

Bibliothèque numérique

medic@

**Galien, Claude. Le livre de C. Galen
traictant des viandes qui engendrent
bon et mauvais suc, mis en François
pour Monsieur le Baron de saint
Plancard, Capitaine de Galeres**

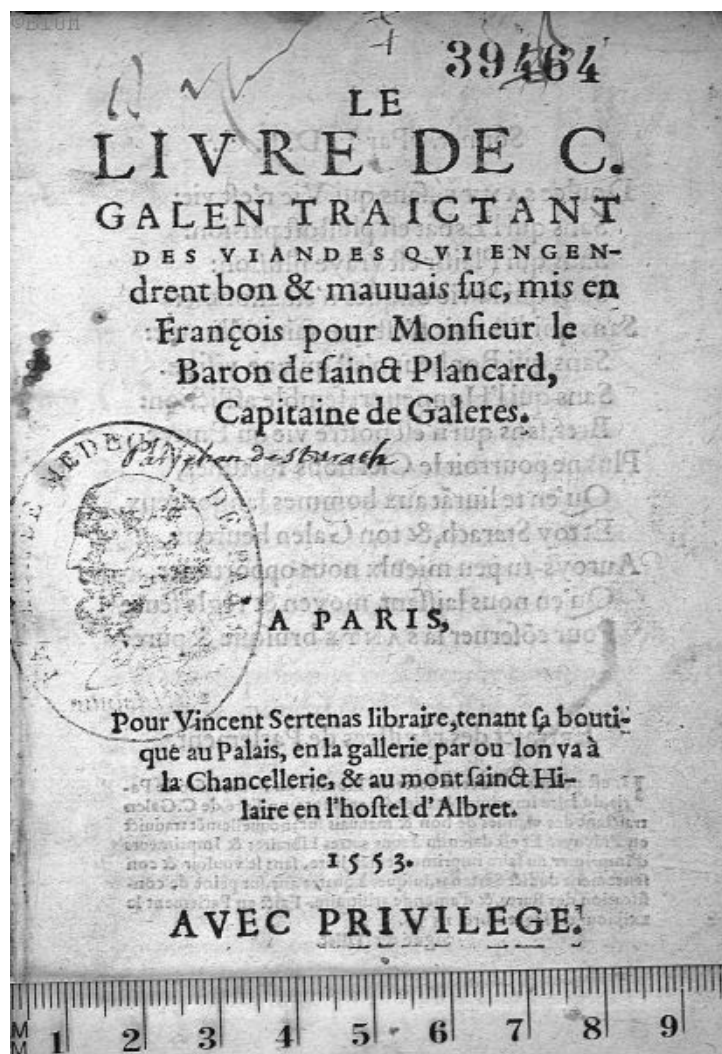
Paris, V. Sertenas, 1553.

Cote : 39464



(c) Bibliothèque interuniversitaire de médecine (Paris)

Adresse permanente : <http://www.bium.univ-paris5.fr/hist/med/medica/cote?39464>



Sonnet. Par F. D. F. G.

Doulce S A N T É, sans qui Vie n'est vie:
Sans qui l'Esbat est plustost passion:
Sans qui Plaisir est vraye illusion:
Sans qui la vie onques n'est assouuie:
Sans qui l'A noir n'est que faim allouuie:
Sans qui Bonheur n'est qu'une vision.
Sans qui l'Honneur ressemble affliction:
Bref, sans qui n'est nostre vie qu'Enuye.
Plus ne pourroit le Ciel nous fortuner,
Qu'en te liurât aux hommes langoureux.
Et toy Starach, & ton Galen heureux,
Auroys-tu peu mieulx nous opportuner,
Qu'en nous laissant moyen & regle seure
Pour cōseruer la S A N T É brusque & pure?

Extrait des registres de Parlement.

IL est permis à Vincent Sertenas Libraire en l'vniuersité de Paris, de faire imprimer & exposer en vente vn liure de C. Galen traitant des viandes de bon & mauvais suc, nouuellement traduit en François. Et est defendu à tous autres Libraires & Imprimeurs d'imprimer ou faire imprimer ledict liure, sans le vouloir & consentement dudit Sertenas, iusques à quatre ans, sur peine de confiscation des liures, & d'amende arbitraire. Fait en Parlement le xxij. iour de Decembre, 1552.

Signé du Tillet.

À MONSIEUR
LE BARON DE SAINCT

Plancard, Capitaine des Galeres du
Roy, Jehā de Starach son humble
seruiteur, perpetuelle felicité.

MONseigneur, nous lisons que le tēps
passé Apelles vn des excellentz
peintres qui oncques ont esté, ny se-
ront, selon Pline, oyant vn iour en
son ouuroir Alexandre le grand Roy de Mace-
done, disputer assez indocilement de la peinture,
luy dit doucement, taisez vous pour Dieu, Sire:
Car mes seruiteurs se mocquēt de vous: Voulāt par
ce inferer qu vn chascū se doit mesler de ce qu il
scait faire, ou dire, laissant le reste qu il ignore
pour ceulx qui trop mieulx l'entendent. Car à di-
re la verité, vn homme ne se monstre iamais plus
ridicule que quand il faiēt ce qu il ne scait, ny est
accoustumé de faire. Ce que quand ie viens à cō-
siderer, MONseigneur, il me faiēt quasi de tout
point perdre l'affection de mener à chef l'inten-
tion que i'auoye de mettre en Frāçois, suyuant la
promesse que par cy denant vous en ay faiēte, vn
petit Traictē de Claude Galen, nommé Du bon
& mauuais suc, ou en bref il parle de toutes viā-
des qui engendrent bon & mauuais sang: Car si

EPISTRE.

Un Peintre le temps iadis a imposé silence à un
des plus grandz & magnanimes Roys qui ayent
point esté par le passé, tenant propos des peintures
non si doctement qu'il appartenoit: Ne dois ie
pas craindre qui ne suis ny Roy ny Rien, qui peu,
ou point ay versé en la langue Françoisse, en es-
gard à ceulx qui au temps present sont en icelle
plus exquis & excellentz qu'oncques n'a esté
Appelles en peinture, que par telz doctes es-
pritx ne me soit dit? taisez vous, laissez cela
pour nous, si ne voulez estre moquez de noz serui-
teurs, ce n'est pas vostre estat, vous estes trop mal
emparlé pour entreprendre telle besoigne. Ce que
en partie ie confesse, mais la pierre estant desia iet-
tée ie ne pourroye qu'à mon grand deshonneur re-
uoquer, ny retracter ma promesse. Parquoy, ay
plus aymé estre veu du monde, mal paré & vestu
de langage, que de foy enuers celui, à qui ie dois
tout ce que ie puis, voire & ce que ne puis faire.
Et neantmoins ie responderay à ces Cicerons Fran-
çois, trouuantz quelque chose dure en la presen-
te version, que la matiere icy traitée est philoso-
phique. Or en la Philosophie, selon Ciceron, il
fault premieremēt, & principalement considerer
le subiect & matiere qu'on traite, & non peser
ny farder les parolles: Car en genre doctrinal les
choses ne veulent pas estre ornées: mais (comme
dit

EPISTRE:

dit le Poëte) seulement se contentēt d'estre enseignées: Non que l'eloquence & beau langage, s'il est en vn Philosophe, soit à moins priser, mais aussi s'il ny est point, n'est gueres à souhaiter. Aumoyn de quoy ie me suis esuertué de tout mon pouoir à rendre, & exprimer le sens de l'auteur, ores de mot à mot, ores par Periphrase, sans toutesfois auoir mis en desdaing l'ornement de la diction, ou i'ay peu, sans fouruoyer de la sentence, en suiuant plustost le texte Grec que le Latin, lequel en plusieurs lieux ay trouué corrompu & mal tourné: Et l'eusse mieux restitué s'il m'eust esté possible trouuer l'Exemplaire Grec, sur lequel la vieille translation a esté faicte: suiuant laquelle en quelques endroiēt^x ay emendé nostre texte Grec, en autres y ay adionsté, sans toutesfois forcer la sentence, ny rompre le fil du propos, ainsi qu'un chascun pourra voir, s'il luy plaist le conferer. Je voudroye prier ces bons esprit^x & disertes langues de nostre temps s'addoner, comme tresbien font les Italiens, à trāsaler de Grec en nostre langue Françoisse les disciplines, & Art^x liberaulx pour gent^x de bon esprit, & meilleur iugemēt, qui toutesfois n'ont eu l'heur d'apprendre lesdictes langues, aux quelles les sciences sont escrites: Il est vray semblable que tout ainsi qu'il^x surmontent & deuantent tous les autres de leur sorte en elo-

ā iij

quence, ou plustost en abondance & superfluité de propos d'amours & matieres lasciuës: ainsi feroient ilz ce m'est auis, en propos & argument philosophique, s'ilz s'y adonnoient: A quoy faire ie les prie de ce pas s'acheminer, & trouueront que Apollo avec ses Muses ne se laisse pas si aisement traicter & manier que ce petit enfant Cupido. Lors ilz meriteront qu'on les estime disert & eloquent, (ce qu'ilz appetent fort ambitieusement tant en vers qu'en prose) autrement point: Car à bien parler l'eloquence ne peult estre separée d'avec philosophie: Lors dy ie peult estre qu'ilz ne seront pas si rudes & seueres enuers moy. Mais ie fays mal de craindre le iugement de plusieurs en ceste tant petite traduction, qui n'a esté entreprinse que seulement & principalemēt pour vous Mōseigneur, & mes Dames de Saint Plancard: Puis pour messieurs Monseigneur de Mōtagut, & le Capitaine Pierre de Saint Martin mon Cousin, Peres & nourrisiers avec vous de meuz estudes. Car ie ne doute point que vous n'estimez cecy tant petit soit il, plustost du bon cueur & affection que ie le vous offre, que à raison de son beau style, & langage. Or ce fais-ie plus hardiment estant prouoqué & semond de la liberalité, de laquelle vous à pleu vser enuers moy ces années passées, pour poursuiure mes estudes de
mede-

medecine: Parquoy serois ingrat si ne vous don-
noye le premier fruit, que l'arbre qu'il vous a
pleu cultiuer, a porté. Non que par cecy ie tasche
à autre chose qu'à monstren le bon vouloir, & in-
credible deuotion qu'ay de faire quelque chose à
vostre gré, en recognoissance de tantx de biens &
honneurs que i'ay receu de vous, pour le peu de ser-
uice qu'auex eu de moy: ayant peult estre esgard
plustost à la lignée de laquelle ie suis extraict,
que à mes merites. Car ces biens la, & faueurs en
mon endroit sont si grandx, que si tout ce que ie
scaurois faire pour vous obeir estoit balacé, avec la
moindre partie d'icelles, il se mostreroit beaucoup
plus leger, & de moindre valeur. Pour cela neât-
moins ie ne desisteray oncques de ma vie de faire
quelque chose en vostre nom, se monstat elle vn
rien, ou tant petite qu'on voudra à l'esgard de voz
benefices. Car il me semble tresraisonnable qu'vn
chascun face en son endroiect son pouoir, quand il
ne peult son vouloir. Parquoy donc, M^{seigneur},
scachant tresbien que prenez grand plaisir à lire
toutx bons liures, en sorte que ne laissez passer
nul iour duquel n'employez vne bonne partie à
la lecture d'iceulx, principalement si sont en lan-
gues qui vous sont familiares, comme la Françoisse,
Italiene, & Castillane. I'ay mis en François par
maniere de passeretps le dict Traicté de Galē pour
à iij

EPISTRE.

Vous en faire present, cōme vous ay promis: Nō tāt
 à raison qu'il vous duira beaucoup à entretenir
 vostre santé (car de cecy ay delibéré vous en faire
 vn petit Traicté à parsoy, suiuant vostre cōplexiō)
 que pour tesmoigner que ie tiens le bien, la gra-
 ce, & faueur qu'il vous a pleu me faire en tel sou-
 uenir, que ie demureray tousiours reueſtu d'un
 bon vouloir à vous honorer & seruir tout le tēps
 de ma vie. Et iacoit que ie vous face presēt d'une
 chose qui n'est du tout à moy: Car à vray dire ie
 n'y a rien que le langage & quelques heures du
 iour qu'à ce faire y ay employées: Neantmoins
 i'ay tousiours estimé qu'il y a plus d'affaire à bien
 entendre & expliquer les auteurs anciens, qu'à
 faire liures nouveaux, desquelz pour certain on
 ne tiendrait nul compte (que de bien peu) si les
 anciens dont ilz sont prins & extraitz (ie n'au-
 se dire desrobez) estoient expliquez & entēdus.
 De quoy ce seul petit liuret vous pourra faire foy,
 ou verrez euidentmēt estre descouuert mil lar-
 cins d'un tas de Regimes de Santé qu'on vend çā
 & là, au nom de ie ne scay qui. Ce que seroit à
 mō aduistollerable s'ilz ne desguisoient, & mu-
 tiloient le larcin, tout ainsi que font ceulx qui des-
 robēt les cheuaux, à fin qu'ilz ne soient cogneux
 de leurs maistres. Je vous supplie donc Mon-
 seigneur, me faire tant de bien & de grace que
 daigne.

EPISTRE.

daigne receuoir ce que est à moy en ce liure que ie vous offre, qui est le premier fruiet de mon labeur à vous promis & voué, tout ainsi que scay estez costumier de receuoir avec bon visage, & liberale face, ce qu'on vous presente, tât petit que ce soit: Esperant si en ce prenez plaisir, faire d'auantage & apres en vostre nom. Car nul labeur me scauroit lasser si vne fois entenx que mes estudes & peines vous sont agreables. De Paris le vingtiesme iour de Decembre, 1552.

Spartam quam nactus es orna.

Aduertissement au Lecteur.

Il te plaira entendre, amy Lecteur, que la ou tu trouueras le caractere, a, il denote que c'est vne exposition des choses precedentes: Et le caractere, c, signifie correction du texte Grec ou Latin.

Faultes commises en l'Impression.

Saignir, feuillet 3. page seconde, ligne 18. lisez saigner. Viandes exquisies, feuil. 9. page premiere. lig. 12. lisez viandes que exquisies. Qu'auons dit le faillloit, fe. 12. pag. 1. lig. 19. lisez cōme auons dit qu'il le faillloit estre. Gascrigne, feul. 12. page 2. lig. 6. lisez Gascioigne. Que si le, fe. 16. pag. 2. lig. 8. lisez lequel si nous. Lignes, fe. 21. pag. 1. lig. 3. lisez lignes. Boufiez, fe. 23. pag. 2. lig. 15. lisez boufiz. Porceaux, feul. 24. pag. 2. lig. 11. lisez cochons. Substanties, feul. 46. pag. 2. lig. 17. lisez substantées.

TABLE DES CHOSES

PRINCIPALES CONTENUES EN CE
present traicté: En laquelle fault noter que A,
denote la premiere page du fueillet, B, la se-
conde.



