les autres sont exterieurs. Mais pource qu'il y a quelques vieillards sujets à leurs appetits qui disent que ny la quantité ny la qualité des viandes ny du vin ne leur apporte aucune incommodité.



*du Regime de viure. 19*

dité, & qu'ainsi ils mangent & boient leur suffisance de toutes sortes, d'autant qu'ils ne sçauent seulement pas en quelle partie du corps est leur estomach; pour le certain ceux-là sont grandement sensuels, & sujets à leur bouche. A ceux-là ie responds, que ce qu'ils disent est vne chose impossible en Nature, pource que tout homme est necessairement d'une complexion chaude ou froide ou temperée. Or c'est vne chose impossible que les viandes chaudes soient propres à ceux qui sont chauds de leur naturel, les froides à ceux qui sont froids, & celles qui ne sont pas temperées à ceux qui le sont. Aussi ces sensuels dont nous

C ij



20 *Discours premier*

auons parlé ne peuuent nier  
qu'ils ne soient malades par fois,  
& qu'ils ne se guerissent par l'e-  
uacuation que font les medeci-  
nes & la diete exacte: d'où l'on  
void que leur mal vient de re-  
pletion de beaucoup de vian-  
des & de choses cōtraires à leurs  
estomachs. Il y a quelques au-  
tres vieillards qui disent, qu'il  
leur est necessaire de manger &  
de boire beaucoup, pour pou-  
voir sustenter leur chaleur natu-  
relle, qui se va diminuant à me-  
sure que les années croissent, &  
qu'ils sont obligez de manger  
des choses qui plaisent à leur  
goust, soit chaudes, soit froides,  
soit temperées, & que s'ils vi-  
uoient de regime qu'ils mou-

*du Regime de viure. 21*

roient bien-tost. Je responds à cela, que nostre mere Nature a pourueu à la conseruation des vieillards, en faisant qu'ils se peussent maintenir avec peu de nourriture comme ie fais, parce que l'estomach de l'homme vieil & infirme ne peut pas digerer beaucoup. Et ne faut point qu'il craigne de mourir pour trop peu manger, puis qu'il se guerit avec tres-peu lors qu'il est malade; & s'il est ainsi qu'avec tres-peu de nourriture il se guerit & se redonne la vie, comment peut-il craindre que mangeant dauantage, comme il fera uiuant sobrement, il ne puisse se la cōseruer lors qu'il se porte bien? D'autres disent, qu'il vaut micux

22 *Discours premier*

souffrir trois ou quatre fois l'an leurs maux accoustumez, soit de goutte, ou de costé, ou autres, que de souffrir toute l'année pour ne point contenter son appetit, ne mangeans point ce qui est à leur goust, estans asseurez qu'avec la seule diete ils se pourront guerir. Je responds, que les années se multiplians & la chaleur naturelle diminuant à la longue, la diete ne peut pas tousiours auoir vne force égale à celle du desordre de la repletion; tellement qu'ils sont contrainsts à la fin de mourir de leurs maux, d'autant que les maladies abregent autāt la vie, que la santé la prolonge. D'autres disent, qu'il vaut mieux viure moins de



*du Regime de viure. 23*

dix ans, que de ne pas conten-  
ter son appetit. A cela ie res-  
ponds, que les hommes d'es-  
prit doiuent faire grand estat  
de la longue vie; des autres c'est  
peu de perte s'ils ne l'estimer pas  
pource qu'ils sont à charge au  
mode, & ce n'est que bien qu'ils  
meurent. Mais c'est dommage  
que les hommes d'esprit vien-  
nent à mourir, pource que celuy  
qui est Cardinal peut estre Pape  
à l'aage de quatre-vingts ans,  
celuy qui a part à la Republi-  
que peut deuenir Duc, vn hom-  
me de lettres est regardé à cet  
aage comme vn Dieu en terre,  
& ainsi des autres en chaque  
profession.

Il y en a d'autres qui venans



24 *Discours premier*

sur l'aage, bien que leur estomach deuienne moins capable de digerer, au lieu de diminuer pour ce sujet de leur ordinaire, au contraire ils l'augmentent: & d'autât que mangeans deux fois le iour ils ne peuuent pas digerer vne si grande quantité, ils prennent resolution de ne manger qu'une fois le iour, afin que l'interualle qui est d'un repas à l'autre soit cause qu'ils puissent manger autant en vne fois qu'ils mangeroient en deux; & ainsi ils mangent en telle quantité que l'estomach chargé de tant de viande s'en ressent, s'affoiblit, & tourne ce qui est superflu en mauuaises humeurs, qui tuent l'homme auant le temps. Je n'en vis

*du Regime de viure. 25*

vis iamais vn seul de ceux qui  
viuent de la sorte viure longue-  
ment, comme ils pourroient fai-  
re, si à mesure qu'ils croissent en  
aage ils diminuoyent la quantité  
de leur manger, mangeans plu-  
sieurs fois le iour, mais peu à  
chaque fois, d'autant que l'esto-  
mach du vieillard ne peut pas di-  
gerer beaucoup, mais il fait com-  
me les enfans qui mangent peu  
& souuent. D'autres disent, que  
la vie sobre peut bien conseruer  
l'homme en santé, mais qu'elle  
ne peut pas luy prolonger sa vie;  
Je responds, qu'il s'en est veu par  
le passé à qui elle l'a prolongée,  
& s'en void encores à present  
côme moy à qui elle la prolonge.  
En tout cas on ne peut pas dire  
qu'elle l'accourcisse comme fait

D

26 *Discours premier*

la maladie, estant tres-certain  
que celle-cy l'abrege. Et par ain-  
si il vaut bien mieux viure touf-  
jours en santé que d'estre sou-  
uent malade, pour la conserua-  
tion de l'humide radical: d'où  
l'on peut inferer avec iuste rai-  
son que la sainte sobriété est la  
vraye mere de la santé & de la  
longue vie.

O sainte Sobriété! qui es tel-  
lement vtile & profitable aux  
hommes, les secourans au be-  
soin, & les faisant viure vn si  
long aage, que la raison se rend  
entierement la maistresse en eux,  
à ce que par son moyen ils se  
puissent deliurer des fruiçts tres-  
amers du sens ennemy de la rai-  
son qui est propre à l'homme  
seul, lesquels fruiçts amers sont



*du Regime de viure. 27*

les passions & les perturbations;  
& en outre, tu le deliure encore  
del'horrible pensée de la mort.  
O combien moy ! ton bon disci-  
ple te suis tenu & obligé, de ce  
que par ton moyen ie iouis de la  
beauté de ce monde, qui verita-  
blement est beau à quiconque se  
le sçait rendre beau par ton  
moyen, comme ie l'ay sceu fai-  
re, ne m'ayant iamais semblé si  
beau lors mesme que i'estois ieu-  
ne & que ie viuois desordonné-  
ment, n'espargnant aucune cho-  
se pour passer ioyeusement ma  
vie; mais ie trouuois que tous  
les plaisirs de cet aage auoient  
leurs contraires, tellement que  
le monde ne m'a iamais paru  
beau que maintenant en cet  
aage. O vie vrayment heureu-

D ij



28 *Discours premier*

se! qui outre toutes les faueurs  
fusdites que tu accordes à ton  
vicillard, luy remets son esto-  
mach en telle bonté & perfe-  
ction, qu'il trouue plus de goust  
au pain seul qu'il n'en trouuoit  
pendât la ieunesse aux morceaux  
les plus delicats: ce qui luy arri-  
ue, parce qu'estant raisonnable  
il connoist que le pain est la  
vraye nourriture de l'homme,  
quand il est assaisonné de la  
faim, qui ne manque iamais à  
l'homme sobre, pource que mâ-  
geant tousiours peu, l'estomac  
qui est peu chargé, a tousiours  
peu de temps apres appetit de  
manger, & c'est pour ce sujet  
que le pain tout seul semble si  
bon, comme ie le connois par  
experience. Je dis plus, que ie