Accidetz & maladies causées p famine.	Bestes saines.	26.a
fueillet premier.a.	Beurre.	16.a
Accidetz apres la mor- sure d'une beste ve- nimeuse.	Blé bastard.	38.b
6.b	Blé bon.	33.a
Aigneaux. 24.b.37.a	Blette.	42.a
Ailes de poulaille.23.b	Boulagerie sās leuain.	18.b
Alimentz desquelz on est contrainct vser en temps de famine.1.b.4.b	Boletz.	21.a
Amydon.	Bolie.	31.a
21.b	C	
Anguilles. 43.b. 44.a	C Ancres.	43.b
Aron.	C Carottes.	42.b
20.b	Casserons.	19.b
Arroches.	Cerifes & guines.	57.a
42.a	Cerfueil.	42.a
Aulx.	Ceruelle.	24.a
42.b	Chair.	22.a.26.a
Austruches.	Chair de porceau.	10.b
36.a	Champignons.	4.b.21.a
B	Chastaignes.	27.a.28.a
B Arbeau.	Cheureaux.	24.b
44.b	Choux.	20.b
Belotes.	Cicorée.	2.b.42.a
28.a	Cochons.	24.b
Bestes.		
24.b		
Bestes de laict.		
24.b		

Col des volailles. 35.b	E
Commét on est nour- ry. 34.b	E Au pour les chaul des cõplexiõs. 53.b
Complexions diuerfes en meſme corps. 46.b	Endiuie. 42.a
Concombres. 41.a	Eraſiſtrate reprins. 5.a
Condriſle. 42.a	Erueille. 38.b
Cõſideration des cho- ſes mangées. 46.b	Eſcargotz. 19.a
Contrepoiſon. 40.b	Eſchalotes. 20.b
Cornetz. 19.b	l'Eſcorpiõ meurt par la ſaliue humaine. 6.b
Corps bien temperé. 12.a	Eſprouuer les bons fruiçtz. 31.b
Courge. 41.b. 59.a	Etnos. 31.a
Creſme de laiçt. 57.b	Exercice preferue de maladies. 14.a
Cruditè cauſe la plus part des maladies. 14.b. 60.b	Exercice moderé. 14.b
Cueur. 22.a	Exercice apres le re- pas. 14.b
Cuire les viandes. 34.b	Extremitez des beſtes. 23.a
D	F
Actes. 28.b	F Aiſantz. 13.b
Difference de Da- ctes. 29.b	Faſeolz. 38.b
Digeſtions. 34.b	Ferule. 4.b
Douleur de teſte. 53.a	Febues. 38.a
Douleur de teſte pour boire de l'eau, & pour ieuner. 53.a	Figues. 39.b. 40.a
	Figues avec noix. 40.b
	Foye. 21.b
	Francolins. 13.b
	Friable & tẽdre. 46.a

TABLE.

Froumage.	15.b	Hôme phlegmatique.	
Froumage de brebis	16.b	45.b	
Froumage viel.	18.a	Hôme sanguin.	45.b
Froumage frais.	18.a	Huitres.	19.b.20.a
Froumêlée.	10.b.59.b	Humeurs crues.	11.a
Fruictz de reserve, ou		14.b	
non.	33.a	Humeurs grosses.	61.a
Fruictz d'arbres.	39.a	Humeur mélancolique	61.a
G		Humeurs mellées.	61.b
Galen.	10.a	Humeurs subtiles.	61.a
Garon.	58.a.b	I	
Gasteau.	18.a	Intestins.	35.b
Gens occupez.	9.b	Inventeurs de sectes	
Gingidion.	42.a	reprins.	6.a
Gisier.	35.b	Ioncée & Cresme.	57.b
Glandes.	24.a	Itria.	18.b
Glandz.	27.a	Laiçt.	15.b.17.b
Gouions.	13.b.43.b	Laiçt de Cheure.	16.a
Grenades.	41.a	Laiçt de Vache.	16.a
Griues ou Tours.	13.b	Laiçt subtil.	16.a
Groing de bestes.	23.b	Laiçt grossier.	16.a
H		Le laiçt a trois substan	
Herbes.	42.a	ces.	16.a
Histoire d'une fa		Laiçt clair.	16.a
mine.	1.a	Laiçt de Chamelles.	16.b
Histoire des maladies		Laiçt d'Aneffe.	16.b
de Galen.	7.b	Le laiçt selon la diuer	
Homme colere.	45.b		
Hôme mélancolique.	45.b		

TABLE.

fité de l'aage des be	les bien aîsez.	9.b
ftes, du pasturage &	Maniere de viure pour	
parties de l'an.	toutes cōplexiōs.	45.b
Laiçt caillé en l'esto-	Maniere de viure pour	
mach.	gens occupez.	56.a
Laiçt comment ne se	Marque des bonnes	
caille en l'estomach.	viandes.	30.b
17.b	Matrice.	35.b
Laiçt succé de la beste	Maulue.	42.59.a
17.b	Les Medecines pour-	
Laiçt trop cuit.	quoy elles ont esté	
Laiçt clair laiçt vuidier	inuentées.	11.b
18.a	Melca.	57.a
Laiçt de femme.	Melons.	41.a
25.a	Merles.	13.b
Pour le laiçt precepte	Merlust.	13.b
general.	Meures.	39.b.41.b
25.b	Miel.	54.b
Laiçtue.	Mil.	38.b
42.a	Moules.	26.a
Laiçtue sauuage.	Mouft.	51.b
42.a	Mouuemēt volunta-	
Langue.	re.	23.a
24.b	Mouuemēt naturel.	
Lechythos.	23.a	
30.b	Moyen pour attendrir	
Lentilles.	le poisson.	44.a
20.b.38.b	Moyle du doz.	24.a
Ce Liure pour quelles	Muletz.	43.b
gēs a esté faiçt.	Murenes.	13.43.b
29.b		
Loups.		
43.b		
Lupins.		
39.a		
M		
Aladiēs apres v-		
ne grande fa-		
mine.		
3.a		
Maniere de viure pour		

TABLE.

Muscles ou chair. 22.b	Oseille. 42.a
Teste des Muscles. 22.b	Oximel. 55.a
Queue des Muscles. 22.b	Composition d'Oximel. 55.b
Nature. 35.a	Oye. 36.a
Nature des medicamentz. 35.b	Oyseaux. 42.b
Nature des corps. 45.a	Pain bien fait. 10.b
Naueaux. 42.b	Pain mal fait. 15.b
Neffles. 41.a	Panis. 38.b
Nege. 60.b	Parelle. 42.a
Noix de Pin. 21.b	Pastenagues sauvages. 42.b
Nourriture bone. 30.a	Patisserie. 18.b
Oeufz durs. 19.a	Perdriz. 13.b
Oeufz cuitz en la poile. 19.a	Pere de Galen. 7.a
Oeufz molletz. 19.a	Peschies. 33.b
Oignons. 42.b	La Pierre comēt s'engendre aux Rains. 12.a
Olyre. 12.b. 38.b	Pigeons. 13.b
Opinion d'Hypocrate vraie. 5.b	Pignolatz. 31.a
Opinion d'Erasistrate faulse. 5.a	Poires. 41.a
Opilation de foye. 11.a	Pois. 38.a
Oreilles. 36.a	Pois ciches. 39.a
Orge. 32.b. 37.b. 38.a	Poisson petrin. 43.a
	Poisson sans escaille. 19.b
	Poissons grands. 19.b

TABLE.

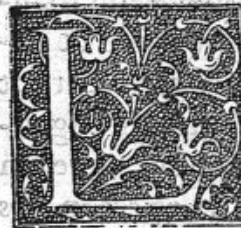
Poissôs de marefcage.	42.b	R Acines.	42.a
Poisson prins pres de		R Raifortz.	42.b
grosses villes.	43.a	Raisins.	39.b
Poisson de mer.	43.a	Rate.	22.a
Pompons.	41.a	Reins.	21.b
Popes.	19.b	Rhyemata.	18.b
Porreaux.	42.b	Rouget Barbet.	44.b
Poulaillè.	13.b	S	
Poulpres.	19.b	S Ang caillé.	17.a
Pourceau de moyen		S Scandix.	42.a
aage.	36.b	Ségle.	38.b
Pourpied.	42.a	Segue.	4.b
Praxagoras.	15.b	Seiches.	19.b
Precepteur mauuais.		Senegré.	38.a
6.a		Serpentine.	20.b
Prunes.	33.b	Signes pour cognoi-	
Queues.	35.a	stre le bon poissô de	
Qui est soigneux		mer.	43.b
de sa santé, peu ou		Soles.	13.b
point chet en ma-		Sportula.	10.a
ladie.	36.b	Suc acerbe.	28.a
Qui se peult exercer,		Suc austere.	28.a
peult plus libremét		T	
vsfer de toutes vian-		T Aute.	19.b
des, que les gens oc-		T Tendon.	22.b
cupez.	14.a	Testicules.	21.b
		Tetins.	25.a
		Thonine.	19.b
		Tourterelles.	13.b

TABLE.

Tragus.	12.a	Vin blanc.	48.b
Truffes.	21.a	Vin vermeil.	49.a
V		Vin clair et doux.	49.b
Eaux.	24.b	50.a	
Veines Mezerai-		Vin clair et paillé.	
ques.	11.a	49.50.51.a	
Ventre des animaux.		Vin clair et fumeux à	
36.a		qui nuit ou profite	
Viandes tresbonnes.	13.a	50.a.b	
Viandes grosses.	26.a	Vin doux et gros.	51.b
Viandes apprestées a-		Vin puant.	49.b
uec du moult, ou fa-		Vin fort & vieil.	54.b
rine.	18.a	Desquelz vins se fault	
Des viandes grossieres		abstenir.	49.b.52.a
precepte general.		Vin Phalernie.	49.b
29.b		Vins austeres, rudes,	
Des viandes autres, pre-		verdiz.	49.b
cepte.	31.34.a	Vins changent de natu-	
Viandes mauvaises de		re par l'aage.	51.b
deux fortes, & quelz		Vin viel.	52.a
maulx engendrent.		Vin nouueau.	52.a
61.a		Vin rafreschy.	60.a
Viandes contre l'alte-		Utilité de ce liure.	
ration.	57.58.a	26.b	
Vie oyfue.	14.a	Y	
Vin.	47.a.48.a	Eulx.	36.b

Fin de la Table.

LE LIVRE DE
GALEN TRAICTANT
DES VIANDES QUI ENGEN-
drent bon & mauuais suc, mis en
François pour Monsieur le Baron de
sainct Plancard, Capitaine de Ga-
leres.



A disette & fami- Long dis-
scours des
maladies q
sont surue-
nues incō-
tinēt apres
vne loyue
famine.
ne, qui par longs
ans cy deuant a fans
relasche molesté &
affligé maints pais
subiectz & tributai-
res à l'Empire Romain, a euident-
ment donné à congnoistre à ceulx
qui de tout point ne sont despour-
ueuz de sens & entendement, quelle
force les mauuais humeurs & nour-
riture ont pour causet maladies.
Car les bourgeois & habitants des

A



villes, comme de coustume est de faire prouision l'esté du bled qu'on a affaire pour le demeurant de l'année, ont enleué des champs tout le froment ensemble, l'orge, febues, lentilles, laissant le reste des fruitz qu'on appelle legumes aux laboureurs & gétz des champs: en prenant neantmoins d'iceulx certaine partie. Lesquelz l'hyuer apres ayant mangé ce qu'on leur auoit laissé & departy, ont esté cōtrainctz vser tout le printemps de viandes qui engendrent mauuais suc, mangeant le tendron des branches, le reiecton des arbres & arbrisseaux, eschalottes & racines d'herbes qui font mauuais sang. Ilz se saouloient aussi pour se refaire d'herbes sauuages & chapeftres, qu'on máge voluntiers, vsantz d'icelles par vn temps desmesurément: Semblablement de beaucoup d'au-

d'autres cuites, desquelles onques au parauant seulement pour esprouuer n'auoient gousté. * I'ay esté contraint par tout ce liure cy d'appeller par periphrase, n'ayāt propre terme François (herbes bōnes à manger, ou herbes qu'on mange voluntiers) ce que les Grecz en vn mot disent (lachana) par ce, comme ie pense, qu'elles sōt semées en fouyāt la terre: Car (lachaino) en grec signifie fouyr, les latins les ont appellées (olera) parce que nous en vsons le plussouuent en potage qui se fait communément en vn pot de terre, lesquelles Latins ont nommé (olla) & le Gascon (oula) dont ce mot (olus) vient, cōme dit Varro. Or de ces herbes ainsi nōmées en y a qui sont domestiques & semées es iardins, comme Laitues, Borraches, Blettes, Porée: d'autres qui sont champestres & sauuages, lesquelles estant deuenues grandes & seiches seruent de médicament, à raison de leur vertu acre & ve-

TRAICTE

hement, qui est moindre & plus debile
en elles estant encores ieunes & tendres,
à cause de leur humidité, abondante aux
choses qui ne font que venir de naistre:
Laquelle humidité amoindrit & mate
leur force & acrimonie. Au moyen de-
quoy lors on peult manger leur tendron
sans en estre endomagé: mais apres estre
deuenues grandes sont si fortes, si rudes
& espineuses, que mesme les bestes n'en au-
sent manger. De ces herbes icy en y a
de deux especes, l'une est beaucoup pene-
trante, subtile, & amoindrissante les hu-
meurs grosses & espesses, comme le Py-
rethre, Benioin, Seneuë, Ortye, Anys, Fe-
noil & autres: l'autre espece est de moin-
dre & moyenne force, de sorte qu'elle
ne brise ne aussi engrossit les humeurs du
corps, comme sont les laitues des champs
(qui sont espece de Cicorée) la Cicorée
sauuage, la Coudrille, & semblables,
ainsi que Galen dit au commencement du
liure.

liure de la diete attenuante & amaigrif-
sante. Par ce ceulx qui estoient là
presentz ont peu veoir à l'œil la
peau de plusieurs sur la fin de la Pri-
meuere, & de presque tous sur le
commencement de l'esté entachée
de maintes vlcères diuerses en espe-
ce. Car il en y auoit qui ressembloient
à Erysipelas (que le vulgaire appelle
le feu S. Antoine) autres à inflama-
tiōs, autres à Herpes, autres à Dertres,
autres à Grattelles, autres au mal de S.
Ment (q̃ les Grecz nōment Lepre:)
Dont celles la qui yssioient tout doul-
cement & sans douleur, nettoyerent
& purgerent les mauuaises humeurs
des entrailles & plus profondes par-
ties du corps: les autres semblables à
Anthracz, & Loups qui fourdoient
acōpaignées de Fiebures, lōgue espa-
ce de tēps apres ont acablé & occis
les malades, biē peu en sont reschap-

A iiii

pez. Il y eut pareillement fiebures en
grád nombre sans roignes ny vlce-
res, non sans flux de ventre puant
& corrosif, finissant en expressions,
& Disenteries: Puis les vrines poi-
gnantes & puantes bleffoient la ves-
sie de plusieurs. Les dictes fiebures
ont finy en quelques vns par fueurs
& icelles puantes, ou par apostumes
& collectiõ d'humeurs corumpues.
Ceulx qui n'ont eu l'heur d'auoir
quelqu'une de ces choses cy, sõt tre-
stous mortz, l'un avec inflamma-
tion euidente en quelque'une des en-
trailles, l'autre avec grande & felone
fiebure. Or quelques vns, & bié peu
des medecins, qui s'auferent enhar-
dir de saigner les patientz au com-
mècement de la maladie (car à bon
droit ilz doutoient ce faire, par ce
que leur force estoit desia au para-
uant debilitée & amoindrie) n'ont
pas

pas trouué si bon sang qu'on tire-
roit bien d'un corps sain & dehait:
ains estoit plus tost fauve, plus tost
noir, plus tost trop cler & flumati-
que, plus tost picant & poignant: ai-
grissant la veine par ou il ruisseloit
& decouloit, si que à peine on pou-
uoit rafermer & consolider la playe
de la lancete. D'auantaige quelques
vns, mesmemēt ceulx qui y ont lais-
sé la vie, ont enduré grands alteres
& accidentz, qui leur ont causé refue-
ries & tourmentz d'esperit, acostez
& accompagnez de veilles & in-
quietudes, ou bien de somme pro-
fond (que les Grecz nomment cata-
phora.) Pas n'est de merueilles si
lors les malades estoient cheuales &
importunes de diuerses & du tout
contraires maladies, ou accidentz,
consideré qu'ilz estoient differentz
& contraires entre eux, non seule-

A iiii

ment de nature, complexion, ou aage, mais aussi de reigle & precedente maniere de viure: Car les viandes desquelles ilz vsoient durant la famine, estoient de vertu & faculté contraire: A raison que chacun d'eulx empoignoit indifferemmēt & sans eslite tout ce qu'il s'offroit & pouoit trouuer à manger, qui estoit le plus souuent contraire l'un à l'autre. Les uns prenoiēt viâdes aigres, ou acres & picantes, ou salées, ou ameres: Les autres ores d'aspres & austeres, ores astringentes, ores trop refroidissantes, ores trop humectantes & remouissantes, ores de grosse substance, ores gluâtes, ores venimeuses: Bref i'en ay veu mourir plusieurs d'auoir mangé des Champignons, plusieurs d'auoir mangé de la Segue, ou de la plante qu'on appelle Ferule, desquelz bien peu s'en sont sauez. Vn
cha

chacun donc voyant cecy & ententiuement considerant, pouoit facilement iuger que tout ainsi que mille, & mille sortes d'ylceres, & autant de tumeurs & enfleures diuerses se sont emparées de la peau au dehors, comme Inflammations, Erysipelas, Tumeurs endurcies & nœudz (que les Grecz appellent Scirrhus) Apostumes froides: Tout ainsi au dedans, les principales parties des entrailles pouuoient estre preuenues des mesmes indispositions & encombres. Or ceulx la seuls, qui contreuiennēt à la doctrine que Hippocrate a donné des humeurs, errent & faillent grâdemēt, auſantz amener & assigner autre raison & cause des Tumeurs, Enfleures & maladies que les humeurs. Nonobstant que partie d'eux m'ayt ſecretement confesé que ce qu'ilz contredisent à

Galen reprend icy Erasistrate & ses conſors qui diſoient les maladies ne prouenir des humeurs.

Hippo-

Hippocrate & maintiēnent que les humeurs n'ont aucune efficace pour causer maladies, ou tenir en santé, n'estre que par emulation & desir de contention : Neantmoins qu'ilz auoient honte attaignātz defia l'an cinquante cinq de leur aage de se reduire, & condescendre à l'opiniō de Hippocrate, & icelle publiquement approuuēr. Car, disoient ilz, nō seulement noz disciples, mais toutz ceulx qui iusques à maintenant nous ont frequentez, & vſē de nous, en ce se diroiet offencez & deceuz: ioinct qu'ilz estoient prisez & honnorez de plusieurs pour maintenir vraye secte & opiniō : laquelle si publiquement preschoient estre faulſe & erronēe, seroient estimēz plus ignares & indoctes que les autres: Et nul de ceulx qui au parauāt les appelloient & employent à leurs affaires, se soul-

cieroit

cieroit d'eulx, ny les frequenteroit.

Certes il est aisé à pardonner ceux cy sans reprendre ny arguer leur intention, non toutesfois sans nous douloir de leur meschef & infortune: Par ce que deuant qu'ilz peussent iuger de ce qu'ilz apprennoient, sont tumbez entre les mains de tres mauuais precepteurs. Mais ceulx la doiuent estre hays qui pour vne ambition & cupidité de gloire ont esté les premiers inuenteurs des Sectes & faulses opinions. Car ilz n'errent contre leur vouloir, ains de leur propre mouuement s'estudient à tromper & abuser leur prochain, & ceulx qui plus familiarement les frequentēt: Attendu mesmement qu'il n'y a persōne si despourueüe de sens qui ne scache bien quand le sang & humeurs du corps acquierent quelque mauuaise & venimeuse qualite,

lité combien de maulx, perilz, & encombres s'en entrefuyuent.

Ceux donc, cōtre lesquelz i'escry cecy, disent & tiennent estre impossible de mettre differēce entre ceulx qui meurent de poison, & ceulx qui de maladie & indisposition de corps. Pour le moins n'y a homme qui ne voye clairement que l'humour & venin qu'une beste venimeuse nous laisse & empraint en la playe de sa morsure, ne nous cause vne mortification & eslourdissement, ou putrefaction, ou flegmon & inflammation, ou extreme douleur en la partie pointee & vulnerée; Comme aussi le Scorpion expirera

La contrariété ou familiarité qu'une nature a avec l'autre, est cause de sa mort, ou de sa vie.

à l'instant, si quelqu'un en ieun crache sur luy par deux ou trois fois.

Car tout ainsi qu'il y a natures & complexions qui ont conuenence & familiarité ensemble; ainsi mesmes en

ya

y a il de contraires, l'une taschant la corruption & totale ruine de l'autre. A ceste cause nous viuons des viandes & alimēts familiers & propres à nous & nostre nature: les contraires à icelle aspirent à nostre ruine. Mais de cecy auons parlé plus amplement aux liures des facultés naturelles, & medicaments simples. Or pour confirmation de ceste presente dispute il suffira vous faire entendre ce que i'ay veu & obserué au tēps de la famine. Et si voulez croire à moy (qui ne suis semond ny induit à mentir par nulle raison, ains suis marry de ce que plusieurs escriuent choses faulces) ie vous declareray de point en point ce que i'ay cōgneu & aprins en toute ma vie par longue experience, appellāt de ce les Dieux tesmoins.

Mon pere estoit fort sçauāt & ex-

*Histoire des
malades*

TRAICTE

que Galen
a eu en sa
jeunesse.

pert en Geometrie, Architecture,
Logique, Arithmetique, & Astro-
nomie: puis entre les Philosophes le
plus recommandé & admirable en
equité, bonté, & courtoisie: Luy
donc m'ordonna telle diete & rei-
gle de viure en mon enfance, que ie
passay tout ce temps la sans nul mal
ny maladie: Venant sur mon ieune
aage de dixhuit ans, mon pere, par
ce qu'il aymoît fort l'Agriculture &
labourage, se retira aux champs, me
laissant à mes estudes, ausquelles i'e-
stoye si adonné & iour & nuict, que
ie deuançoye tous mes cōpaignōs
& conforis. La saison des fruietz ve-
nue, ie m'oubliay par trop mangeāt
tāt & tant des fruiets qui tātost per-
dēt leur saison, que l'Autonne suiuit
fus surpris de grieve maladie, en sor-
te que ie fus contrainct me faire sai-
gner. Lors mon pere se retirant à la
ville

ville me tafa mallement, me reduisant en memoire la reigle & maniere de viure qu'il m'auoit ordonnée: laquelle de ce pas me recōmanda, & commanda garder & entretenir, en fuyant & deuiant l'incontinence & vie desreiglée de mes compaignōs: Et fit tant par sa diligence que l'an suyuant ie vesquy sobrement & cōtinément en l'vsage desdictz fruietz qui tost passent: Et ainsi ie m'entre-tins sans mal, ny maladie tout cest an la, qui estoit de mon aage le dix-neufiesme. L'an ensuyuant mon pere estant decedé, ie commençay rentrer en mon grand chemin, & manger en abondant desdictz fruietz, avec mes conforsts: de sorte que ie recheus en ceste mesme maladie, & eus affaire de saignée, ny plus ny moins qu'auparauant.

Du

TRAICTE

Du depuys i'ay esté malade ores
chasque année, ores de deux ans l'vn
iusques à l'aage de vingthuit ans. Or
estoye-ie en danger ceste année là
d'auoir quelque apostume au foye,
en l'endroiect ou il se ioinct au dia-
phragme. Parquoy ie deliberay met-
tre ordre de ce pas à ma santé, & ne
manger plus de ces fruitz, excepté
des figues & raisins bien meurs, & a-
uec mesure autrement que par le
passe. I'auoye vn compaignon plus
aagé que moy de deux ans, qui trou-
ua bonne telle maniere de viure, a-
uec lequel ay vescu par lógs ans sans
mal ny maladie: à raison que tous
deux nous estudyons à faire exerci-
ce de corps, à fin de ne tóber en cru-
ditez & indigestions : & tous noz
autres cósorts & amys, qui par mon
conseil se sont adonnez à semblable
exercice & maniere de viure, ont e-
sté,

sté, comme ie voy, de tout poinct
sains, les vns depuis vingt cinq ans,
les autres depuis moins de temps
qu'ilz ont tât cōmandé à soy mesme
de ne manger des fruitz caduques,
& transitoires, ny d'autres viandes
qui engendrent mauuais sang, des-
quelles parlerōs en ce traicté. Ceulx
donc qui ont puissance de faire exer-
cice auant manger, n'ont pas affai-
re de diete si estroictement reiglée
et compasée qu'ilz ne puissent vser
d'autres viandes exquisēs. Au con-
traire ceulx la qui sont distraictz &
occupez en beaucoup d'affaires, nō
seulement fault qu'ilz vsent de cer-
taine et exquisite diete, mais aussi par
foys ont mestier de medicamentz
& remedes salutaires pour entrete-
nir & continuer leur santé. Car il y
a plusieurs gents de tel estat & con-
dition de vie, qu'ilz ne pourroient

B

bonnement se recreer, ny exercer
 auant la refection, ny māger à deüe
 & competente heure, ny bien cuire
 & digerer la viande, pour estre par
 trop occupez: ausquelz est impossi-
 ble d'estre sans maladie, si de foys à
 autre ne se purgent, tantost d'une
 vehemente purgation, & conuenien-
 te flebotomie, tantost de breuua-
 ges prins en temps & lieu, lesquelz
 sont dediez à entretenir la santé.

*Aduertisse-
 mēt de l'or-
 dre & me-
 thode qu'il
 tiendra en
 ce liure.*

I'enseigneray donc vne certaine
 diete pour faire bō sang à ceulx pre-
 mierement qui sont aisez, menantz
 vie libre & tranquille, n'estantz con-
 trainctz d'aller allener ny frequen-
 ter les portes et maisons des riches,
 auant le iour, pour les saluer, ny se
 refroydir maintes foys, apres auoir
 sué, trauaillants en leur vacation:
 ny conduyre quelqu'vng & assister
aux Bains, et Estuues, puis le reme-
ner

ner & acóduire au logis : ny eulx estants baignez, ou estuez vistemét s'en retourner souper.

*Le temps passé les Rommains bien aisez auoient de coustume donner quelque repue franche, ou bien vne piece vaillant dix carolus & demy (qu'ilz appelloient Sportula) à tous. Et chacun de ceulx qui leur venoient faire la court, & dire le bon iour chasque matin: ce que Galen auoit veu estant venu à Rome, du temps de l'Empereur Antonin.

En apres ie reuiendray aux Artizans & gents de mestier, qui viuent en peine & trauail, & leur donneray quelques preceptes pour entretenir leur santé. Et pour mieulx entendre le propos, fauldra se souuenir de ce qu'auons traicté es trois commentaires, qu'ay faictz de la faculté des aliments.

b ii

*Du pain,
fourmentée,
chair de
porceau
& autres
viandes de
bon suc, mais
gluant, &
grossier.*

Les viandes donc qui font bon
sang prinſes generalmente du frou
mēt, ſont les pains faiēt de pure fa-
rine ſans ſon ny ordure, bien appa-
reillez & peſtris, bien cuits en vn
grand four, bien aſaiſonnez et mi-
xtionnez de leuain, et de ſel: Apres leſ
quelz ſont les pains cuiēt dans vn
petit fourneau (leſquelz point n'e-
galent aux autres en bonté.)

La fourmentée eſt de tresbon
ſuc, comme auſſi la chair de pour-
ceau, moyennant qu'elle ſoit bien
cuitte et digerée en l'eſtomach, &
conuertie en bon ſang par le foye:
Vray eſt qu'elle a en ſoy quelque vi-
ſcoſité, qui cauſe obſtruſtiō de foye
et de reins, ſignāment à ceulx la qui
naturellement ont les cōduiēt d'i-
ceulx eſtroiēt et ferrez. A ceſte cau-
ſe ceulx qui trop ſouuēt en vſent, ſen-
tēt auſdictes parties, cōme vne peſā-
teur:

teur: Et aucune fois quelque douleur ^{L'obstruc-}
 est causée d'obstruction & opilation ^{tion de}
 de foye, qui empêche que la viande ^{foye quelq}
 cuite dans l'estomach ne se distri- ^{fois cause}
 bue par toutes les parties du corps,
 & qu'un tas d'humeurs s'arrestent
 aux veines qu'on appelle Meserei-
 ques (c'est à dire intestinales, par ce
 que sont entre les intestins & boy-
 aux) & en la partie creuse & inférie-
 ure du Foye, dont y a danger qu'il
 ne s'en ensuyue quelque flegmon &
 inflammation aux dictes parties, ou
 putrefaction & corruption desdi-
 ctes humeurs. Car il fault necessai-
 rement que des humeurs du corps
 crues & espesses vne de deux choses
 s'en ensuiue, à sçauoir, ou qu'elles
 soyent cuites & conuerties en sang,
 ou que deuiennent & degenerent
 en corruption & pourriture: Tout
 ainsi qu'on voit aduenir aux autres

B iii

choses si par longs iours demeurent
 musées & accrochées en lieu chault
 (& humide.) Au moyen dequoy
 les medecins ont inuenté les medi-
 camentz salutaires pour entretenir
 la santé: la nature desquelz generale-
 ment est de subtilier, briser & ame-
 nuyser. Car leur office est d'ouurir &
 desempescher les conduitz estou-
 peez & ferrez: puis de purger le plus
 gluant & visqueux des humeurs ac-
 crochées & attachées à quelque par-
 tie. Mais si on en vse trop desmesuré-
 mēt, ilz font le sang ores trop subtil
 & aqueux, ores colere, ores melacoli-
 que: par ce que la nature de presque
 tous les medicamentz est non seu-
 lement de rendre subtil & menu ce
 qu'est grossier, mais aussi de trop es-
 chauffer & embraser le corps. Au
 moyen dequoy conuertissent le bō
 sang en mauuais. Apres deseichent
 &

Le danger
 de trop des-
 seicher
 par de me-
 decines.

& gastent l'humidité naturelle des parties charneuses, fermes & solides: Et en deseichant engrossissent si fort les humeurs aux Reins qu'ilz y engendrent la pierre. Que si le corps est doué de tresbonne complexion, qui est tresque temperée, il aura les vaisseaux & cōduictz, par ou les humeurs passent & coulent, amples & larges; Et pourra viure sans estre engregé de maladies, pour estre nay si heureusement, en faisant exercice auant le repas, & principalement ayant largement vsé de viandes grossieres, comme celles cy dessus mentionnées, à sçauoir fourmentée, chair de Porceau, Pain mal cuit au grand four, ou petit, n'estant si bien assaisonné & apareillé qu'auons dit le failloit. ^{Tragus.} Tragus a vne mesme vertu & efficace que la fourmentée, hors mis qu'il n'est de si bonne dige-

B iiii

stion en l'estomach.

*Tragus signifie icy vne sorte de viande, comme nostre orge mondé qui se faisoit d'une espeece de grain qu'ilz appelloient olyre, (qu'est comme ie pense nostre Sarde de Gascrigne,) laquelle on mondoit & escorçoit, puis on la cuisoit en eau, laquelle apres on versoit, remettant en son lieu du vin cuit, ou doux, & des pignolatz, ayant au parauant trempé en eau, comme Galen escript au premier liure de la vertu des aliments, chap. de la Tyse.

La nature aussi des œufz approche fort de ces viandes cy, mais il la fault distinguer & limiter tout ainsi que le lait. Ce que nous ferons cy apres. Or tout ainsi que par cy deuant ie vous ay proiecté, & par maniere de dire grossierement pourtraiet les aliments de bon & ° grossier suc, ensemblement de gluant, ainsi fairay-

ie cy apres de ceux qui tiennent le mylieu: Le mylieu di-ie entre les viandes qui naturellement sont de grosse substâce, & celles qui donnēt peu de nourrissement en menuisant & attenuant les humeurs, desquelles i'ay parlé ailleurs au liure de la Diete amaigrissante: Et d'icelles plusieurs se doibuent plustost appeller mendicamentz que alimentz: Mais celles qui sont de grossiere & gluante humeur, indubitablement nourrissent beaucoup, & font tresbon sang, moyennant qu'elles soyent bien cuites & digerées en l'estomach, & conuerties en sang au foye.

Les viandes de tout poinct bones & saines sont celles qui tiennent le rég du mylieu entre les attenuates et engrossissantes, comme tenāt vne mediocrité entre peu & trop: Au rang desquelles est nombre le fort bon pain

pain, la façon & preparatiō duquel
 ay enseignée plus à plain au liure pre-
 mier de la faculté des alimentz: Puis
 apres toute poulaille tant masse que
 femelle: En apres entre les oyseaux
 les Faifans, Perdrix, Pigeons, Fráco-
 lins, Turterelles, Griues, Tours, Mer-
 les, & tous autres oyfeletz: Dauan-
 tage tous poiffons nageantz & habi-
 tantz pres les rochers (lesquelz les
 Grecz appellent petræi, par ce qu'il
 viuent pres les rochers, & pierres) au
 profond, ou au riuage de la mer, les
 Gouuions, ⁺Murenes, Soles, Merlus,
 & généralement tout poiffon non
 gluant, ny de mauuais gouft, ou o-
 deur, doit estre au nombre des vian-
 des bonnes & tempérées. Mais pour
 declarer leur nature & téperament,
 il faudroit deduire beaucoup de cho-
 ses, desquelles parleray au propos des
 viandes qui font mauuais sang: ores

+qu'au-
 cuns di-
 sent estre
 noz Lam
 proyes.

me

mē fault paracheuer le fil du propos entamé, & y adiouster ce que reste.