*du Regime de viure. 29*

le trouue si bon, que i'aurois sujet de craindre de pecher par gourmandise, n'estoit que ie sçay que le pain est vne chose necessaire, & qu'on ne sçauroit manger viande plus naturelle. Et vous mere Nature qui estes tant amoureuse de la conseruation de vostre vieillard, ayant pourueu qu'il se peût conseruer avec peu de nourriture, & pour le fauoriser & l'ayder dauantage en cela, vous luy auez fait voir que comme en sa ieunesse il mangeoit deux fois le iour, maintenant qu'il est vieil il doit diuiser ce qu'il prenoit à deux fois en quatre repas, afin qu'estant ainsi diuisé il soit plus facilement digeré de son estomac, & aussi qu'il doit diminuer la quantité à mesure qu'il croist en nombre d'années. Je l'observe aussi de la sorte que vous me

30 *Discours premier*

l'avez enseigné; & par ce moyen mes esprits n'estans point étouffez de la quantité des viandes, mais seulement sustentez & entretenus, ils sont tousiours alaigres, & mesmes leur vigueur paroist plus grande apres le repas que deuant, d'où vient que ie suis contraint de chanter apres le repas & puis escrire, & iamais l'escriture ne me fait mal apres le repas, comme aussi mon esprit n'est iamais plus vif qu'alors, ie ne suis point non plus pressé du sommeil apres auoir mangé, pource que le peu de nourriture que ie prens ne peut pas enuoyer des fumées à la teste. O combien c'est chose vtile au vieillard de peu manger! & moy qui le connois ie ne mange sinon autant qu'il me suffit pour viure. Et voicy quelles sont mes viandes.



*du Regime de viure. 31*

Premierement du pain, de la panade ou broüet avec vn œuf, ou autres telles bonnes menestres. Des chairs ie mange celle de veau, de cheureau, de mouton: ie mange des volailles de toutes sortes, des perdrix, des oyseaux comme des griues. Je mange aussi des poissons tant de mer comme la dorade, que d'eau douce, comme le brochet & semblables. Ce sont toutes viandes propres à vn vieillard, qui doit certainement s'en contenter estans en si grand nombre, sans en desirer d'autres. Et le vieillard qui pour sa pauureté ne peut auoir de ces viandes là, se peut conseruer avec le pain, la panade & vn œuf; & à vray dire cela ne peut manquer à vn pauvre homme, si ce n'est vn gueux, ou comme on dit vn belistre. Mais



32 *Discours premier*

telle sorte de gens ne meritent pas qu'on y pense, parce qu'ils sont reduits à cet estat par leur poltronerie, & vaudroient mieux morts que vifs, ne seruans au monde que d'empeschemēt. Mais encore bien que celuy qui est pauvre ne mange que du pain, de la panade, & des œufs, il ne faut pas toutesfois qu'il mange plus que son estomac ne peut digerer : or celuy qui se regle touchant la quantité & la qualité ne peut mourir autrement que par pure resolution, sans peine & sans douleur. O que l'on void vne grande difference entre la vie réglée, & celle qui ne l'est pas ! l'une fait viure sain & longuement, & l'autre fait viure en infirmité & mourir auant le temps. O vie malheureuse & infortunée, ma mortelle ennemie, qui ne sçais faire autre

*du Regime de viure. 33*

tre chose que de tuer ceux qui te  
suiuent. Combien m'as-tu fait  
mourir de mes plus chers parens &  
amis, pource qu'à ton sujet ils ne  
m'ont pas voulu croire? ce que s'ils  
eussent fait ie les verrois encore  
maintenant pleins de vie; mais tu  
n'as eu aucun pouuoir sur ma vie,  
quoy que volontiers tu m'eusses  
tué: mais en dépit de toy ie suis vi-  
uant, & suis paruenu à vn si long  
aage. Ie iouis de la presence d'on-  
ze miens petits fils, lesquels ont  
tous bon esprit & sont de bon na-  
turel, propres aux lettres & aux  
bonnes mœurs, tous beaux & de  
bonne grace, lesquels si ie t'auois  
suiuy ie ne verrois plus, non plus  
que mes belles & commodés mai-  
sons que i'ay fait bastir, avec tant  
de beaux iardins, qu'il a falu vn  
long espace de temps pour les  
mettre en leur perfection. Tu tues

E

34 *Discours premier*

ceux qui te suiuent auant que leurs  
maisons & leurs iardins soient  
acheuez, & moy i'en ioüis depuis  
tant d'années à ta confusion. Mais  
parce que tu es vn vice tellement  
contagieux que tu infecte & enue-  
nime tout le monde, & que mon  
desir est de faire tout mon pouuoir  
pour le deliurer en partie de toy,  
i'ay deliberé de te faire la guerre si  
rudement que mes onze neueux  
resterot apres moy pour faire con-  
noistre que tu es cette meschante  
& infame ennemie de tout le genre  
humain.

Mais pour reuenir à mon propos  
de la Sobriété, ie m'estonne gran-  
dement que les hommes de bon  
esprit, comme il y en a beaucoup,  
lesquels sont esleuez en vn haut  
degré, soit de lettres, ou d'autre  
chose, ne s'adonnent à la vie sobre,  
du moins quand ils sont paruenus



*du Regime de viure.* 55

à l'aage de cinquante ou soixante ans, lors qu'ils commencent à se ressentir de quelque'un des maux dont j'ay parlé, desquels ils se deliureroient facilement, comme au contraire le mal estant enuicilly deuient incurable: & ie ne m'étonne point des ieunes gens, pource que cet aage se laisse mener par les sens: mais pour le certain passez les cinquante ans, l'homme se doit laisser entierement conduire à la raison, qui fait connoistre que de contenter son goust, & son appetit, n'est autre chose que la maladie & la mort: Que si ce plaisir du goust duroit long-temps, on pourroit le supporter; mais à peine est-il commencé qu'on en voit la fin, au lieu que les infirmittez qui en prouiennent sont tres-longues. C'est au contraire vne grande satisfaction à l'homme sobre d'estre

E ij



36 *Discours premier.*

seur après la refection, que ce qu'il  
a pris le maintiendra en santé, &  
que iamais il ne s'en trouuera  
mal.

I'ay voulu adjouster ce petit  
discours à mon premier Traitté de  
la sobriété, me seruant d'autres rai-  
sons en cettuy-cy que i'ay racourcy  
en peu de paroles, parce qu'un  
grand discours est veu de peu de  
personnes, & un petit de plusieurs.  
Et ie desire que ce discours soit leu  
de plusieurs, afin qu'il puisse estre  
utile à plusieurs.

*Fin du premier Discours.*



DISCOVRS SECOND  
DV  
R E G I M E  
DE VIVRE.

OV

Lettre du fleur LOVIS CORNARO,  
escrite en l'aage de 91. ans.

Adresse'e à HERMOLAVS BARBARVS  
Patriarche d'Aquilée,



ONSEIGNEVR,

Il est vray que l'es-  
prit humain participe en  
quelque sorte de la diuinité, & que  
c'est vne inuention toute diuine  
que celle qu'il a trouuée, pour fai-  
re parler ensemble par le moyen  
de l'escriture deux personnes ab-

38 *Discours second*

lentes; c'est pareillement vne chose diuine en Nature, qui a voulu qu'un homme esloigné de son amy le peust voir avec les yeux de l'esprit, comme ie vous voy presentement. Dans cette veüe intellectuelle ie vous raconteray des choses fort agreables, & qui ne seront pas moins vtilles, sur vn sujet dont nous auons à la verité discou-ru desia quelques fois, mais non en cet aage de quatre-vingt onze ans, d'où vient que ie ne puis manquer de discours, ma santé & prosperité allât tousiours en augmentant à mesure que i'auance en âge; chose qui donne de l'estonnement à vn chacun. Et moy qui scay d'où cela procede, ie me croy obligé d'en declarer la cause, & de faire connoistre qu'on peut iouir d'un Paradis terrestre apres l'aage de quatre-vingts ans, comme i'en



*du Regime de viure.* 39

iouïs maintenant ; mais cela ne se peut que par le moyen de la sainte continence, & de la vertueuse sobriété, qui sont toutes deux grandement cheries de Dieu ; pource qu'elles sont ennemies des sens, & amies de la raison. Or maintenant pour entrer en discours, ie vous diray que ces iours passez plusieurs excellens Docteurs de ceux qui professent en cette Vniuersité la Medecine ou la Philosophie, se sont informez fort particulierement de mon aage & de ma façon de viure, & ont appris que i'estois sain & gaillard, & que tous mes sens estoient en leur perfection, & mesme la memoire, le cœur & l'entendement, iusques aux dents & à la voix ; outre ce ils ont sceu que i'escriuois de ma main huiët heures le iour pour estre utile à vn chacun, passant aussi plusieurs heures



40 *Discours second*

à me pourmener, & d'autres à chanter. O Monseigneur! que ma voix est deuenüe belle; ie vous assure que si vous m'auiez ouï chäter mes prieres, y adjoustant le son de la harpe comme faisoit Dauid, se vous seroit vne grande consolation, tant ie chante melodieusement. Outre plusieurs choses que disoient ces Messieurs, ils adjoustoient que c'estoit vne chose digne d'admiration en moy de tant escrire sur des matieres spirituelles; sur quoy ie vous diray qu'à peine pourroit-on croire le plaisir & le contentement indicible que ie reçooy de ces miennes compositions. Vous pouuez iuger par vous mesme de la grandeur de ma ioye, sçachant que ce que i'escry doit estre vtile. Ils disoient pour conclusion que ie ne pouuois point passer pour vieil, mes actions estans de ieune

*du Regime de viure. 41*

jeune homme, & non semblables à celles des autres vieillards, qui étant paruenus à l'aage de quatre-vingts ans paroissent tous vieux en ce qu'ils font; & de plus, l'un est incommodé de la goutte, l'autre d'un mal de costé, l'autre d'un autre mal, estans contrains pour se guerir d'vser de cauterres & de medecines, avec semblables empeschemens, qui à vray dire sont tres-déplaisans: que s'il s'en trouue quelqu'un qui ne soit sujet à aucune infirmité, il ressent du dechet dans ses sens, ou de la veuë, ou de l'ouye, ou de quelque autre sentiment: ou bien il ne peut marcher, ou les mains luy tremblent. Que s'il s'en trouue quelqu'un qui soit libre de ces maux, il n'aura pas la memoire ferme, ou le cœur, ou l'entendement, ou il ne viura pas content, gaillard & agreable com-

F

42 *Discours second*

me ie suis. Mais ils iugeoient qu'entre toutes les prerogatiues dont ie suis doüé, celle-là estoit tres-grande, laquelle les remplissoit d'estonnement, estant par dessus les forces de la Nature, que ie puisse viure depuis cinquante ans avec vne incommodité que i'ay, qui est tout à fait mortelle, laquelle estant naturelle, & vne propriété occulte que la Nature a mise en moy, est aussi sans remede; & c'est que tous les ans arriuant le mois de Iuillet, ensemble durant tout le mois d'Aoust, pendant ces deux mois entiers ie ne puis boire de vin, de quelque sorte de vigne ou de quelque pays qu'il vienne: car outre qu'en ce temps il est tout à fait contraire à mon goust, il me gaste aussi l'estomach, tellement qu'estant sevré de mon laiët, le vin estant veritablement le laiët d'un



*du Regime de viure.* 43

vieillard, & n'ayant de quoy boire, parce que les eaux alterées & préparées ne pouuās pas auoir la mesme vertu que le vin, ne me seruent de rien: d'où vient que ne beuuant pas, & mon estomac estant pour ce sujet en desordre, ie ne puis manger que tres-peu, & ainsi le peu de nourriture & le defaut du vin me reduisent depuis la my-Aoust à vne extreme debilité mortelle; & ny les consommez de chapon, ny aucun autre remede n'est capable de me fortifier; de sorte que la foiblesse me meine iusques aux portes de la mort, sans sentir toutefois autremal que celuy de la debilité. Ils concludoient que si le vin nouveau que i'ay tousiours prest au commencement de Septembre tar-  
doit à venir, ie mourrois infailliblement: mais ce qui les étonnoit encore plus estoit, que ce vin nou-

F ij



44 *Discours second*

ueau eût la force de me remettre en deux ou trois iours dans l'embonpoint que le vin vieil m'auoit fait perdre, comme ils l'auoient veu eux-mesmes pendât ce temps, chose qui seroit difficile à croire à qui ne l'auoit pas veüe. Quelques vns de ces Medecins m'ayant veu plusieurs années de suite, auoient iugé il y a dix ans que ce seroit vne chose impossible que ie pûsse viure au plus vn an ou deux avec vne incommodité si dangereuse, venant de plus à auancer en aage; & toutesfois nous voyons (me disoient-ils) que cette année vous auez esté moins debile que les autres. Cette chose, & tant d'autres prerogatiues qui se trouuent en moy, les obligerent à conclure, que toutes ces faueurs reduites en vne, estoit vne grace speciale qui m'auoit esté accordée de la Nature ou des Cieux

*du Regime de viure. 45*

au point de ma naissance ; & pour faire passer cette conclusion pour bonne & veritable ( qui toutefois est fausse, comme n'estant point fondée sur la raison, mais sur les opinions ) ils furent forcez de dire de tres-belles choses & tres-releuées, avec vne merueilleuse eloquence. Certainement, Monseigneur, l'Eloquence a vne grande force en vn homme de bel esprit, & si grande qu'elle fait croire que ce qui n'est ny ne peut estre, est veritable. Je receus à la verité vn grand contentement à les ouïr raisonner de la sorte qu'ils firent. I'en eus à mesme temps vn autre considerant que le long aage, joint à l'experience, a le pouuoir de rendre sçauant vn ignorant, comme estat le veritable fondement des sciences, & par ce moyen ie descouurois que leur conclusion estoit fausse.