Quiconque a pouoir de faire beau coup d'exercice, & de dormir à sou- ^{Quelles gentz peu- uent user de viandes grosses, & gluantes.} hait, estat de vie libre & deliurée de faciēdes & occupatiōs publiques, il pourra manger viādes grossieres & gluātes: moyēnāt qu'apres en auoir pris quātité ne sente quelq pesāteur, ou tentiō et enfleure au costé droit: Au contraire celuy se gardera d'en prendre qui ne pourra faire exerci- ce de corps auant le repas, à cause de l'aage ou de l'acoustumēce. Qui me- ne vie oysie & sans trauail (par quelque occasion que ce soit) se doit abstenir de telles viandes gluātes & grossieres: Et au lieu de grād exerci- ce se pourmenera à pied, ou à che- ual & litiere. Car c'est vn grand mal & dommage pour l'entretene- ^{L'oyssueté est grande mes doma- geable:} ment de santé que la vie oysie:

Tout

*l'exerci-
ce modéré
grandement
profitable.*

Tout ainsi que c'est vn grand bien pour icelle fanté que la vie actiue & d'exercice modéré: De sorte que nul ne sera espris de maladie tenât vie & diete de tout poinct reiglée, deuëment s'ebatant & exercitant, se con- tregardant de cruditez & indige- stions(^a faissant ses necessites, & vui- dant le ventre quand il fauldra.) En oultre prendra garde de faire trop grand & vehemēt exercice, ou mou- uement apres la refection. Car tout ainsi que l'exercice prins auant man- ger est tressalutaire, ainsi est il doma- geable & pernicieux sus la refection. Par ce que la viande se distribue & depart par tout le corps plustost que estre cuite en l'estomach: De la pro- uient qu'vn tas d'humeurs crues & indigestes s'assemblent, s'arrestent & accrochent aux veines: & de ce s'ensuyuent mille maux & mala- dies,

dies, principalement si ces humeurs ne sont rompues, amollies & dissipées par grand labeur et travail de corps: ou bien si ne sont cuites & converties en bon sang, par la vertu & force de la chaleur naturelle du foye & veines.

Le plus seur sera donc de peu, ou point vser de ces viandes & nourriture ^e grossiere & gluante, si on a soing de sa santé, & non d'estre gros & gras comme les luitteurs (^e pour mieux eschapper & escouler des mains de leurs aduersaires.)

Je deduiray donc cy apres le reste de l'histoire qu'encores n'auons touché des viandes grossieres, reprenât de rechef le pain pour mon commencement.

Parquoy tout pain n'estant bien ^{Du Pain.} leué, ny salé, ny pestry et assaisonné, ny bien cuit au four, est de fort grossier

TRAICTE

fier & gluant' humeur: Laquelle humeur grosse & gluante les Suppos de Praxagoras & Philotime appelloiēt collodes (c'est à dire tenente & gluante, comme la colle.)

*Du fourma
ge, & du
laiet.*

Tout fourmage est de grossiere & melancolique nourriture, fors que les fraichement faictz, qui n'engendrēt pas mauuais sang comme font les vieilz: Neantmoins tous fourmaiges ne sont pas si gluants que grossiers, mais quelques vns seulement ont ces deux vices ensemble: A raison de la nature du laiēt dōt ilz sont faictz, qui est moult different, tant à cause des bestes desquelles est prins, q̄ de leur pasturage differēt de lieux, & païs. Pardeça (en Asie la Mineur) tous vsent communément de laiēt de Cheure: En autres contrées prennent cestuy la de Vache, & bien souuēt de Brebis, qui est grossier & melancolique.

lancolique , contraire à celuy d'Anesse, qui ne tient rien de tout cecy. Celuy de Vache est trop gras et chargé de beurre.

Le laiçt de cheure est entre tous tē^{le laiçt de cheure est le plus tē-} peré, attendu qu'il n'est ny trop gras^{le plus tē-} ny trop grossier (ny trop subtil & ^{peré de tous les autres,} fluide:) Et par ce tiēt le mylieu entre tous les autres, considéré ses opérations & effaiçtz en noz corps . Car le laiçt qui est par trop subtil et clair, lasche plus le ventre, & peu nourrit le corps. Le laiçt grossier & espes faiçt le contraire, nourrissant plus, & laschant moins le ventre.

Le laiçt donc est de trois diuerses substances : la premiere est subtile & claire (qui est le laiçt-clair) la seconde espesse et grossiere (qui est le fourmage :) La tierce est grasse & huy-leuse (qui est le beurre.) Lesquelles substances diuerses ne sont pas esgalemēt au laiçt de tous les animaulx :

Ains en celuy d'Asneffes et chame-
les le laiët-clair surpasse les autres
parties: Le fromage en celuy de Bre-
bis: Le beurre en celuy de Vaches,
Mais le laiët de Cheures tient vne
mediocrité entre peu et trop, l'equi-
parant et conferant à cil des autres
animaulx. Que si le voulions ba-
lâcer à parfoÿ, et faire comparaïson
de l'vn à l'autre (¹ comme du laiët
d'vne cheure au laiët d'vne autre)
trouuerons y auoir telle differen-
ce qu'auons predict: Aussi la differen-
ce prinse de l'aage de la beste, de la
pasture, de la saison et partie de l'a-
née, du temps que la beste a faictz
ses petitz est fort grande. Dequoy
ay parlé plus amplement au liure de
la faculté des alimentz. Parquoy me
contenteray ores d'en dire ce brief.
Le laiët de cheure prins sans miel est
dangereux. Car à plusieurs s'est caillé
dans l'e-

dans l'estomach l'ayant prins tout pur. Et quand cecy aduient chose *Di greffion* admirable tant il engrege qu'il suffoque le patient! Mais encores est il plus admirable ce qu'aduient quand le sang s'est caillé au dedans d'une grande & profonde playe, ou en l'estomach, ou dans quelque boyau. Car ceulx à qui telz encombres & accidents aduiennent demeurent coys, toutz esperdus, & refroidis, ayants le poulx bien petit & en mauvais estat. En oultre le sang caillé es playes entache & corrompt les parties voisines, saines & entieres. Or la cause, pourquoy la plus amoureuse, amyable & familiere humeur *Donbte* de nostre corps (qui est le sang) estât refroidie, nous moyène en nous si grād malaise, passion & tourmēt, n'est pas de petite inquisition, ains requiert long temps à la trouuer.

C

Cecy est dit contre Erasistrate et sa secte. Par cecy neantmoins pouons facilement entendre quel effort & puissance ont les qualitez des humeurs corumpues, desquelles quelques medecins tiennent peu ou point de compte, comme de chose qui ne importe, suyuantz l'erreur de ceulx qui premiers ont songé telles resueries.

Il reprent son propos du lait et fromage. Plusieurs donc quand il mangent du lait y meslent du miel, de leau, du sel, affin qu'il ne se caille dans l'estomach.

Le lait prins des que sort du tectin des animaulx qui sont en bon point, engendre bon sang en nous. Mais cil qui est beaucoup cuit nous fait en nous sang gros & espes: mesmement si on cuit ensemble de la farine de froment, ou du mil, ou amydon.

Toute sorte de fromage est de gros-

grossiere substance, les vieux de mauuaise: le recent & fraichement fait est propre pour faire vuyder le ventre, moyennant qu'il soit prins deuant tout' autre viande & avec le miel: Tel (di-ie) est de moins grossiere nature que le vieil, & non pas de mauuaise (comme dit est cy dessus.)

Le lait-clair qui chet & degoutte du caillé, est notamment bon pour faire asseller & vuidier le ventre. *Le lait-clair lache le ventre.*

Le gasteau fait & assaisonné de lait & fromage, est de grosse substance & nourriture, oppilat & estoupant les côduictz, & veines du foye: De mesme que celuy qui est fait de pure farine, de fromage & de lait, en y meslant de ce que les Grecz appellent Lagana, & Rhyemata. D'auantage toute viande qui est faite & appareillée avec le moust, fleur de farine, ou autre de froment, nous

est de tout point mauuais nourrisse-
ment: mesmes ces Lagana & Rhye-
mata, avec toute boulangerie & pa-
stisserie faite de froment, si est sans
leuain, sont de grossiere & espesse

*Declaratio
de Laga-
na, & Rhy-
emata.*

nourriture, principalement s'il y a
du fromage parmy. Ce que nous
disons maintenāt Lagana & Rhye-
mata, noz Antecessours en general
les ont appellé à mō iugemēt * Itria.

* Itrion estoit vne sorte de gasteau
faict, selon aucuns, de pure farine, ou
graine qu'on appelle Sesame, avec du miel
& eau: Autres disent estre ce qu'aul-
cuns Practiciens nomment Vermicelli, par
ce qu'estoient faictz en forme de verms
de farine fort destrempee d'eau, puis cou-
lée & passée par vne poile de fer troucée:
ou bien ilz prenoient de la paste, & la
manioient si long temps qu'elle en deue-
noit fort gluante & obeissante pour en
faire quelque maniere de viande lon-
guette

guette en façon de verms, laquelle ilz faisoient seicher au Soleil, plustost qu'au feu, pour en vser apres à espessir le potage, ou autrement, comme Galen dit icy, en gasteau.

Au surplus les Escargotz font le ^{Des Escar-} sang gros & espes: Les œufz pa-^{gotz & œufz} reillement, si sont si fort cuitz qu'ilz en soyent deuenus durs, sont de grossier suc & espes: Ceulx qu'on frit à la poille acquierent vne mauuaise qualité, si que leur digestion en est fumeuse & puante, corrompant le reste des viandes en l'estomach. Au moyen dequoy ilz sont vne des dangereuses viandes qui soiēt point entre celles de mauuaise digestion, à gentz mesmement qui n'ont bon estomach, mais ceulx qui sont molletz sont meilleurs & de meilleure digestion & nourriture: comme aussi ceulx qui sont cuitz si à propos

qu'on les peult humer : Lesquelz à ceste cause adoulcissent & applanissent le goufier aspre & desrompu, lors mesmement qu'ilz sont si plaisamment cuitz, qu'encores n'ont espessy, ny à peine leur humidité est prinse & amassée.

*Des poissons
qui ont
molle peau
& autres.*

Quant aux animaux aquatiques, les poissons qui ont la chair molle & sans nulle escaille, comme la Tau- te ou Casseron, les Popes ditz quoc- cus, les Seiches & autres de pareille sorte sont trestous de grossiere, ter- restre & gluant' humeur : Comme aussi sont toutz ces gros & grandz poissons, du nombre desquelz est la Thonine : Neantmoins les petites & ieunes Thonines approchent plus de moyenne bonté que les grandes.

*Des poissons
à escaille.*

D'auantaige les huitres, Cornetz, Pourpres (qu'en Prouence appellent Bios

Bios cornetz) & generalemēt tous poissons à dure escaille (lesquelz Aristote à nommēz ostracodermata) engendrent sang fort gros, espes, & melancolique. Aussi font les Chames (que aucūs dient estre noz Moules) les Patelles, Petoncles, Pinnes, & tout autre sorte d'huitres, & coquilles: Entre lesquelles les Pourpres, & Cornetz font de chair plus dure & massiue, & de suc melancolique: Mais la chair des autres coquilles nommément des Huitres, est plus humide, tenante, & gluante. Or il fault noter & entendre que le suc de tous ces poissons à escaille, a vertu de faire vider le ventre, tout ainsi que le lait-clair: Mais leur chair, & partie massiue est grossiere, & dure à digerer, causant en nous quantité d'humeurs terrestres & melanco-

C iiii

liques ; ce qu'aussi font les Chous, Lentilles, & plusieurs autres viâdes, lesquelles neantmoins ne egalent en ce ceux cy. Ce que nous auons amplement traicté aux trois liures de la vertu des alimentz. Parquoy tout le demeurant des poissons que disions estre de grosse substance, sont de nature visceuse & gluante, fors quelques vns à escaille.

*Des chous,
& Lentil-
les.*

Les Chous, & Lentilles n'ont pas telle nature gluante, mais l'ont nitreuse & salée, propre à desuoyer le ventre.

*De la Ser-
pentine.*

La Serpentine, autrement appelée Colobrine, est de nature acre, forte, & amere.

De Aron.

La plante nommée Aron, autrement pied de Veau, a ces deux facultez mesmes, toutesfois plus * imbecilles.

* En ce pais les a plus fortes de beaucoup.

*Des Escha-
lotes.*

Les Eschalotes sont d'un goust a-

spre

spre, & amer: si elles sont lauées & cuites en plusieurs eaux, ce que restera du corps sera dur, gros, & melancolique.

Les Champignons sont sur toutes ces viâdes froitz, gluantz, grossiers, & melancoliques en toute extrémité, entre lesquels neantmoins on ne scait que les Boletz (que i'estime estre noz Mouscerons, ou ces potirons qui croissent aux prés) ayent iamais fait mourir personne quelconque: Vray est que n'estant bien cuitz & digerez en l'estomach, ont donné la Colique à maintz personages: mais d'auoir mágé des autres, beaucoup en ont esté fort malades d'une suffocatiõ d'haleine, ou flux de ventre, ou colique.

Les Truffes sont de substance vn peu grossiere, non pas fort dange-
reuse.

L'A-

De l'amy-
dō & noix
de pin.

L'Amydon pareillemēt est de plus
espeſſe nature & groſſe, non pas
mauuaife.

De meſme faculté eſt la noix de
pin, laquelle pluſieurs appellēt ſtro
bilon (en Grec.) * L'ancienne verſion, &
ce que Galen dit au xxvij. chapitre du ſe-
cond liure des alimentz, m'ont induit à
corriger ce paſſage icy, & au lieu de (hi
palei, c'eſt à dire, anciens) y lire (pleiſti,
ceſt à dire pluſieurs.)

Du foye,
Reins &
teſticules.

Le foye, les Reins, les Teſticules
ſont au reng des viandes qui ſont le
ſang gros & eſpes: Mais le foye n'eſt
pas de mauuais ſang: les reins, & te-
ſticules peu ou point ſont de bon
ſuc: Excepté les Teſticules des pollets
engreſſés: comme auſſi ce foye-la
eſt bon qui eſt prins d'un pourceau
nourry de figues ſeiches, au moyen
dequoy on l'appelle en Grec Sycotō
(c'eſt à dire qui eſt prins d'un pour-
ceau

ceau entretenu de figues.)

Combien que la rate des autres a- ^{De la Rate}
nimaulx soit d'affes mauuais suc, ne-
antmoins celle de porc l'est moins.

Le cueur est de substance plus du- ^{Du cœur}
re, ferme, & nerueuse, ayant plus de
fibres & filamentz que les autres
entrailles principales. Car la substan-
ce interieure des vaisseaux qui sont
aux autres entrailles (^a comme au
foye & rate) est semblable à vn sang
caillé: mais au cœur il y a multitude
de ces filamentz lōgs & ferréz, tout
ainsi qu'on voit aux Muscles, entour
desquelz filamentz la chair s'est cail-
lée, vnée & amassée: Parquoy on le
met au nombre des Muscles & par-
ties charnues du corps, desquelles fa-
corpulēce, espesseur & grādeur pro-
vient & consiste, aussi fait il ce qu'on
nomme proprement chair, qui est
mangée aux Sainctz Sacrifices &
obla-

oblations des bestes.

*Des Mus-
cles lesqz
dit auoir
teste, queue
& ventre.*

Le commencement, qu'on nom-
me pareillemēt teste des muscles, est
quelque peu nerueux & dur, par ce
qu'il est fait des ligamentz qui ys-
sent des os: Les tendrons & cordes
nerueuses prouiennent de la fin &
queue des muscles; A ceste cause ilz
sont de substance dure & nerueuse,
tant à la queue que à la teste: le my-
lieu d'eux est de tout poinct charnu,
nourrissant beaucoup, & est appel-
lé chair, ayant neantmoins en soy
des ligamentz, cordes, & nerfs mes-
léz, & si tresfort desliéz qu'on ne les
scauroit voir. Attendu donc qu'ilz
ont au parauant commencé d'appel-
ler & ainsi nommer ceste partie du
mylieu Chair, à bon droit leur sem-
ble auoir appelé la queue, & teste,
Muscle. Mais c'est autrement, car le
Muscle est tout ce qu'on voit distin-
gué

gué & séparé des autres parties par certains limites, comme par traictz de ligues. A ceste cause il faict tel mouuement qu'on veult: Car tel mouuement est ainsi appelé volontaire, pour mettre difference entre luy, & le naturel, qui pas n'est volontaire. ^{Difference de mouuement naturel, & volontaire.} ^{par ce qu'il se faict sans nostre vouloir, comme on peult voir en vn dormant, qui neantmoins a mouuement de cœur.} Les parties donc des muscles sont en telle difference qu'auôs dit.

Es parties extremes des animaux ^{Des parties extremes.} a peu de chair, & assez d'os, & de nerfz: Non qu'il y ayt beaucoup de ce nerf la qui fait & cause le mouuement volontaire, ^{car il est bien petit & delié en ces endroictz la:} mais plustost du ligament que les Grecz anciens ont nommé Tenonda, (& les Latins Tendonem, nous, n'ayant autre terme l'appellerons Tendon, ou corde

corde (selon le vulgaire) & les modernes medecins le nomment Aponeurosin, (^a cōme si on disoit extremité, ou deriuatiō de nerf.) Ces parties icy extremes, estant cuites, sont de suc assez gluant & tenāt: parquoy le nourrissēment, qu'elles nous donnent, sera de mesme.

*Du Groin
& museau
des ani-
maux.*

Les parties qui sont pres du groin & museau des animaulx à quatre piedz, sont de pareille et semblable nature: car elles engēdrēt suc gluāt, non gros ny espéz: Ce que leur cuisson monstre & descouure: car elle les rend enflēz et bousiez, sont neātmoins de bonne digestion. Ausy

Des ailes.

sont les ailes des volailles, par mesme raison que le corps des bestes qui font exercice: Au moyen dequoy n'engendrent pas excrementz, ny sūperfluitēz et ordures, cōme font celles qui viuent en oyfueté.

La

La peau de pourceau bien cuite, ^{De la peau de pourceau} ores que soit gluante & grosse, toutefois n'est pas de trop grosse substance, ne aussi de telle, ains beaucoup pire que les extremitez, engédrant en nous fort grandes superfluitez & ordures.

La ceruelle partie de l'animal, est ^{De la ceruelle.} aussi de grosse & espesse substance, & la moile de l'eschine avec.

Mais les Glandes tiennent en ce ^{Des glandes & testicules.} quelque mediocrité, cōme aussi les Testicules des ieunes bestes sacrifiées aux Dieux. ^{Plin} Plin dit que les Cochons n'estoiēt purs & netz pour estre sacrifiez aux Dieux, iusques au cinquiesme iour de leur naissance: Les aigneaulx au huitiesme: les Toreaux au trentiesme, qu'est vn temps auquel ces bestes n'ont encores esté en chaleur, & par ce leurs testicules sont encores bons. Car il cōuient faire vn ^{Preceptes generaux des parties & membres de tous les animaux.} memoire en general, de toutes les parties & membres des animaux.

TRAICTE

Les parties des bestes desia vieilles & aagées sont dures, seiches & mal aisees à digerer: celles des ieunes sont moytes, mollettes, tendres, & par ce aisees à digerer, hormis celles qui ne font que sortir du vêtre de leur mere: car leur chair est par trop baueuse & humide, signammēt celle de ces bestes la, qui sont de nature fort humide, comme sont les aigneaulx, & porceaux: Les cheureaulx, et veaux, par ce qu'ilz sont bestes de cōplexiō & temperature* seiche et melancolique, ont la chair de meilleure digestion & nourriture, * *elles estant ieunes, car lors leur chair n'est encores seiche, ny melancolique.*

De la langue.

Or tout ainsi que les Testicules, & Glandes sont semblables en temperature, ainsi mesme est la Lāgue, qui est de sa nature rare & glanduleuse.

Les

Les Glandes qui sont aux marmelles, ^{Des tettins} ayāt en soy du lait, s'appellent (en Grec) outhata, (c'est à dire tettins,) & sont de gros suc & humeur, toutesfois ilz nourrissent beaucoup, & feront en nous bon sang, si la beste, de laquelle on les prend, est en bon point. Ce que doit estre par tout entendu, ^{Precepte cy apres repe- te.} & tenu en memoire: Car c'est vng precepte general de toutes viandes.

Les medecins tous d'vng accord ^{Du lait.} ont escrit que le lait engendroit bon suc: Aumoyen dequoy maintz en y a qui estiment que luy seul peult remedier & guarir à ceulx qui ont ulcerēz les poulmōs (lesquelz on appelle Phthifiques) pourueu q' l'ulcerē ne soit pas fort grāde, ny endurcie.

On prefere le lait des fēmes, à tout ^{Du lait de femme.} autre pour ces affectiōs phthifiques: à raison de la conuenance & familiarité qu'il a avec nostre nature, &

D

substance: Et principalement Euryphon, & Herodote sur tous les autres medecins tiennēt ledict lait estre plus sain & salutaire, si ceulx qui sont engregés de telle maladie le succēt de la mamelle, mesme cōme vn petit enfant: Par ce qu'il perd fa bōté quand il decoule & ruissele du tectin (si on le tire autrement.) Il est dōc tout certain q̄ le lait est vne viā de la meilleure, & de meilleur suc q̄ les medecins, principalemēt cy dessus ditz, & autres ont sceu choisir.

Aduertissement & precepte general.

Or il est besoing remettre en memoire ce que generalemēt auōs dit, nō de ceste viāde seulemēt, mais aussi de toutes autres: A scauoir que le lait des animaulx gras & en bon poinct est plaisammēt bon, & de bō suc: Celuy qui est pris des animaulx fort maigres ne pourroit estre que mauuais, tout ainsi que leur sang.

Car

Car n'est possible que le lait face bon sang s'il est prins d'animat chargé de mauuaises humeurs. Parce le lait des animas bien dehaitz & dispositz, est, come j'ay dict, de tresbon suc & nourriture: come aussi sont les glandes des Tettins, qui ont du lait en foy, & autres qui n'en ont si on les prend de bestes saines, & en bon point: Pareillemēt le foye, & testicules sont de tel suc que leurs bestes. Car s'ilz sont prins de bestes en mauuais point, ne scauroient engedrer en nous bon sang: nō plus que prins des bestes vieilles qui oncques ne furent de bon suc. Mais toute beste de lait, tétant de mere ayant bon sang, a le foye de bon suc, & ses autres parties aussi.

*De la
chair de
lait.*

Cy apres nous dirons quelles humeurs les autres parties d'animaulx engendrent. Il est maintenāt raison-

*Il reprēd le
propre des
viandes
grosses.*

D ii

nable de paracheuer le propos entamé des viandes de gros suc & espes. Les quelles, attēdu que biē peu nous en restent, briefuement discourray: Puis apres ayāt deduit & determiné quelles d'entre elles font bōnes, quel les mauuaises, passeray aux autres. Car le proffit & vsage de ce present traicté aspire à sçauoir eslire et choisir les viandes qui font bon sang, en abhorrant et fuyāt celles qui le font mauuais. Veu donc que les viandes de grosse & espesse substance, cōme nous auons proparlé au commencement de ce liure, empeschēt la trāspiration, & rafraichissement de nostre corps, en estoupant les pores & conduictz d'iceluy, du foye, des reins, ie conseille de ce pas de n'en vser continuellement: cōbien qu'elles soiēt de bon suc. Mais du tout se faut abstenir de ces viādes la qui eng-

gen-

gendrent mauuais sang, ores fussent
elles subtiles, ou grosses & espesses:ia
çoit qu'il se peut faire, comme nous
auons dit, que ceulx qui font vehe-
ment exercice, n'ayant les entrailles
mal formées & composées de natu-
re, pourront vser de ces viades gros-
ses & espesses, sans leur en aduenir
mal ny dommage, les autres point.

Les deux especes de Glan, à sca-
uoir celle de chefne, & celle de Pal-
me, (laquelle & son fruit aussi les
Grecz appellent Phœnicas) sont de
suc grôs & espes.

*Des Glâds.
Balanos en
grece. Glan
en François
signifie en
grece tout
fruit.*

Entre les fruietz des chefnes les cha-
staignes sont les plus doulces & plai-
santes à l'homme:lesquelles tât ceulx
qui sont aux villes qu'ailleurs en A-
sie surnomment Sardianes, & Leu-
cenes, à raison des lieux ou elles pro-
uiennēt: on scait assez parquoy sont
appellées Sardianes, mais les Leuce-

*Des cha-
staignes.
Dris, cest à
dire chef-
ne, signifie
en Grec
toute sorte
d'arbre, &
par ce il est
mis icy car
pour le cha-
staignier q
pour le
chefne.*

D iii

nes ont prins leur nom de ie ne scay
 quel lieu de la môtaigne de Ide, qui
 est ainsi nommé en pluralité (com-
 me s'il en y auoit plusieurs) tout ain-
 si que Thebæ. On menge commu-
 nement toutes ces especes & gères de
 glands, tantost crus, tantost rostis, tan-
 tost boullis: Voire mais ceulx qui
 sont longuetz, & semblables aux da-
 ctes, plustost sont pasture & viande
 de pourceau que d'homme, * fors que
 en extreme necessité, cōme aduient
 quelques fois au téps de disette. Les
 glandz du cheſne nommé Ilex (en
 Prouence Xeuſe) sont durs, astring-
 gentz, aspres, & austeres. A ceste cau-
 se sont mal plaisantz, voire & les fit
 on boullir: par ce sont mal aiséz à
 digerer, & font en nous gros suc &
 espes, au moyē de quoy s'en faut ab-
 ſtenir. * En quelques endroiētz d'Espai-
 gne, et Portugal on mēge de ceux cy, tout
 ainsi

ainsi que de noz Chastaignes, & les appellent, comme il m'a esté dit, Belotes.

Or il est certain que le suc austere, & le suc acerbe, (ou aspre) sont quelques especes & differences de plus & moins du suc astringant & reserrant. Car les choses austeres & rudes sont moins astringentes: Les acerbes & aspres, pl⁹. Parquoy d'autant que ces glands d'Hex sont plus aspres & reserrantz que les autres, d'autant les autres reserrent plus que les Chastaignes, lesquelles peu ou point sont reserrantes, combien que soient au nombre des viandes grosses & espesses, comme les glands: neantmoins sont de meilleure & plus aisée digestion, & pas ne sont de suc mauuais ny vitieux, n'aussi reserrent si fort le ventre. Toutesfois se fault garder d'en manger par trop, non seulement

*Difference
d'acerbe et
austere.*

D iiii

par ce qu'elles sont de grosse substance, comme beaucoup d'autres viandes cy dessus mentionnées, mais parce que sont mal aisées à digerer: puis referrent le ventre & font en nous ventosités.

Des dactes. Les Dactes (autrement surnommées en Grec phœnices, de mesme que le palme) sont de suc doux, amiable, & reserrant. Quelques nouveaux medecis les ont appellées par nom composé Phœnicobalanos, ce que n'estoit en vſage au temps de noz Grecz anciens. Car ilz appelloient ces fruitz icy Phœnicon Balanous (c'est à dire glandz & fruitz de Palme) non pas Phœnicas, ou Phœnicobalanous. Mais ce n'est pas icy que i'ay proposé determiner de la difference des noms & appellations des choses: C'est à faire à gentz qui ont plus grand loysir, & non pas

pas encores à toutz ceulx la, mais si-
gnamment à ceux qui ont estudié,
& aprins le vieil, & disert langage
des Grecz Attiques. Or, combien
que tout homme ayt affaire de fan-
té, neantmoins par ce tous ne peu-
uent pas yser de diete, ou à cause de
leur incontinence & vie desreiglée,
ou à cause des occupations, ou bien
n'entendant ce qu'est mestier de fai-
re: Nous auons entrepris ce liure
cy tant seulement pour ceux qui peu-
uent congnoistre la maniere & rei-
gle d'entretenir la santé, & qui par
icelle se veulent regir & gouverner.

*Pour quel-
les gens ce
liure a esté
fait.*

La chasteigne, les Glands d'Yeuise
& chefne ne sont pas fruitz gran-
dement differentz entre eux, confi-
deré l'arbre de chacun aparsoy: mais
si sont bien les Dactes entre elles.

Car si quelqu'un fait comparaison
de la Dacte d'Egypte (^a qu'aucuns
dient

dient estre vne espece de noz Myrobalás) qui est dure, seiche, austere & rude, avec celle qu'on nomme (en grec) pateton (comme si on disoit tapye & foulée) qui est fort douce, & quelque peu reserrée, luysemblerot estre de nature diuerse & contraire.

Aduertissement des viandes grossieres & douces ensemble.

Il en y a d'autres, qui sont entre celles cy, ores plus, ores moins aspres, & douces. Leur suc est gros & espes, causant facilement oppilations de foye: Ce qu'est à noter es viandes grosses, & ensemble douces, comment leur suc fait obstruction & oppilatio de foye, & rate: Puis, si aux entrailles a quelque petit commencement d'Inflammation, elles l'augmentēt & embrasent dauantaige: apres sont cause d'inflammations, vétositez, & duretez, & Apostumes.

Mais cecy d'auenture est trop for-
uoyer

uoyer de la diete salutaire, qui est v-
ne partie du present liure. Parquoy
retournons à nostre propos, en y ad-
ioustant ces viâdes-la qui font gros
suc, ou^e gluant: Aucuns lisent icy (&
doux) & mesme nostre Grec: mais
ne conuient si bien à ce que s'ensuit
que l'autre (desquelles en y a qui tant
seulement font de suc gros & espes, cō-
me les lentilles: D'autres de gluât &
tenât, cōme la Maulue: Autres qui tiē-
nent des deux, cōme le poisson sans
escaille, & à escaille, que Aristote nō-
me ostracodermata (* comme sont
les huières.

Nostre plus propre nourriture
est celle qui prouient des viandes
quine sont ny grosses, ny gluantes:
desquelles s'engédre vn bō sang de
moyenne consistance: Mais le nour-
rissement prouenât des viâdes sub-
tiles & extenuâtes est mauuais, dau-
tant

*La marque
des bonnes
viandes.*

tant que le corps n'estant gueres sustenté, ny nourry d'icelles devient gresse, & imbecille. Parquoy les viandes de moyenne nature entre celles qu'auons dit n'estre par trop tenantes ny gluantes, sont au reng des meilleures & plus recommandées pour la santé. Mais aussi, celles qui se brisent trop ligierement, n'ayant que bien peu d'humidité & moytissure tenante & naturelle, sont dangereuses. Car il est aduis aux gentz qui mengent du pain de Panis, ou Mil, auoir en leur bouche des cendres ou sablon: A ceste cause quand on en faict vn Etnos, ou bien vn Lecythos (* qui sont noms de boullie) il y conuient mesler quelque gresse, ou autre chose gluante. Quand donc les gentz des champs mengent de ces viandes, ilz y mettét de la gresse de pour-
ceau

ceau, ou de cheure, ou de l'huyle,
ou bien quelque laiçt de Brebis, ou
de Vache.

Ce que nous appellons icy Etnos, ^{Etnos; &}
se faiçt de tout legume caſſe, & froiſ ^{Lecythos}
ſe: deſquelz moulus qu'ilz ſoyent, ^{dequoy ſe}
& mis en farine, ſe faiçt le Lecythos, ^{font.}
en cuyſant le tout avec eau & quel-
que greſſe.