46 *Discours second*

Or voyez comme les hommes s'abusent dās leurs opinions, quand elles ne sont pas appuyées sur des fondemens solides. Pour donc les détromper, & leur ayder en mesme temps, ie leur respondis que leur conclusion estoit fausse, comme ie leur ferois toucher au doigt, & que la grace qui est en moy n'est point speciale, mais vniuerselle, & que tout homme la peut auoir. Mais parce que ie suis homme comme sont tous les autres composé des quatre Elemens, & qu'oultre l'estre, le viure & le sentiment, i'ay encore l'entendement & la raison qui est commune à tous les hommes; le grād Dieu ayant voulu que l'homme qu'il ayme tant, aie ces biens & ces graces par dessus les autres animaux qui n'ont que le sens, afin qu'aydé de ces graces il puisse viure longuement & en



*du Regime de viure. 47*

santé; de sorte que cette faueur est  
vniuersellement accordée de Dieu,  
& non de la Nature ou des Cieux.  
Mais l'homme pendant sa ieunesse  
estant plus sensuel que raisonnable  
suit les sens, & estant en suite arri-  
ué à l'aage de quarâte ou cinquante  
ans, il doit connoistre qu'il est  
paruenu au terme de la vie à la fa-  
ueur de la ieunesse & de la vigueur  
de l'estomac, à l'aide desquelles il  
est monté iusques-là; mais aussi  
qu'il est sur le poinct de deschoir,  
allant à la mort par les degrez de  
la vicillesse, celle-cy estant contrai-  
re à la ieunesse, comme le desordre  
est le contraire de l'ordre; d'où  
vient qu'il doit changer de vie  
pour ce qui touche le boire & le  
manger, desquelles choses dépend  
le viure sainement & longuement;  
& la premiere façon de viure ayât  
esté sensuelle & sans aucun ordre,

48 *Discours second*

il faut que la seconde soit raisonnable & reiglée, pource que sans ordre rien ne se peut conseruer, & moins que toute autre chose la vie de l'homme, comme on void par effet, que comme l'on se trouue bien d'estre reglé, le desreglement au contraire nuit beaucoup. Or c'est chose impossible en Nature que celuy qui veut contenter ses appetits viue reglement; & pour ce sujet estant venu en aage plus meur, ie me suis mis à viure avec ordre & sobriété. Je confesse que ce n'a esté sans peine que i'ay quitté ma premiere façon de viure, & pour en venir à bout ie priay Dieu qu'il me donnast la vertu d'abstinence, tenant pour certain que quand vn homme veut faire vne belle entreprise, dont il scait pouuoir venir à bout, quoy qu'avec difficulté, il se la peut rendre facile prenant

*du Regime de viure. 49*

prenant vne ferme resolution de la vouloir faire, & ainsi l'a fait-il. Je me resolu de cette sorte, & puis petit à petit ie me retiray de la vie desordonnée, & pareillement peu à peu ie m'accoustumay à la sobriété; tellement que depuis ie n'y ay senty aucune peine, quoy que i'aye esté obligé de garder vn regime tres-estroit tant pour la qualité que pour la quantité, estât né comme ie suis d'une tres-petite complexion. Mais les autres qui sont d'une meilleure composition peuuent manger de plusieurs autres sortes de viandes, & en plus grande quantité, & de mesme du vin: & ainsi, quoy que leur vie soit sobre, elle ne sera pas toutefois si difficile que la mienne, mais plustost aisée & facile. Ces Messieurs ayant ouï mes raisons, & les fondemēs sur lesquels ie les appuyois,

G



50 *Discours second*

ils conclurent tous que tout ce que i'auois dit estoit la pure verité: mais l'un d'entr'eux, qui estoit le plus ieune, dit qu'il accordoit que cette grace est vniuerselle, mais que du moins i'en auois eu vne speciale, de pouuoir facilement quitter vn genre de vie pour passer à vn autre, ce qu'il connoissoit par l'experience estre faisable, mais toutefois tres-difficile à son esgard, comme aussi il l'a esté au mien. Je luy répondis, qu'estant homme comme luy, i'y auois resfenty de la difficulté; mais que c'estoit vne lascheté honteuse de laisser vne belle entreprise imparfaite à cause de la difficulté qui s'y trouue; qu'au contraire, plus il y a de difficulté, plus on acquiert d'honneur, & on fait vne chose plus agreable à Dieu, lequel desire que chacun paruienne au terme de la

*du Regime de viure.* Si  
vie qu'il a prescrite à l'homme, qui  
est de longues années, sçachant  
qu'après les quatre-vingts ans  
l'homme est entierement deliuré  
des mauuais fruiçts que produi-  
sent les sens, se remplissant de ceux  
de la raison, tellement qu'il faut  
necessairement que les vices & les  
pechez le quittent en cet aage; &  
pour cette raison Dieu desire que  
l'homme viue long-temps, & a  
ordonné que celuy qui vit ius-  
ques au terme prefix, finisse ses  
iours sans douleur par resolution,  
qui est vne fin naturelle, & n'est  
autre chose que sortir d'une vie  
mortelle, pour entrer en vne im-  
mortelle, comme il m'arriuera;  
car ie suis certain que ie mourray  
en chantant mes prieres, & pour  
ce sujet la pensée horrible de la  
mort ne me donne point de pei-  
ne, encore que ie sçache que i'en

G ij

52 *Discours second*

fuis fort proche pour la grande  
vieillesse où ie suis : car ie sçay  
aussi que ie suis né pour mourir,  
& que mille autres sont morts  
moins aagez que ie ne suis. Je  
reçois encore moins d'ennuy de  
l'autre pensée qui accompagne  
celle de la mort, qui est la crainte  
des peines qui sont deües aux pe-  
chez apres la mort, parce que ie  
suis bon Chrestien, & suis obligé  
de croire que i'en seray deliuré par  
les merites du sang de Iesus-Christ,  
qui a daigné le respendre pour  
deliurer tous les fideles Chrestiens  
de ces peines & tourmens. O que  
la vie que ie meine est belle & ag-  
greable ! O que ma fin sera heu-  
reuse !

Ce ieune homme m'ayant oüy  
dire toutes ces choses, ne me repli-  
qua rien sinon qu'il dit estre reso-  
lu de s'addonner à la sobriété, pour



*du Regime de viure. 53*

profiter de là en auant comme i'ay fait. Il dit de plus qu'il auoit fait vn autre profit tres-important, qui estoit que de mesme qu'il auoit vn grand desir de deuenir vieil, il souhaittoit encore de le deuenir bien-tost, pour pouuoir iouyr bien-tost de cette agreable vieillesse.

La passion que i'auois, mon tres-reuerend Seigneur, de discourir avec vous, m'a fait estre vn peu long, & m'oblige de vous parler encore, mais en peu de mots. Il y en a quelques-vns extremement sensuels, qui disent que i'ay employé inutilement la peine & le temps que i'ay mis à composer le Traitté & les autres Discours de la sobriété pour la mettre en vsage; estant, disent-ils, chose impossible de l'observer: de maniere que ce Traitté sera aussi vain & inutile que celuy de la Republique de

G iij

34 *Discours second*

Platon, qui s'est bien donné de la peine pour escrire des choses impossibles; d'où ils concluent que son Traitté & le mien sont également inutiles. De ceux-cy ie m'estonne grandement, veu qu'ils ont peu voir dans mon Traitté que j'ay pratiqué cette regle de sobriété plusieurs années avant que d'en rien escrire; & ie ne l'aurois point fait si ie n'auois sceu auparavant que c'estoit vne chose possible, & de plus si ie n'eusse connu qu'elle estoit grandement vtile, estât vne vie toute pleine de vertu; & parce que ie luy estois grandement obligé, j'ay creu estre de mon deuoir d'en escrire, afin de la faire connoistre pour telle qu'elle est. Et ie sçay que plusieurs, apres auoir veu mon Traitté, se sont mis à pratiquer cette regle, & plusieurs l'ont tenuë par le passé, comme on peut

*du Regime de viure. 55*

voir dans les liures ; tellement que l'objection qui se forme contre le liure de la Republique, n'a point de lieu contre mon Traitté de la Sobriété.

Mais il arriue iustement à ces hommes ennemis de la raison, & amis de leurs sens, que pendant qu'ils procurent de saouller entièrement leurs gousts & leurs appetits, ils tombent dans de griefues maladies, & meurent bien souuent auant le temps.