Il y a quelque ſorte d'alimentz, leſ-
quelz conſideré à par ſoy auant que
les appreſter, comme boullir, roſtir,
fricaffer, tremper en eau, apparoi-
ſtront de ſoy terreſtres & durs: La
ou ſi ſont boullis, ou mis en infuſion
& trempez en eau, deuiendrôt mol-
letz & tendres: comme par exem-
ple l'orge, & froument entre les e-
ſpeces de bled: Les pignolatz ou
pomme de Pin entre les fruiçts d'ar-
bres. A cauſe dequoy nous conuiët
eſtre ſoigneuſement attentifz, non
ſeu-

seulement en marches & païs estranges, mais aux nostres mesme, de faire la prouue & experience auât que menger de ce que n'aurons acoustumé, le faisant tremper en eau premierement, & plustost que le boullir ou rostir. Car entre toutes les semences, graines, & fruitz quelconques, ceulx qui s'enflét & engrossissent delaisâtz leur vieille dureté, & seicheresse, deuenantz molz & moites, sont en bôté les plus recommandez: Au contraire ceulx qui retiennent leur dureté acoustumée, & peu ou point engrossisét, sont les pires pour estre de difficile digestiô, de terrestre & melancolique substance, ayâts besoing de faculté & force de corps robuste & puissante, qui les cuise & digere dans l'estomach, & les puisse conuertir en bon sang au foye & veines: A quoy les corps imbecil-
les

les ne peuuent fournir, qui est cause d'un tas d'humeurs crues, & d'indigestions, dont plusieurs & diuerses maladies sont causées. Or par ce qu'en chascune espece de fruitz a grand diuersité, ie vous prie y vouloir entendre, & apprendre par vne certaine experience de quelle nature ilz sont, en les faisant tremper ou perboulir lors qu'il vous en faudra manger. Par ce donc mon pere estant fort studieux & curieux de ces choses cy, il experimentoit la bonté des Amendes, des Noix, & Noisettes, des Glands & Chastaignes, semblablement des Febues, Pois, Gesses, Erueilles, Lupins, Orches, & Doliches (qui sont noz Fascoles, ou ce que en aucuns endroits de France nóment Pois-ferrez, en quelque partie de Gascoigne les appellent mongetes) quelques

ques vns disent estre les Erueilles
les faizantz ores tremper en eau, ores
perbouillir pour cognoistre leur
bonté seló qu'ilz se feront enfléz &
remplis.

De l'Orge.

Quand est de l'orge n'est ia be-
soing d'en parler: car mesme les en-
fantz congnoissent que cil, qui sou-
dain qu'est mis dans l'eau s'enfle, est
le meilleur, cil qui bien peu, en tré-
pant neantmoins long temps, est le
pire: Car le premier se fond & at-
tendrit deuenant comme crespme:
Le secód à peine se fond, ains retient
sa duresse, rendant bien peu de cresp-
me & suc.

Il y a quelques semences qui peu
ou point engrossissent en cuyfant:
A ceste cause quelques medecins
Grecz du temps passé les ont appel-
lées Ateramna (c'est à dire Estaim-
mes & difficiles à cuire.) Mon pere
donc

donc faisoit l'experience ainsi que ^{La merque} dit est, voire & du bled, & par la ^{du bled.} faison aussi, & abondance de farine: par ce que celuy qui en rend le plus, est le meilleur: celuy qui moins le pire.

Pas ne fault estimer que ce que ie dy ores icy, soit hors de propos: Car ce sont de maximes & preceptes generaulx seruantz à tout grains, semences, fruietz qu'on met en reserve pour en vser: lesquels par lōgs iours ont esté examinéz, & par longue experience approuvéz & emologuéz par mon pere & moy.

Il appert manifestement que i'entens ces fruietz-la se pouoir conser- ^{Quelz} uer, lesquels auant que se moisir, ou ^{fruietz sōt} pourrir, se deseichent aisément: Ce ^{de reserve} que tous ne peuuēt pas porter, comme les Meures, Pompons, Melons, Presses, Pesches, & seblables, à cause

E

qu'ilz sont preuenus de pourriture
plustost que deuenir secz & arides.

*Aulcuns li
sent icy (les
Potirons) no
stre grec
(tasalias)
cest à dire.
(les ven-
tres) qui est
tresmal co-
uenant à la
sentence.*

Plusieurs neantmoins tronsent, &
coupēt les courges en menues pie-
ces, & apres les font seicher : D'au-
tres les potirons, lesquelz monstrent
grand signal de prauité, & malice
s'ilz ne peuvent seicher & fletrir.

Voire mais qu'est il besoïn de parler
des prunes, attendu que toutes gēz
scauent que elles se gardent, nō seu-
lemēt en Damast & Espaigne, mais
aussi en nostre pais? Parquoy bien
peu de fruitz trouuera-on qui ne se
puissēt seicher & garder, fors que, cō-
me dit est, les Pōpons, Melōs, Abri-
cotz, pesches, & auant pesches, que
les latins ont appellé Præcocia. Les
figues semblablement deseichées sont
de durée. Les concōbres semblable-
ment se gardent tout ainsi que les
courges. Toutes ces choses icy qui
font

sont reſeruées pour en vſer l'hyuer,
doient eſtre examinées de la meſ-
me façon que cy deſſus auons dit.
Car ces choſes-la qui dans l'eau
cuytes, ou non cuytes, bien toſt ſ'a-
molliffent & ramoitiſſent, ſont les
plus ſaines & meilleures de leur ſor-
te: Celles-la ſont les pires qui peu
ou point ſ'engroſſiſſent, en trem-
pant neantmoins long temps. Il
faut donc entendre & noter que les
viandes qui deuiennent incontinent
groſſes & enflées, ſont les plus recô-
mandées en bonté, non ſeulement
pour la digeſtion, mais auſſi pour
engendrer bon ſang: A raiſon de
quoy tout ce preſent Traicté eſt
mis en auant. Car les viandes qui
ſoudainement ſ'enflent & engroſ-
ſiſſent, ſont naturellement fort bon-
nes: Par ce qu'elles ſe digerēt mieux,
& engendrent meilleur ſang.

E ii

*Trois diges-
tions.*

*Comme on
est nourry.*

Car nulle viande fait meilleur sang
que celle qui est bien cuite & dige-
rée en l'estomach: à raison que telle
viande est par apres mieux digérée
à la seconde, & tierce digestion. Or
vous sçavez que la seconde digestiō
se fait au foye & veines: la tierce en
chascune partie nourrie & alimētée,
à cause de laquelle auōs besoing des
deux premières. Car toutes choses
viuātes sont nourries & entretenues
d'un aliment changé en qualité, &
faict semblable à la nature & sub-
stance des choses nourries: Or les
viandes qui sont préparées & cuites,
se changent plus aisément en sang
& substāce, que celles qui sont crues
& non apprestées. Car les conco-
ctions & digestions s'entresuyuent,
& l'une succede à l'autre: Celle du
foye succede à celle qui se faict en l'e-
stomach: Et celle des parties qui se
nour-

nourrissent, succede à celle du foye. Parquoy donc le foye cuyt & ap-
preste les viâdes pour toutes les par-
ties du corps : l'estomach pour le
foye : la bouche pour l'estomach :
pour la bouche tâtost le boullir, tan-
tost le rostir, ou frire, ou seulement
tréper : Et nature maistresse & nour-
rissiere de toutes ces choses-la, pro-
duit plantes pour nous apporter
fruits : De sorte qu'elle nous donne
maintes choses qui n'ont affaire d'e-
stre ny boullies, ny rosties, ny trem-
pées, ny autrement préparées. Il nous
faut donc souuenir de ces preceptes
cy en general : Car ilz sont commus
à toutes choses bonnes à manger.
Ores nous viendrons toucher les
choses particulieres qu'auôs omises
& delaisées, comme sont entre les
parties des animaulx, les intestins, le
ventre, la marris, les oreilles, les

E iii

yeulx, les queuës: Puis maintes femences, maintes herbes qu'on mange volontiers, maintz fruitz qui tant tost passent.

*Du Gifier,
matrice et
intestins.*

Le ventre donc & Gifier, la matrice, les intestins sont de substance plus dure que la chair: Et tant plus qu'ilz sont de dure substance & seiche, d'autant sont ilz de difficile & mal aisee digestion: & de plus mauvais suc & moindre nourriture que la chair.

*Des queuës
& colz.*

Les queuës surpassent les autres parties en dureté: au reste quant à la digestio, & nourrissement, elles sont proportionnées & mesurées à leur dureté, fors que n'ont si grand quantité de superfluités que les autres membres, à raison de leur mouuement.

Les cols des volailles sont pareilz & semblables au queuës.

*Du ventre
des Animaux.*

Le ventre des animaux à quatre pieds,

pieds, & le Gifier des volailles sont fort differentz: Car le ventre des animaux est gros, dur, & malaisé à digerer: les Gifiers moyennât qu'ilz soient bien cuitz & digerez, sont de grand nourrissement, principalement ceux de pouaille & d'oye: mais le *De l'oye.* demeurât de l'oye, fors que les ailes, est dur, de mal aysee digestio, & chargée de superfluites & ordures.

Les parties & membres des *De l'Au-*
fruche. Austruques sont dures & massives, chargées de superfluites & mallement difficiles à digerer.

La membrane & cartillage des *Des Oreil-*
les. oreilles peu ou point nourrit pour estre vn corps sec: leur peau exterieure est maigre, extenuée, seiche, peu nourrissante, & mal aysee à digerer.

Peu de gentz y a qui mangent les *Des yeulx.*
 yeulx, par ce qu'ilz sont de plusieurs

E *iii*

TRAICTE

& diuerses substāces: Car leur tunique & mēbrane est d'une substance, leurs muscles & chair est d'une autre, d'une autre leurs humeurs nommées Crystalloides, & hyaloides (par ce que ressemblent au crystal & voirre fondu:) D'entre toutes ces parties n'en y a que les muscles & chair qui soyent de bonne digestion.

*Des pourceaux.
Aucuns en-
sistent ce
y autre-
ment.*

Les pourceaux de moyen aage sont estiméz plus que pas vn des animaux qui ont propre & conuenante nature pour engendrer bon sang: Car ceulx qui desia ont atteint le plus haut de leur aage, sont propres pour gentz d'aage fleurissant, & faisantz exercice: Ceulx qui encores croissent, sont nourriture propre & conuenante pour gens d'aage declinant.

Plin dit que les Pourceaux viuent quinze, ou vingt ans: aucuns croyent que leur
moyen

moyen aage & meilleur pour les menger,
est lors qu'ilz ont vn an. La chair des
cochons fort ieunes & petitiz est plei
ne d'excrementz & superfluitez
(celle des vieux pourceaux est mau
uaise, à cause de sa durescé & siccité.)

La chair de porc donc est recomma
dée en bonté, plus que celle des au
tres animaulx à quatre piedz: Secon
dement celle de cheureaux: puis a
pres celle des veaux.

La chair d'Aigneau est moite,
gluante, & baueuse: ie conseille de
ce pas à toutz & chascun qui aura
soing d'auoir bõ sang, & entretenir
son corps en bõ poinct, s'abstenir &
garder de la chair de tous autres a
nimaulx à quatre piedz: La dif
ference & diuersité desquelz se
lon leur espees, a esté dicté au tiers
liure de la faculté des alimentz.

L'orgemondé

Des co
chons.

Quelles
chairs sont
les meilleu
res princes
des Ani
maux à
quatre
pieds.

De la
chair d'Ai
gneau.

De l'orge-
mondé.

L'orgemondé deüement cuit, est
vne viande pour faire bon sang des
plus recommandées qui se facent
point de grain quelconque, posé
que l'orge soit tresbon: Car s'il n'est
tel, onques ne pourra bien cuire, &
trempant en eau, peu ou point s'en-
flera, ny fondra en cressme. Mais de
l'orgemondé nous en auons plus
amplement & assés de foys parlé
aux liures de la vertu & faculté des
alimentz, en la methode de guairir,
& aux commentaires sur le liure de
Hippocrates de la reigle de viure en
maladies agues. Il suffira ores pour
la matiere presente en faire ce brief
discours: à scauoir que l'orge mon-
dé bien appareillé, & assaisonné est
vne viande sans nuysance, ny re-
proche, tant pour engendrer bon
sang, que pour entretenir la santé:
neantmoins il est de moindre nour

ri-

riture que le bon pain, duquel auōs
parlé au premier liure des facultez
des alimentz.

Le Senegré ne faict pas bon sang ^{Du Senegré.}
si on en prent largement, Mais si
faict bien l'orgemondé: & combien
qu'on s'en faoule tous les iours, par-
ce neantmoins on ne nuyt à son bō
sang, ny à l'en bon poinct. l'en di-
roye autāt des febues si elles ne fai- ^{Des febues.}
soint ventz: Car pas ne sont de mau-

uais suc, & ne causent oppilations,
qui est l'enclauē & principal poinct
qu'il faille noter en matiere de vian-
des saines: D'auantage elles sont de
faculté & vertu abstersiue & net-
toyante, voire & autant que l'orge.

Les pois ont cela de bon qu'ilz ^{Des pois.}
n'engendrent pas ventositez, mais
peu ou poinct nettoient au regard
des febues.

Tou

De la Lentille.

Touchant la Lentille tout chacun scait qu'elle est de mauuais suc, & melancolique: de laquelle Lentille nous vsons maintesfois en plusieurs maladies comme de medicament: mais ce n'est pas icy qu'il fault parler des medicamentz.

Les Erueilles ou Faseoles sont pires que ce qu'auons cy dessus dit, neantmoins sont meilleures que les Gesles.

*De l'Olyue
& bled ba
sard.*

Après l'orge il fault réger en bôté le bled bastard (qu'aucuns disent estre l'Espeuere, ou ce qu'en quelque partie de Gascoigne nomét Sarde)

*Du Panis,
& Millet.*

puis le Segle: Mais se fault du tout abstenir du Panis, qu'aucuns des Grecz anciens ont surnommé Meline (en quelques endroitz de Gascoigne l'appellent Mosene.

Le millet est semblable au Panis, toutesfois n'est si dangereux.

Les

Les pois ciches (en Gascoigne nō-^{Des Pois ciches.} méz cezes becus) sont moult nourris-
santz, mais engendrēt mauuais sang
& ventositéz, de mēme que les Feb-
ues: puis attisent le brasier de Venus,
en accroissant la semence.

Les Lupins sont de fort grosse sub-^{Des Lupins.} stance, par ce est il manifeste qu'ilz
nourrissent abōdamment, tout ainsi
q̄ les viādes grosses peu ou point ca-
cochymes ny de mauuais suc. N'est
ia besoing d'amener le reste des legu-
mes en ce propos des viādes qui en-
gendrent bon sang, attendu qu'on
n'en vse si ce n'est en disette, & cas
forcé; Et ce sera assez parlé des legu-
mes. Il fault de ce pas mettre en a-
uant les fruitz.

Or donc toutz fruitz d'arbres, ou^{Des fruitz d'arbres.} biē peu s'en fault, engēdrēt mauuais
sang, fors que les Chastaignes: Les^{Des Chastaignes.} quelles bien digerées en l'estomach
sont

TRAICTE

font de grosse & espesse nourriture,
non pas de mauuais suc. Mais ces
fruietz la qui ne s'ot de reserue, entre
toutz les autres font de mauuais &
vitieux suc: Et si d'aueture se corró-
pent en l'estomach, degenerét pres-
que en venin mortel, comme les
Meures: Lesquelles cōbien que soiēt
plus bonnes & attrempées que les
pesches, & prunes: neantmoins leur
corruption est autant dangereuse
que de celles cy.

*Des meu-
res.*

*Des figues
& Rai-
sins.*

Les figues & raisins sont beau-
coup pl^s recōmādez en bōté que les
fruietz cy dessus mentionēs: nō ob-
stant qu'ilz soient racomptez entre
les fruietz de petite duree, qui se cuil-
lent en ce temps la que les Grecz
nomment proprement Oporan (en
France n'ayantz propre terme, cō-
me les Grecz, dirons que c'est tout
le temps des iours caniculaires, &
plus,

Oporan.

plus, cōme depuis enuiron la Madaleine, iusques au commencement de Septembre, peu s'en fault:) En outre, il y a grand difference entre les fructz entierement meurs, & non meurs: Car les figues meures poinct ou peu sont nuyssantes: Puis les Raisins bien meurs, lesquelz, moyenāt qu'ilz demeurent pendus quelques iours, delaisent toutes inflammations & ventositez, deuenātz bons en perfection.

S'il y a quelqu'un qui die les figues *Des figues seiches.* seiches estre de bon & mauuais suc ensemble, on cuidera qu'il aduēne choses contraires & incompatibles. Toutesfois il est certain qu'elles sont salubres, & insalubres: Car si trespasent le ventre, & l'aliment d'elles est digere, & distribue au foye. J'ay mis icy foye, au lieu de (Reins) & corps au lieu de (Peau) suivant

TRAICTE

suuiât le sens plustost que les parolles
& à tout le corps elles sont salubres,
& de bon suc: Mais si elles s'arrestent
& accrochèt ausdictes parties, veri-
tablement elles font vn tresuitieux
sang & depraué, engendrâtz grand
quantité de poulx. Les figues men-
gées avec les noix, est vne viade d'in-
finie bonté, & prinies aussi avec les
amendes pour destouper & ouurir
les oppilatiōs: nō toutesfois qu'ainsi
soit de si bon suc & salubre qu'avec
les noix: avec lesquelles sont plus
profitables à tout faire.

*Contre poi-
son & pre-
seruatif de
peste, &
tout autre
venim.*

Il y a quelques vns escriuantz, de la
composition des remedes contre les
venims & peste, qui ont laissé par es-
cript que les figues seiches prinies a-
uec la Rue & Noix, est vn souverain
& singulier preseruatif & remede
contre toute poison, venim, & con-
tagion pestilente. *Pline raconte en son*

xxiiij.

DES VIANDES. 41

sexij. liure de l'histoire naturelle, chap. viij. qu'apres que Pompeie eut vaincu le Roy Mithridates, il trouua en son plus principal Cabinet vne composition d'Antidote & Cõtrepoison escripte de sa main propre, qui estoit de deux noix, deux figues seiches, vingt feuilles de Rue, le tout pilé ensemble avec vn grain de sel: Qui prendra cecy en ieun, disoit il, nul venin luy pourra nuire de tout ce iour la.

Le reste des fruitz d'arbres est de ^{Des fruitz d'arbres sauuages.} suc vitié, notammét les fruitz d'arbres & fruitiers sauuages, desquelz auons amplement parlé au second liure de la vertu des alimentz.

Touchât les pomes, granades, poi- ^{Des Pomes, Granades, poires, & neffles.} res, neffles, nous en ysons non cõme d'alimét, mais cõme de medicamét, pour corroborer & radoubier l'orifice de l'estomach, & le vêtre debile.

Les Concombres, Pompons, ^{Des Cõmbres, Pompons, & melons.} Melons, sont en la ligue des fruitz

F

TRAICTE

qui engendrēt sang vitié & corrompu : Que s'ilz n'oultrepassent bien tost, ilz se corrompent au ventre, & degenerēt en humeur approchāt de venim mortel. (* Vous cognoistrez les Melons entre les Pompons à ce qu'ilz sont plus ronds que les Pompons.)

*De la cour
ge.*

La seule courge entre les fruietz cy dessus nōmez est sās nul dōmage ny encōbre, neātmoins si se corrompt en l'estomac, engēdre tresmauuais suc.

Des Meures.

Les meures pareillement peu ou point font nuytates, si on n'en prend trop, & que la digestiō d'elles deuāce leur corruption. Et voila ce que failloit scauoir, & faisoit à cōpter en commū de tous les fruietages qu'on ne peult mettre en reserue: Lesquelz les Grecz nommēt Horæi. Par ce que la saison de telz fruietz s'appelle Hora en langue Greque, qui dure enuiron quarante iours, selon Galen, au mylieu desquelz

quelz les iours caniculaires cōmēcēt, que peult estre en ces païs cy depuis le cōmēce mēt de Iuillet iusques enuiron la my Aust: Car en ce tēps la les fruiētz ou finissēt, ou cōmēcēt, ou sont en leur meilleure saison.

Or des herbes, qu'on mange cōmu^{Des herbes} nement, n'en y a pas vne qui soit de bō suc. La laitue tiēt le mylieu entre le bon & mauuais suc: Puis la Maulue: Puis l'Arroche, le Pourpied, Blete, Parelle & Oseille.

Les herbes sauuages qu'on mange^{Des herbes sauuages} volūtiers sont outrageusement mau^{qui ont e-} uaises, & de mauuais suc, cōme la lai^{le declai-} tue sauuage, la Condrille (qui sont^{reés au cō-} espesses de Cicorée) Scādix (sembla^{mencement} ble à Pastenague sauuage) Gingi^{de ce li-} dion (qu'aucuns disent estre nostre Cerfueil) Endiuie, Cicorée.

Les racines des herbes qu'on mēge^{Des racines d'herbes} sont de mauuais suc, signāment cel^{les} les qui sont acres, fortes & picantes;

TRAICTE

cóme font celles d'Oignons, pour-
reaux, Aulx, Raifortz, Pastenagues
sauuages. Les racines du Pied de ve-
au, des gros naueaux (qui sont les Ra-

*Des Rabio-
les de Li-
mosin, &
d'Aron
dit pied de
veau.*

bioles de Limosin) des Carottes tiē
nent le reng du mylieu entre les viā
des de bō & mauuais suc. Toutesfois
le Pied de veau de ce país, est si tresfort
ardent, & picant la langue, qu'on n'en
scauroit mēger, voire ny goustier sans
grāde nuysance.

*De oyse-
aux, et pois-
sons.*

Or les oyseaux, & presque tous
les poissons sont de bon suc, fors que
ceulx qui viennent des Maresqua-
ges, Lacz, Estangz, Riuieres limo-
neuses, & troubles. Car ilz vsent
d'air infecté & corrompu: Puis ne
nagent gueres, & se nourrissent de
pasture, & viande peu salubre: No-
tāment quād l'eau de la Riuiere, ou
ilz sont, decourt ioignant quelque
grand' ville, nettoyant les retraitz,
Bains,

Bains, Cúy fines : Et en laquelle on laue vestemétz & autres choses ordes . Au moyen dequoy la chair de telz animaux viuátz en semblables eaux, est mallement dágereuse. Mesmemét s'ils versét & hátét tousiours en telles eaux sans en bouger, ny chāger de fois à autre. Voire mais ceulx qui ont demeuré en telles eaux, & apres s'en viennent estre en meilleures, encores sont ilz pires que ceulx la qui ont vescu en pleine & pure mer . Car peu s'en fault que tous ces poissons qui nagent en la mer pure, non meslée d'eau douce, ne soient entierement bons, & pas nuyfantz, comme sont ceulx qu'on nōme Marée & Petrins (parce qu'ilz vivent parmy les pierres, & pres des rochers de la mer) à raison qu'ilz engēdrēt bō sang, & sont plaisantz & amyables au goust sur tous les au-

tres: En sorte qu'il n'est point dange
reux d'yser de telz poissons . Mais
si quelqu'un de ces animaulx han-
te plustost l'eau douce,plustost l'eau
salée & marine, comme font les
Muletz, Loups, Gouions, Murenes,
Cancres, Anguilles, plustost & pre-
mierement il conuient sçauoir ou
ilz ont esté prins : Puis les sentir, &
gouster : Puis en iuger . Car ceulx
qui ont vescu en eau corrompue, se-
ront baveux & limoneux, & pas
de bonne senteur, ny de bon goust,
ores qu'ilz soient plus gras que les
autres qui sont prins en bonne eau,
& qui à l'instant se corrompent . Au
contraire les poissons qui viuent en
pure & haulte mer, sont de souefue
odeur, de bon & plaisant goust,
peu, ou point gras, se cōseruantz par
longs iours sans corruption : Mes-
mement si on met de la nege tout à
l'entour

l'entour d'eux. Car en ceste maniere ceulx qui sont de dure chair, deuiennent meilleurs & plus tendres, pareilz aux Petrins & Merlus: A raison que ceulx la de dure chair ont acquis artificiellemēt de la nege, ce q̄ ceulx cy ont de nature. Parquoy les Muletz qui viuent en pure & haulte mer, ont la chair tout autre & diuerse à ceulx qui sōt d'eau vitiée & corrompue: De mesme se faict aux Goiiōs, & loups. Et encores se voit il pl⁹ euidēment en autres qu'en ceulx cy.

La Murene se red pareillemēt mau^{De la murene.}uaise en semblables eaux mauuaises.

L'anguille iagoit que vienne de^{De l'anguille.}bonne & nette eau, neantmoins iamais n'engendre bon sang: Tant s'en fault qu'elle puisse estre bonne, estat prinse en eau qui est esgoust de quelque ville, receuant ses ordures, voiries & immōdicités(* cōme dit est).

F iiii

TRAICTE

Des Rogetz
et Barbetz

D'auantaige les poissons se font meilleurs ou pires, selon la pasture & nourrissement des lieux ou ilz viuent : Ce qu'on congnoistra facilement à l'odeur, & goust d'eux, comme des Barbeaux (^a autrement appelez Trigues, qui sont, selon aucuns, noz Rogetz barbetz:) Car ceulx auquelz les poissons ditz en Grec Carcinada (^a qui sont noz petitz cancrés selon aucuns) sont pasture, ont pire chair que les autres, desquelz la chair & substance non seulement est plus dure que celle des poissons Petrins, & Merlus : Mais aussi que des Muletz, Loups, & autre poisson Marin: A cause dequoy sont malaiséz à digerer & de grossiere nourriture, nō pas de mauuais sang. Mais nous auons parlé plus amplement de toute sorte de viandes es trois commentaires qu'auōs nommé De la faculté
des

des alimentz : Et n'est pas mestier
que celuy qui est studieux des vian-
des saines & salubres, moins prise &
neglige la lecture d'eux, ny du tout
aussi le Traicté qu'ay fait pour l'en-
tretenemét de santé: Duquel ce liure
la des facultez alimentaires est vne
partie: Dauantage nous auons cōpo-
sé vn liure De la diette attenuante &
amaigrissante, contraire à celle qui
engroisist & espessist, qui est trespro-
fitable à tous amateurs de santé.

Or ie vueil sur toutes choses que
vous soyiez records en tous ces Trai-
ctez la, que nul n'aura entierement
congnouissance, ny des remedes, ny
de la diete salubre, entendant viue-
ment la vertu & efficace des matie-
res Medicinales & Alimentales, si
pareillement ne scayt & entend la
nature des corps, pour lesquelz ces
choses cy, tant alimentz que medi-
camentz,

TRAICTE

camétz, s'ot amenées, & souhaitées. Car il y a aucuns corps qui sont maf fîz, fermes, & solides, ne laiffantz aifement entrer & fortir l'air: D'autres qui sont laches & ouuertz, aifés à se refouldre & euacuer: Il est manifeste que les premiers ont affaire de viande fort humide & moite: Les seconds de bié seiche; d'auantage les vns requierent viande fort gluante, les autres bien deliée & subtile: Les vns en grand' quantité, les autres en moindre.

*Maniere
de viure
pour toutes
complexions.*

Pareillement quiconque a le sang fort melancolique, il luy conuient vser de viandes humides, & chaudes: Qui colere, de froides, & humides: Qui Phlumatique, de chaudes & seiches. Mais quiconque aura beaucoup de sang bô & temperé, il aura assez de bien peu de viande, qui n'excede en aucune qualité, ains soit
attrem-

attrépée & de moyēne vertu: si que n'apparoisse euidemment eschauffer ny refroidir, deseicher ny ramoitir: Sēblablement que tiennē le rang du mylieu entre les viandes grossieres & subtiles, gluantes & leurs contraires, qui sont friables & tendres.

Friable se dit des choses dures & ^{Explicatio} grādemēt seiches: Tēdre, des molles ^{de Friable, et tendre.} & tenētes le mylieu des choses moites & seiches: Les deux, tant les choses friables que tendres, fault qu'ayent cela en commun, c'est que ne soyent aucunement gluantes, ny tenantes. Il est donc expedient que celui qui bien & deuēment voudra vser des aliments, scache en premier lieu la difference de la peau des hōmes lasche, & serrée: Puis le temperament & complexion de tout le corps: En apres si toutes les parties principales du corps retiennent leur temperature & complexion.

Car

TRAICTE

Car la teste est quelque fois plus chaude qu'il n'appartient, quelque fois l'estomach plus froid, quelque fois au contraire, l'estomach chaud, & la teste froide: & semblablement des autres parties du corps. Mais de tout cecy auons ailleurs suffisamment parlé, & en la Methode de guarir les maladies, & d'entretenir la santé.

*Aduertisse-
ment tres-
profitable.*

Or le premier & principal respit & cōsideration des viandes, est que elles soient bien cuites & digerées: Le second que le suc d'icelles bien digerées, distribué & departy par tout le corps, soit propre & profitable aux parties sustenties & nourries. Donc pour bien vser des alimentz il conuient necessairement cōgnoistre & sçauoir ce qu'auons escript au Traicté des temperatures & complexions. Enquoy attendu que y e-
stés

stéz assez heureusement versé, ie y ad-
iouteray en oultre ce que appartient
scauoir du bon & mauuais suc, com-
mençant aux vins.

ADVERTISSEMENT SVR
le Traicté des vins.

EN ce Traicté cy i'ay laissé tout de gré
les noms des vins, tant Grecz que La-
tins, desquelz Galen vse, comme le vin
Thereum, Sybellités, Cilicium, Cary-
num, Therinum, Faustinum, Hippoda-
mantium, Ariusium, Bithynum, Ami-
neum, Cecubum, Gauranum, Albanum,
Tibinum, Arsyium, Titacazeum, &
semblables: par ce qu'apresent tous ces
noms propres sont du tout chāgés ou per-
dus, ainsi qu'il m'a esté dit par gentz mes-
me de Grece & Italie: Et ores feussent
ilz retenus, neantmoins ne nous serui-
roient de rien en ce païs icy, ou les vins
sont pareillement de diuers noms, selon la
diuersité

TRAICTE

diuersité des Regions , Contrées , Villes,
Lieux ou ilz se leuent . Laquelle diuersi-
té i'eusse peu icy amener tout ainsi q̃ Ga-
len: Mais voyant que c'est vne chose plus
prolixie que proffitable, n'en ay tenu com-
pte : Parce aussi qu'vng chacun ayant leu
ce petit Traicté, pourra aisément con-
gnoistre la vertu, force & efficace du vin
qui s'offrira à boire, selon sa consis-
tence, saueur, odeur & couleur . Car tous
ces noms-la ne sont amenez par Galen
que pour monstrier & scauoir la vertu &
effort du vin ainsi, ou ainsi nommé. Les
vins de quelques endroictz d'Espaigne,
Italie, Prouence, Gascoigne, Nauarre, (à
fin que ie die cecy en passant) peuuent ap-
procher à la bonté & nature de ceulx de
Grece, Asie la mineur, ou Galen escri-
uoit cecy. Par ce que la Grece est en sem-
blable eleuation de Pole, que quelques en-
droictz de ces Regions cy, en sorte qu'el-
les sont presque aussi bien meridionales
les

les vnes que les autres, en quelques endroits. Or Ptolomée dit en sa Geographie, que les lieux & païs semblables de nature, portent & produisent choses semblables: Parquoy les vins de telz païs semblables en ladicte eleuatiō de Pole, se peuvent aucunement & beaucoup ressembler en bonté, & force, posé qu'ilz soient faitz tous de mesme sorte & façon. Il est vray que la Grece est beaucoup plus Orientale que ces païs cy nommez: ce que peult beaucoup changer la bōté des vins: Ioint que chasque terre & païs à sa propre & peculiaire nature, pour produire cecy ou cela.