*Fin du second Discours.*





## TROISIESME DISCOVRS

O V

## EXHORTATION

A M I A B L E,

Dans laquelle vn chacun est exhorté & persuadé par de viues raisons à suivre la vie reglée & la sobriété, afin de paruenir à vn long âge, dans lequel l'homme puisse iouir de routes les graces & de tous les biens que Dieu par sa bonté a voulu accorder aux hommes.

*Composée par le sieur LOVIS CORNARO  
en l'âge de quatre.vingts quinze ans.*

**L'**Ay entrepris pour satisfaire à mon deuoir, auquel tout hōme est obligé, & aussi pour ne pas perdre vn seul moment le plaisir & la satisfaction

*du Regime de viure. 57*

tion que ie reçoÿ à profiter par mes escrits ; i'ay entrepris, dis-je, d'escrire, & faire scauoir à ceux d'or ie ne suis pas connu, ce qui est notoire à ceux qui me cōnoissent : ce n'est pas que ie ne sçache que plusieurs choses paroistront difficiles à croire, & mesmes impossibles à quelques-vns, toutefois estans veritables, comme on peut voir par experience, ie ne laisseray pas de les escrire pour estre utiles au public. Et pour commencer ie dis, qu'estant arriué par la grace de Dieu à l'aage de quatre-vingts quinze ans, & me trouuant sain & gaillard, alaigre & content, ie louë continuellement la Diuine Majesté de tant de graces que i'en reçoÿ, voyant pour l'ordinaire aux autres vieillards qu'estans à peine arriuez à l'aage de soixante & dix ans, ils deuiennent mal-sains, me-

H

58 *Discours troisiéme*

lancholiques, & sont perpetuellement plongez dans la pensée de la mort, craignant de mourir de iour en iour; de sorte qu'il leur est entierement impossible de s'oster cette pensée de l'esprit, laquelle toutefois ne me donne aucune peine, n'ayant aucun sujet de penser à la mort comme ie le feray voir clairement; & outre ce, ie monstrey ouuertement l'assurance que i'ay de viure iusques à l'aage de cent ans. Mais pour aller par ordre en cette mienne composition, ie commenceray mon discours par la naissance de l'homme, & ainsi i'iray continuant iusques à la mort.

Je dis donc, que quelques-vns naissent avec si peu de vie, qu'ils ne vivent que peu de iours, ou de mois, ou d'années. Et l'occasion de ce peu de vie ne se peut clairement connoistre comme estant in-



*du Regime de viure 59*

certain si c'est par la faute du pere  
ou de la mere en la generation, ou  
de la reuolution des Cieux, ou par  
le deffaut de la Nature, dominée  
toutefois par la vertu des corps ce-  
lestes; car ie ne scaurois m'imagi-  
ner que la Nature, estant la mere  
commune de tous les hommes, se  
rendist ennemie de ses propres en-  
fans; d'où vient que la cause en  
estant inconnüe, il faut necessaire-  
ment s'en rapporter à ce que nous  
voyons arriuer tous les iours. D'au-  
tres naissent avec assez de vie à la  
verité, mais d'une complexion foi-  
ble & delicate: de sorte que quel-  
ques vns de ceux-là ne vivent que  
iusques à l'aage de dix ans, d'autres  
iusques à vingt, trente & quarante  
ans, mais ils n'arriuent pas ordi-  
nairement iusques à la vieillesse.  
D'autres naissent d'une bonne  
complexion, & arriuent à la vieil-

H ij

60 *Discours troisiéme*

lesse, mais ils sont pour la plupart mal sains en cet aage ( comme iel'ay desia dit cy-deuant ) & eux-mesmes sont cause de leur indisposition & de leur peu de santé, pour ce qu'ils se promettent trop au delà des forces de leur complexion, & ne veulent en façon du monde changer leur maniere de viure, lors qu'ils passent de la ieunesse à vn aage plus auancé, voulans viure toujours de mesme que s'ils auoiét encore en eux la premiere vigueur de leur ieunesse, & ainsi ils ne pensent qu'à viure aussi desordonnément dans leur vieil aage comme ils ont fait pendant tout le temps de leur ieunesse, ne pensans iamais deuenir vieux, & encore moins de manquer iamais de vigueur. Ils ne considerent point aussi que leur estomac a perdu sa chaleur naturelle, & que pour cette raison ils ont

*du Regime de viure 61*

besoin de prendre garde de plus  
prés à la qualité de leurs viandes &  
de leurs vins, & aussi à la quantité  
qu'ils en prennent pour la dimi-  
nuër de là en auant; eux tout au  
contraire cherchent à l'augmenter,  
disant pour leurs raisons, quel'hô-  
me perd ses forces & son embon-  
point par la vieillesse, & qu'il faut  
les conferuer en se nourrissant da-  
uantage, la nourriture estant ce  
qui conferue l'homme en vie. Mais  
ils s'abusent grandement, parce  
qu'à proportion que la chaleur na-  
turelle de l'homme va diminuant  
par l'âge, il faut diminuer le boire  
& le manger, estant chose assu-  
rée que la nature du vieillard se  
contente de peu de chose: enco-  
re toutefois que la raison les deust  
obliger à le croire, ils ne le croient  
pas pourtant, mais ils suiuent leur  
accoustumée façon de viure; la-

H iij



62 *Discours troisiéme*

quelle s'ils quittoient lors quel'âge  
le requiert, se reglans par la so-  
briété, ils paruiendroient à la vieil-  
lesse où ie suis, en bonne disposi-  
tion, estans par la grace de Dieu  
nez de bonne complexion, & vi-  
uroient iusqu'à l'âge de six vingts  
ans, comme d'autres ont fait vi-  
uans sobremét, ainsi que plusieurs  
liures nous enseignent, lesquels  
deuoient estre asseurement d'une  
tres-parfaite composition, de la-  
quelle si i'estois ie ne ferois aucun  
doute de paruenir à cet âge: mais  
parce que la mienne n'est pas telle,  
ie pense que ie ne passeray pas les  
cent ans; & si beaucoup d'autres  
qui sont nez de foible comple-  
xion se fussent adonnez à vne vie  
reiglée comme i'ay fait, ils feroient  
heureusement paruenus à l'âge de  
cent ans & plus, comme i'y arriue-  
ray. Cette assurance de viure plu-

*du Regime de viure. 63*

siieurs années me semble estre vne chose grandement à priser, ne se trouuant personne qui soit asseuré de viure seulement vne heure, horsmis ceux qui viuent sobrement. Or cette assurance est fondée sur de bonnes & solides raisons naturelles, qui ne sçauroient manquer: car c'est vne chose impossible en Nature que celuy qui vit avec ordre & sobriété puisse tomber malade, & mourir d'une mort non naturelle auant le téps, si bien de mourir lors que son heure sera venuë. Mais il ne sçauroit mourir auparauant, dautant que la sobriété a la force d'oster toutes les occasions qui peuuent causer la maladie, laquelle ne peut arriuer sans cause, & la cause estant ostée la maladie pareillement est chassée, la maladie estât chassée, la mort non naturelle ne sçauroit ar-

64 *Discours troisiéme*

riuer. Or que la sobriété & la vie  
reiglée ait cette vertu d'oster toutes  
telles occasions, c'est vne chose qui  
ne reçoit point de doute, estant  
certain qu'elle fait que les humeurs  
qui rendent l'homme sain ou ma-  
lade, le font viure & mourir, selon  
qu'elles sont bonnes ou mauuai-  
ses; de mauuaises par son moyen  
deuiennent bonnes & parfaites,  
pource qu'elle a cette vertu natu-  
relle de les rendre telles, qu'elles  
viennent necessairement à s'vnir,  
s'égaliser, & se lier ensemble de ma-  
niere qu'elles ne se peuuent plus  
separer ny s'émouuoir ou alterer;  
d'où viennent puis apres les fie-  
ures malignes, & en suite la mort.  
Il est bien vray, & ie ne nie point  
qu'encore que les humeurs soient  
dans leur perfection, le temps qui  
consomme toutes choses, ne laisse  
pas pour cela de les consommer &  
de



*du Regime de viure. 65*

de les refoudre, & qu'estans consommées l'homme ne vienne à mourir de sa mort naturelle sans mal & sans douleur; & ainsi m'arriuera lors que mes humeurs seront consommées, lesquelles maintenant sont encore dans leur bonté, ne pouuant estre autrement, veu que ie suis sain, alaigre & content, que ie mange de bon appetit, & que ie dors bié, & de plus mes sens sont tous dans leur bonté & perfection: i'ay l'entendement plus net & plus subtil que iamais, le iugement ferme, la memoire asseurée, & le cœur bon: la voix mesme, qui est ordinairement la premiere à s'abaisser, m'est deuenue plus claire & plus haute, d'où vient que ie suis obligé de chanter mes prieres matin & soir à haute voix, au lieu qu'autrefois ie les disois bas. Ce sont là des marques tres

66 *Discours troisiéme*

asseurées que mes humeurs sont  
bonnes, & qu'elles ne se peuuent  
consummer que par la longueur  
du temps, comme le iugent tous  
ceux qui me connoissent. O que  
ma vie sera pleine d'honneur & de  
gloire ! estant comblée de toutes  
les felicitez que l'on peut auoir  
pendant la vie; estât encore (com-  
me elle est en effet) deliurée de la  
brutalité des sens, laquelle par la  
vieillesse est contrainte de faire pla-  
ce à la raison : parce que là où re-  
gne celle-cy les sens ne peuuent  
auoir place, & encore moins les sui-  
tes & les fruiets amers des sens, qui  
sont les passions, les troubles, & les  
fascheuses pensées ; Ny la pensée  
de la mort ne m'inquiete point, ne  
se trouuant en moy aucune de ses  
causes ; Ny la mort de mes neveux,  
& autres miens parens ou amis, ne  
me donne point d'ennuy, sinon

*du Regime de viure 67*

dans le premier mouuement, mais  
incontinent ie suis cōsolé; & moins  
encore me trouble la perte des  
biens, comme plusieurs ont veu,  
non sans grande admiration.

Or cela n'arriue qu'à ceux qui de-  
uiennent vieux par le moyen de la  
sobriété, (& non par le moyen de  
la forte complexion) lesquels pas-  
sent heureusement leur vie com-  
me ie fais dans des delices & des  
plaisirs continuels. Et comment se  
pourroit-il faire que ie vescuiffe au-  
trement, n'ayant en l'aage où ie  
suis aucune contrariété, comme  
tous les ieunes gens en ont vne in-  
finité? Mais ie veux monstrier clai-  
rement que mes contentemens  
n'ont point d'espines ny de con-  
traires. Le plus grand plaisir d'un  
honneste homme, c'est d'estre yti-  
le à sa patrie: O que ie reçois de  
plaisir pour ce regard! descouurant



68 *Discours troisième*

des moyens à nostre Republique pour conseruer son canal & son port, qui sont d'une tres-grande importance, en telle façon qu'ils puissent durer des milliers d'années, & que par ce moyen Venise iouisse tousiours de ce nom merueilleux de Vierge, telle qu'elle est seule au mode qui merite ce nom; & outre ce elle croistra son surnom grand & releué de Reine de la mer; voyla vn de mes plaisirs. Vn autre est, que ie fais voir à cette mesme Reine Vierge le moyen de la rendre tres-abondante en viures, reduisant vne quantité de terres inutiles, tant de marecages, comme de campagnes seiches, à vne grande vtilité & vn profit qui passe de beaucoup la despenſe. Vn troisième est, que i'ouure les moyens de rendre la ville de Venise, de forte & inexpugnable qu'elle est, en-

*du Regime de viure. 69*

core plus forte; de belle, riche & de bon air, encore plus belle, plus riche & plus saine. Je prise beaucoup ces trois sortes de plaisirs, pour estre fondez sur l'vtilité du public.

L'ay encore vne autre satisfaction, de ce qu'ayant fait vne notable perte de mes biens, i'ay trouué le vray & infaillible moyen de reparer cette perte au double, par le moyen de la belle & louable agriculture.

Je iouis encore d'un autre contentement, voyant que mon Traicté de la sobriété vient à fortir son effet, qui est d'estre vtile, comme plusieurs me l'assurent de bouche, qui disent qu'il leur a beaucoup seruy, ainsi que l'effet le demonstre. D'autres aussi m'escriuent qu'ils tiennent la vie de moy apres Dieu.

70 *Discours troisiéme*

Je prens aussi vn grand plaisir à escrire de ma main, dautant que i'escriis beaucoup pour l'vtilité du public, tant de l'architecture, comme de l'agriculture.

I'en reçoÿ aussi beaucoup en discourant avec les hommes de bel esprit, desquels i'apprends encore tous les iours. O que ce plaisir est grand ! d'apprendre sans aucune peine ou difficulté à l'âge où ie suis toutes choses, pour grandes, hautes, & difficiles qu'elles puissent estre. Je dis bien dauantage, (encore que quelques-vns estiment cette chose impossible) que ie iouïs en l'âge où ie suis de deux vies à mesme temps, l'vne d'icy bas en effet, & l'autre du Ciel par la pensée, laquelle a cette force de faire iouïr de la chose esperée, quand l'esperance est bien fondée, comme ie suis asseuré que par l'infinie



*du Regime de viure 71*

bonté & misericorde de Dieu, ie iouiray de cette vie. Je iouïs donc de cette vie terrestre (dont ie suis tenu à la vie reglée & à la sobriété) qui est tres-agreable à sa Diuine Majesté, pour estre pleine de vertus, & ennemie du vice. Je iouïs aussi de la vie celeste, par la bonté de Dieu qui m'en donne la iouissance par la pensée, laquelle m'empesche de penser à toute autre chose qu'à celle-là, que ie tiens estre plus qu'assurée, croyant fermement que nostre mort, à vray dire, n'est point vne mort, mais plustost vn passage que fait l'ame de cette vie terrienne, à vne celeste, immortelle, & infiniment parfaite. Cette pensée me releue tellement l'esprit, qu'elle ne se peut abaisser puis apres aux choses de la terre, comme est la mort du corps, ne pensant qu'à viure de cette vie celeste.

72 *Discours troisiéme*

Ny pour tout cela ie ne m'attriste point, sçachant que le contentement que ie reçois en cette vie presente doit finir par la mort; au contraire i'en reçois vne ioye indincible, sçachant que cette fin est le commencement d'une autre vie glorieuse & immortelle. Or qui est celuy qui pourroit s'attrister d'un si grand bien & d'un si parfait contentement, lequel arriuera pareillement à tout autre qui tiendra la vie que i'ay tenuë? ce qui est aisé à vn chacun, puisque ie suis homme comme les autres, & non saint, mais seruiteur de Dieu, auquel ce genre de vie est tres-agreable. Et dautant que plusieurs personnes s'adonnent à la vie sainte & spirituelle, vaquans à l'oraison & à la contemplation, il seroit à desirer aussi qu'ils s'adonnassent entierement à la sobriété; certainement

*du Regime de viure. 73*

nement ils se rendroient par son moyen beaucoup plus agreables à Dieu, & seruiroient d'ornement au monde; car ils seroient tenus sur la terre pour saincts Peres, comme autrefois les anciens Peres de l'Eglise, qui avec la vie spirituelle obseruoient pareillement cette sobriété; & comme eux gardans cette reigle de vie, ont vescu iusques à l'aage de six-vingts ans, faisant diuers miracles par le pouuoir que Dieu leur donnoit; ceux-cy en pourroient faire autant suivant vn mesme guide. De plus, ils seroient sains, contens, alaigres; au lieu que pour la pluspart ils sont mal-sains, melancholiques, & mal-contens. Et dautant que quelques-vns croient que Dieu leur enuoye ces infirmitéz pour les faire meriter, & afin qu'ils fassent penitence de leurs pechez, i'estime qu'ils se trompent.

K



74 *Discours troisiéme*

Car ie ne scaurois me persuader que Dieu prenne plaisir de voir l'homme qu'ilayme si cherement, viure malade, melancholique & mescontent, mais plustost qu'il luy plaist qu'il viue sain, alaigre & content; & ainsi viuoient les saints Peres, & ainsi ils se rendoient meilleurs seruiteurs de Dieu, faisant tât de si grandes merueilles que nous lisons. O que le monde seroit heureux si en ce temps nous auions de tels Religieux ! car maintenant il y a beaucoup plus de Religions & de Monasteres qu'il n'y auoit par le passé, esquels si les reigles de la sobriété estoient estroittement gardées, il y auroit vn grand nombre de venerables vieillards eminens en sainteté & doctrine, lesquels le monde admireroit. Et partant ce ne seroit pas contreuenir aux statuts de l'Ordre, & à la regle de vie

*du Regime de viure 75*

que le Monastere ordonne, mais  
ce feroit la rendre plus parfaite.  
Car il est permis en tous les Mo-  
nasteres de se nourrir de pain & de  
vin, manger des œufs quelquefois,  
& en quelques vns on vse de vian-  
des. Et de plus, il y a diuersité de  
potages, des legumes, des salades,  
des fruits, & des tourtes d'œufs,  
lesquelles viandes souuēt leur sont  
dommageables, & en font mourir  
quelques vns : mais ils en vsent,  
dautant que les statuts de l'Ordre  
le permettent, pensans peut-estre  
qu'ils feroient mal s'ils les laissoiēt;  
mais tant s'en faut qu'ils fissent  
mal, qu'au contraire ils feroient  
vn grand bien, si ayans passé l'âge  
de trente ans ils quittoient tout  
cela, & commençoient de viure de  
pain & de vin, avec la panade faite  
de pain & d'œufs. Voila le vray re-  
mede pour conseruer l'homme de

K ij

76 *Discours troisieme*

de mauuaises humeurs & de mau-  
uaise complexion: encore telle fa-  
çon de viure est beaucoup plus li-  
bre que celle des Peres anciens qui  
vuiuent dans les deserts, qui se  
nourrissent seulement de fruits  
sauuages & de racines d'herbes, &  
ne beuuoient que de l'eau; & nean-  
moins ils viuoient longuement  
sains, gaillards & bien contents. Le  
mesme arriueroit aux Religieux de  
nostre temps, lesquels par ce moyé  
paruiendroient au ciel plus aisé-  
ment, lequel est tousiours ouuert  
à tout fidele Chrestien, apres que  
nostre Seigneur en a fait l'ouuer-  
ture par l'effusion de son sang pre-  
tieux pour la redemption du gen-  
re humain.

Je dis donc pour conclure mon  
raisonnement, que la longue vie  
estant comblée de tant de graces  
& de biens, & moy l'un de ceux qui



*du Regime de viure. 77*

en ioüissent, ie ne puis m'empesch-  
percher de rendre à tous vn fidele  
tesmoignage; mon dessein n'estant  
autre en ce Traitté que de conuier  
vn chacun par la consideration  
d'un si grand bien qui procede de  
la longue vie, à embrasser cette so-  
brieté tant recommandée. Et à  
cette fin ie m'escrie continuelle-  
ment, disant: Viuez, viuez lon-  
guement, afin que vous puissiez  
par ce moyen deuenir meilleurs  
seruiteurs de Dieu.

FIN.



## INFORMATION

DE LOVIS CORNARO,

*Laquelle a esté faite par vne sienne  
niepce, femme de grand esprit,  
Religieuse en un Monastere de  
la ville de Padouë.*

**L**ouis Cornaro estoit dé-  
cheu de la Noblesse de  
Venise, non par sa faute,  
mais par celle de ses ancestres; &  
quoy qu'il ne fust pas banny, il ne  
pouuoit toutefois aspirer aux char-  
ges de la Republique. Il auoit sa  
maison à Venise, où il eust peu de-  
meurer commodément, mais il ay-  
ma mieux demeurer à Padouë. Il  
se maria avec vne femme de la ville  
d'Utino, nommée Veronique, de  
la maison de Spilimberg, avec la-

*de Louis Cornaro.* 79

quelle il vescu plusieurs années sans en pouuoir auoir d'enfans. Et comme il auoit vn grand desir d'en auoir, il essaya tous les moyens possibles pour cet effet, & apres auoir pris plusieurs medicamens, & fait faire diuerses cōsultations des plus sçauans Medecins de Padouë, en fin il fut conclu qu'il luy estoit impossible d'auoir iamais aucun enfant, tant à cause qu'ils estoient tous deux auancez en âge, qu'aussi pource que sa femme estoit d'une tres-froide cōplexion. C'est pourquoy s'estant premierement adressé à Dieu par prieres & par vœux, il prit pour son intercesseur le Seraphique saint François; & puis se seruāt de l'art & de l'esprit humain, il composa vne decoction medicinale tellemēt chaude qu'elle preualut à l'âge & à la froideur de la femme. Ainsi l'ayant prise par l'es-



80 *Abbrege de la vie*

pace de plusieurs iours, elle conceut  
 & au bout du temps accoucha d'v-  
 ne fille, qui fut seule & vnique. Il  
 luy donna le nom de Claire, pour  
 reconnoistre par ce nom la faueur  
 de son Aduocat saint François.  
 Cette fille estant venue en aage, il  
 la maria à Iean Cornaro fils de Fā-  
 tin de la famille des Cornaro, qui  
 portoit pour surnom *dell' Episco-*  
*pia*, famille grandement estimée  
 alors pour ses richesses, qu'elle pos-  
 sedoit auant la perte du Royaume  
 de Cypre. Iean eut de sa femme  
 vnze enfans, huit garçons & trois  
 filles. De maniere que le susdit  
 Louis par son industrie & son sça-  
 uoir, aydé principalement de la fa-  
 ueur Diuine, pourueut au malheur  
 de sa maison : & encore que lors  
 qu'il eut cette fille il fust desia vieil,  
 il vescu toutefois si long-temps  
 depuis, qu'il la vid vieille elle-mes-  
 me,

*de Louiſ Cornaro. 8r*

me, & vid auſſi pluſieurs fils & petits  
fils iſſus d'elle iuſqu'à la troiſième  
generation. C'eſtoit vn homme  
de grand ſens, qui aymoit les  
entrepriſes honorables, liberal de  
ſon naturel, mais non touteſois  
prodigue. Il eſtoit d'une comple-  
xion grandement colerique, qui le  
rendit pendant ſa ieuneſſe ſujet à  
pluſieurs infirmitéz; iuſques à ce  
qu'ayant reconnu le tort que la co-  
lere luy faiſoit, il ſ'en corrigea, & ſe  
ſurmonta ſoy-meſme, de ſorte qu'il  
deuint d'une humeur tres-agrea-  
ble, affable, & acordable à vn cha-  
cun. Il eſtoit tres-fobre, & viuoit  
avec la téperance qu'on peut con-  
noiſtre d'as les eſcrits qu'il a laiſſez.  
Il ſe moderoit tellement dans ſon  
viure, que la chaleur naturelle ve-  
nant par la vieilleſſe à ſ'affoiblir, il  
diminuoit touſiours à proportion  
ſon manger; de maniere qu'il vint

L

82 *Abbrege de la vie*

iufques-là, que de ne pouuoir pas prendre mefme vn jaune d'œuf entier, mais il le prenoit à deux ou trois fois. Il fe conferua fain & robuste pendant toute fa vie, c'eft à dire iufqu'à l'aage de cent ans ou enuiron. Il eut vne vieilleffe tres-heureufe, avec les fentimens tres-vifs & aigus iufqu'à la mort. La veuë entr'autres luy demeura fi entiere, qu'il n'eut iamais befoin de lunettes: l'ouye de mefme tres-subtille. Il ne luy manquoit pas vne dent, la voix luy demeura fi ferme & fi claire, qu'il chantoit à la fin de fa vie comme vn ieune homme de vingt-cinq ou trente ans. Il predict qu'il mouroit fans maladie, comme il luy arriua. Il fe prepara à la mort avec vne grande conftance. Il fit fon testamēt, mit bon ordre à toutes fes affaires, & ayant receu fes derniers Sacremens, il attendit la



*de Louis Cornaro. 83*

mort de pied coy. Finalement estās  
sain & gaillard il luy suruint vne  
legere defaillance dans laquelle  
il rendit l'esprit. Il mourut à Pa-  
douë le 28. iour d'Auril l'an 1566.  
& ce mesme iour son testament fut  
ouuert, & luy fut enterré dans l'E-  
glise S. Antoine le 8. iour de May  
ensuiuant. Sa femme luy suruescut  
quelques années, & mourut de  
mesme dans vne extreme vieillesse  
sans aucune infirmité: mais toute-  
fois elle reconneut quelques iours  
auparauant qu'elle aprochoit de sa  
fin, par vne debilité extraordinaire  
qui precede la mort. Elle mourut  
la nuit dans son liēt si doucement  
que personne ne s'en aperceut.  
Voilà ce que ie me souuiens m'a-  
uoir esté raconté de mes pere &  
mere, & ce que i'ay creu deuoir ap-  
prendre à ceux qui ont ouy parler  
de luy, afin que comme il a esté vn

L ij

84 *Abbrege de la vie*  
 homme tres-remarquable durant  
 sa vie, il viue mesme apres sa mort  
 plusieurs années dans la bouche  
 de la posterité.



# ADVERTISSEMENT au Lecteur.

*A* Fin que le curieux Lecteur  
 puisse connoître que cet Au-  
 theur Venitien n'a rien auancé de  
 foy qui n'ait esté confirmé par les  
 témoignages de plusieurs sçauans  
 hommes & dignes de foy, nous auõs  
 creu à propos d'adionster à cette  
 edition la vie dudit Cornaro, tirée  
 du 38. liu. de l'histoire de Monsieur  
 de Thou, qui traite de ce qui s'est  
 passé en l'an 1566. & aussi quel-  
 ques tesmoignages des Autheurs  
 qui en ont fait mention.

*Abbrege de la vie de Louis Cornaro Venitien, tirée du 38. lin. de Monsieur de Thon.*

**I**E n'ay garde d'oublier icy de faire mention de Louis Cornaro, rare & memorable exemple d'une longue vie, ayant vescu iusqu'à la centième année dans une parfaite integrité de tous ses sens tant du corps que de l'esprit. Il estoit d'une famille tres-illustre parmi les Venitiens, & toutefois par un defect de naissance il fut exclus des honneurs & des charges de la Republique. Il se maria en Istrie à Veronique de la famille de Spilimberg, & se voyant extremement riche, il employa toute son industrie pour en auoir des enfans. Enfin ayant fait des vœux pour ce sujet, & s'estant aussi seruy de l'ayde des Medecins, il vainquit la froideur de sa femme desia auancée en aage, & lors qu'il y pensoit le moins, elle conceut de son mary & accoucha d'une fille, laquelle il donna en mariage à Iean Cornaro fils de Fantino, de la famille tres-opulente des Cornaro, & eut le



86 *Abbrege de la vie*

contentement de voir naistre d'elle, quoy que desia fort aagée, plusieurs neveux & arriere-neveux : car ledit lean eut de Claire (ainsi s'apelloit la fille de nostre Autheur) huit garçons & trois filles. Louis Cornaro par sa sobrieté se fit quitte des infirmités qu'il auoit contractées en sa ieunesse par son intemperance, & modera la promptitude de son naturel cholerique par la force de la raison ; de sorte qu'il eut en sa vieillesse autant de santé & de bonne disposition qu'il auoit esté en sa ieunesse mal sain & prompt à se mettre en colere. Il a mesme composé quelques liures sur ce sujet estant desia vieil, dans lesquels il rend raison du changement & amendement de sa premiere façon de viure sans ordre & sans discretion, & de plus se promet vne tres-longue vie, comme en effet il n'a point esté deceu de son attente. Car il est mort aagé de plus de cent ans d'une mort douce & sans aucun sentiment de douleur cette année 1566. à Padouë, où il auoit estably sa demeure. Sa femme qui n'estoit gueres moins âgée que luy ne suruescut gueres à son mary qu'elle aymoit beaucoup ; elle le suiuit peu de temps apres d'une

*de Louis Cornaro. 87*

mort pareillement tres-paisible. Ils furent tous deux enterrez en l'Eglise de S. Antoine sans aucune pompe, comme ils l'auoient ordonné par leur testament.

*Tesmoignage de Cardan tres-sçauant Medecin Milanois, au liure qu'il a fait de la Prudence ciuile, chap. 43.*

**O**N a descouuert par vne raison tres-subtile, & par des experiences tres-assurées, que la diette exactement gardée, est le vray or potable par le moyen duquel on peut viure sainement iusqu'à l'age de cent ans; comme l'experience nous le monstre en la personne de Louis Cornaro, qui vit maintenant aagé de quatre-vingt dix-huit ans dans vne entiere santé, & aussi de beaucoup d'autres.

Le mesme Cardan a fait vn liure sur ce sujet intitulé Theonoston, qui a esté imprimé apres sa mort.

88 *La vie de Louis Cornaro.*

*Tesmoignage de François Bacon  
tres-docte Chancelier d'Angle-  
terre, en son liure de la vie &  
de la mort.*

**L'**Histoire de Louis Cornaro Veni-  
tien est tres-remarquable, qui  
estant au commencement valetudina-  
re, commença premierement à mesu-  
rer son boire & son manger pour se  
mieux porter : cette mesure par vn long  
vsage passa en habitude, & par ce moyē  
il a vescu tres-longuement, c'est à sça-  
voir iusques à l'aage de cent ans & au  
delà dans vne entiere santé & vn par-  
fait vsage de tous ses sens.

Du mesme Cornaro ont fait mention  
M<sup>r</sup> Gassendi tres docte Mathématicien  
dans la vie de Monsieur de Peiresc.

Pierre d'Alegambe Iesuite dans son  
Catalogue des Escriptuains-Iesuites, en  
parlant de Lessius.

L'auteur de la vie de Lessius, impri-  
mée depuis peu à Paris.

Drexel Iesuite en plusieurs endroits  
dans son Alocé, l. 1. ch. 5. sect. 3. dans son  
liure des Roses.

F I N.