Or donc entre tous les vins ceulx ^{Des vins.} qui de leur estre sont aqueux & subtilz, incitantz & prouocantz à vriner, sont de trespetite nourriture: Les gros & espés, de fort grande: Lesquelz toutesfois sont entre eux differētz de plus & de moins, à mesure

TRAICTE

fure de leur espesseur. Il n'y a nul vin gros, espés, & doux ensemble, qu'il ne soit vermeil : Car si on cuit quelque vin blâc pendât qu'il est moult, & en fait ce que les Grecz appellent Sireû, et Epsema (c'est à dire vin sec et cuit) il deviendra vermeil: Parce* que nul vin blâc n'est doux, neâtmoins il en y a qui sont rudes, austeres, & grossiers: D'autres aqueux, legiers, & subtilz. *Nous en auons plusieurs en ce païs, ce que nous doit faire penser que la maniere de les faire du tēps de Galē n'estoit telle qu'à present, qui a esté trouuée par diligēte queste & inquisition des choses friades: Car en Grece mesmes en ont maintenant de doux, qui est blanc, ainsi qu'il m'a esté dit d'un Grec. Ou bien dirons que Galen prent icy (doux) pour (extremement doux:) & ainsi sera vray que nul vin blanc, si est fort blanc, n'est extremement doux.

Entre

Entre les vins clairétz & paillétz ^{De vins claires & paillétz ou jaunes} il en y a de moyennement doux, d'autres qui nullement en sont. Les vins vermeilz sôt plus grossiers que ceulx la: de mesme qu'entre les vermeilz ceulx qui approchent plus du noir en couleur, lesquelz nourrissent à mesure de leur espaisseur. Au moyen dequoy il conuient induire à boire du vin doux, à ceulx qui ont mestier d'estre refaitz & nourris: Mesmement s'ilz ont leur Foye, Rate, & Rains sains & entiers.

Les vins qui de leur estre sont subtilz & deliez, duysent à ceulx qui ont amassé es veines vn tas d'humours grosses & melancoliques: les forts, & vieilz, à ceulx qui froides: nul de ceulx cy conuient aux autres humeurs chauldes du corps.

Les meilleurs vins qui soiét point pour engendrer bon sang, sôt ceulx

G

TRAICTE

qui ont odeur souaue, & fumeuse, mais ilz entestent. Les meilleurs, & plus cōmodes pour faire vriner sont les subtilz et legiers, qui nullement entestent. Il se fault abstenir des grossiers ensemble puantz, austeres & rudes.

Le vin nommé Phalerne (^a qui estoit doulx et de couleur fauve) est le meilleur entre les recommandeZ, si-gnamment cil qui est le plus doulx. D'un mesme genre & semblable à cest icy, est le vin Tmolites, (^a ainsi nommé de la Montaigne Tmolus, ou il se cueilloit) qui est claret, & doulx: duquel il y a encores vne autre espee, qui est rude, & ne faict pas si bon sang que cestuy la: Comme aussi ne font nulles choses pareillement austeres, et rudes: Lesquelles neantmoins corroborent & radoubent l'estomach & ventre, eulx estantz infirmes et debiles: notam-
ment

ment lors qu'ilz sont attainctz et es-
 prins de chaulde intemperance, et al-
 teration. Car à ces fins, & pour ar-
 rester le flux de ventre nous vsons *Les vins
verds et rudes à quoy
seruent.*
 de vins verds & rudes, autrement
 point: Par ce qu'ilz ne sont nulle-
 ment profitables, ny pour la distri-
 bution des viâdes, ny pour faire bon
 sang, ny pour engendrer bonnes hu-
 meurs, ny pour aisément faire vri-
 ner, ny pour suer, & faire vuyder le
 ventre.

Mais ores ie ne pretés pas blason-
 ner les vins, ny raconter leurs bon-
 tez, ou vices, mesmemēt en ce qu'ils
 sont profitables aux maladies. Or
 donc reprenant de rechef mon pre-
 mier propos, ie le reduiray en brefs
 chapitres. Le vin claret ou pail-
 let doux, de souefue odeur & fu-
 meux, n'est nullement profitable
 ny conuenant à gentz qui sont co-

TRAICTE

leres de complexion naturelle,
ou autrement acquise. Car toutes
ces fortes de vins sont chaudes &
ardentes, nuysantes non seulement
aux coleres, mais aussi à ceulx qui
sont batus du soleil, & ont enduré
grand trauail & fatigue, grād faim,
tristesse & angoisse, ou sōt en temps,
region, ou saison chaulde: Mais ilz
sont duisantz & propres pour ceulx
qui ont mestier d'estre rechauffez,
comme pour natures froides & flu-
matiques, pour ceulx qui ont amas-
se vn tas d'humeurs crues & indi-
gestes, pour gentz qui viuent oyfi-
uement & sans soucy: puis ilz sont
profitables en region froide, en hy-
uer, en saison & constitution froi-
de, & humide. Car tel vin fort clair,
& doux, est bon pour tous ceulx
cy, & en telles saisons: le contraire
de cest icy, (^a qui est blanc, verd, &
deli-

delicat) duira aux gentz qui viuent de façon contraire. Je ne dy pas que tel vin claret, doux et souef en odeur, engendre mauuaises humeurs: (pour estre contraire aux gentz coleres & autres semblables) ains à raison qu'il eschauffe ceulx qu'on deuroit refroidir. Au moyen dequoy ceulx qui en boient (estatz de telle complexion chaulde) tumbent aisement en fiebure, douleur de teste, douleur de nerfz.

Les vins fort claretz et pailletz, qui sôt plaisamment et moyennement doux, (car nul vin fort claret et paillet est entierement doux, mais decline quelque peu vers le doux et vermeil,) ne sont pas si tresfort chaudz que les fort claretz, (sans douceur:) Et par ce ne sont si dommageables à la teste et nerfz, n'aussi causent la fiebure, comme les autres fort clairs, & point doux.

G iii

Vn chascú ſçait que les vins doux & gros laſchent le ventre de meſme que le mouſt, lequel engendre ventofitez, eſt de mal aiſée digeſtion, & groſſier. Vne ſeule bonté a il en luy, c'eſt que fait vuider le ventre : en quoy ſ'il eſt fruſtré, il endōmage outrageuſement.

Le commun de tous les vins en general (de ceulx meſmement qui ne ſont fort groſſiers ny beaucoup doux) c'eſt qu'apres qu'ilz ont eſté gardez longue eſpace de temps, deuiennent de couleur fauve, luyſantz & reſplendiſſantz cōme le feu : voire & les vins noirs par ſucceſſion de temps changēt auſſi leur qualité, & couleur, premierement en vermeille & clairette, puis en fauve & ianne. D'auantage on ne cuidera pas fort facilement congnoiſtre de quelle qualité le vin blanc vieil &

inue-

inueteré peult estre: Car desia il tire sur l'amer, & parce est il inepte à boire. Mais les tauerniers le meslét avec le nouveau, & vendent pour vin vieil, deceuantz avec l'amertume les acheteurs, qui ne sont guieres bös taste vins.

Il se fault d'oc garder de boire des vins vieilz, tout ainsi que des fort recentz & nouveaux: d'autant que les vieilz eschauffent desmesurément, les nouveaux nullement, tandis qu'ilz sont nouveaux. Car tant s'en fault qu'ilz reschauffent & aydent à la digestion, que eulx mesmes, d'eux mesmes à peine se peuvent digerer: D'auantage ilz n'oultrepassent aisement le ventre, & intestins, ny se distribuent ny departēt legierement par tout le corps, ny prouoquent à vriner, ny aydent à faire le sang, ny à la nourriture: Et

*D'omages
du vin nou
ueau.*

G iiii

par fois s'arrestent suspens, flottans,
& nageantz en l'estomach, comme
l'eau, de sorte que si quelqu'un en
prét oultre mesure, à l'instant se en-
aigrissent en l'estomach.

Entre les vins nouueaux on peult
boire sans nuyfâce ny peril de ceulx
la qui sont legiers & de subtilles par-
ties : Lesquelz aisement vous co-
gnoistrez, premierement & princi-
palement s'ilz approchent à l'eau en
subtilité & clairté: puis en blâcheur:
voire & au goust paroistront estre
aqueux, n'ayant en eux nulle vehé-
mente restriction, ny verdeur, &
si les voulez tremper, ne pourront
endurer beaucoup d'eau. Au moy-
en dequoy les medecins anciens les
ont appelez, en Grec, Oligophora
(c'est à dire, de petite portée): Et
tout ainsi que les vins bien clairétz
chauldz de nature, causét douleur de
teste

teste bié tost apres qu'on les a beuz,
 ainsi ceulx cy avec ce qu'ilz ne nuy-
 sent point à la teste, ançoys souuét es-
 foys luy appaisent & ostent ses dou-
 leurs legieres, moyennées des hu-
 meurs qui sont coustumieres se engé-
 drer en l'estomach: Car la teste n'en-
 dure pas, ny est engregée seulement
 de ses propres passions & maladies,
 mais aussi d'un ressentement des
 mauuaises humeurs du vêtre, qui luy
 lâcent vapeurs & fumées. Telle dou-
 leur de teste est appaisée, & tollue en
 beuant de ces petitiz vins delicatz,
 ayantz peu de restriction & ver-
 deur: Car les vins qui ont leur for-
 ce totalement desliée, rompue &
 deflorée, de ce qu'ilz sont pires que
 les peu reserrantz, d'autât sont meil-
 leurs que l'eau.

Douleur
 de teste pro-
 pre & par
 ressentement.

On voit aussi parfois la teste faire
 mal d'auoir beu de l'eau, notammēt

Douleur
 de teste est
 quelque-

fi

TRAICTE

*foys causee
de boire
de l'eau et
trop ieun-
ner.*

si elle est vitiée: D'autant qu'elle se
vient à corrompre, puis rompt & a-
neantit la vigueur & force de l'esto-
mach: Lequel estant ainsi affoibly
reçoit les mauuaises humeurs cole-
riques, qui decoulent & deriuent de
tout le corps dans la cavitée: Ne plus
ne moins qu'à ceulx-la qui ieunent
& endurent longuement la faim.
Desquelz dommages & molestes les
vins cy dessus nomméz preseruent &
deliurēt l'homme tout à l'instāt, pour
raison de leur température: Du depuis
l'estomach estant radoubé & corro-
boré, bien tost chasse & repousse en
bas ce que l'aigrissoit & contristoit.

*Gentz Pi-
crocoles doi-
uent boire
de l'eau.*

Voire mais gēs de chaulde comple-
xion, soit naturelle, ou acquise d'a-
aage, se trouuerōt beaucoup mieux
de la boissō d'eau que de vin: Duquel
si quelques fois leur est mestier en
boire, ilz doiuent prēdre le subtil, de
licat

licat, et moyēnement aspre et verd.

Par mesme raison nous ne deuōs pas vser de toutes & chacunes des viandes, & breuuages indifferemmēt & sans discretiō: mais les deuons ordonner selon la differēce & diuersité des natures & cōplexiōs de ceulx qui en doiuent vser. Il y a donc tres-grand' difference & diuersité de vins: consideré chascun en son espece, comme nous les auōs distinguez: Laquelle diuersité est moindre es autres choses. Car oncques ne se trouuera que la Lentille, ou bien le chou humecte & ramoitisse: D'auātage vous trouuerez encores moins qu'aucun gēre d'oignons, ou porreaux, ou aulx rafraischisse, ains reschauffe, toutesfois les vns pl², les autres moins. Les laitues, aussi les Arroches (q̄ aucūs nōment bōnes dames) les blettes (ou espinars) les pourpieds ne reschauffent pas. Et neantmoins elles

elles ne sont pas entre elles grandement differentes de pl⁹ & de moins: Mais entre les vins cil qui est fort vieil, est si different du blanc (qui est austere & rude ensemble) du nouveau, du gros & espés, qu'il est grandement chauld, & ceulx cy sensiblement froidz.

Du miel. Or en * miel la diuersité est grande: toutesfois celuy qui est vitié & depraué, ou represente au goust estre mixtionné de quelq autre qualité, nullement se doit appeller miel.

*La vieille translation dit au contraire, scauoir est qu'en miel n'y a pas grand' diuersité; voulant dire que la diuersité du miel n'est si grande que celle du vin, tout ainsi que cy dessus a dit des Chous, Létilles, Porreaux, Oignons, & autres, qui ne se trouuēt si differēt en leur espee que le vin: duquel a dit en y auoir de sensiblement froid, & de grandement chauld: Ce

que

que conuient merueilleusement bien à la sentence & fil du propos de Galen: Toutesfois ne l'ay ausé changer, par ce que noz liures tant Grecz que Latins ont autrement, il a esté aisé oster vne negative.

Les differēces d'un bon miel sont de plus, ou moins estre doux, & piquant. Le plus bon & insigne miel est le tresdoux, & trespiquant. Or toute sorte de miel en general reschauffe & se conuertit en humeur colerique es corps chautz: Au moyen dequoy c'est un tresbon & profitable manger pour gentz fort flumatiques & chargés d'ans, pareillement pour maladies froides.

L'oximel est un breuage tresprofitable pour l'entretienement de santé à tous aages & complexions, destouppant les opilatiōs & cōduitz serrés & empeschés, de sorte qu'il ne laisse aucune humeur grossiere,
ny

De l'oxi-
mel.

TRAICTE

ny gluante en noz corps.

La cõposi-
tion de
L'oximel.

L'oximel se faiet & proportionne en diuerſes ſortes, ſelon la diuerſité du gouſt de celuy qui en doit vſer, comme Galen teſmoigne au quatrieſme liure De l'entretenement de ſanté: Toutesfois, comme il dit, on le compoſe communément d'une partie de vin-aigre, deux de miel, quatre d'eau: comme à huit pintes d'eau, deux de miel, vne de vin-aigre, plus ou moins d'un chacun, ſelon ce qu'on en voudra faire. Et fault boullir l'eau & miel enſemble premierement, iuſques à ce q̃ le miel ne iettera plus d'eſcume, puis y mettre le vin-aigre, & le laiſſer boullir iuſques à ce que le tout ſoit bien meſlé & incorporé. On le peult faire en autre façon, comme Galen eſcrit audiſt liure.

Au moyen dequoy les medecins ont nommé ſalubres ces medicamens la qui ſont treſtous de faculté ſubtile, penetrante & aperitiue: D'autant qu'ilz

qu'ilz sont plus recommandez en bonté pour l'entretènement de santé, que ceulx qui espessissent les humeurs, hormis qu'ilz ne peuuent faire en nous vn enbonpoint, ny nous donner force & vigueur. Mais plusieurs ayment mieux santé & vn enbonpoint, incertain neantmoins, & de petite durée, qu'estre simples, freflez et debiles, avec certaine, ferme, et stable santé.

Or de ceulx qui s'estudient auoir santé quât & force, & en bonpoint, les vns sont à soy mesmes, les autres ont choisi l'art militaire, et vie pleine d'occupatiōs, estâtz cōtrainctz se leuer la nuict, le iour, de vaquer aux affaires necessaires: entre lesquels celui qui pourra, vsera d'exercice plus tost & premier qu'entrer aux bains: puis apres de frictiōs et exercice mesuré pour euiter lassitude (ce que les

*Galen don
ne icy la
maniere de
viure qu'il
a promis cy
deuant aux
gentz de
travail.*

TRAICTE

*Quelles
gentz ne
peuvent vi-
ure en san-
té.*

Grecz appellent Apothérapeuticó.)
Mais les affaires ne permettent pas à
plusieurs de pouuoir faire tout cecy:
Au moyen dequoy ne leur est pos-
sible, eulx estre tousiours en santé,
vivent ilz neantmoins sobrement
& reiglément. Au contraire, qui fait
tout ce qu'est possible, s'as rien omet-
tre pour entretenir sa santé raremēt
& bien à peine cuydera tumber en
maladie.

*Il est donc
nécessaire
que ceulx cy
vivent de
viandes
beaucoup
nourris-
santes,
qui engendrent
grosses hu-
meurs.*

Il est donc nécessaire que ceulx cy
vivent de viandes beaucoup nourris-
santes, qui engendrent grosses hu-
meurs: Mais fault que ce soit avec at-
trempance et mesure, signamment
lors qu'ilz seront cōtrainctz par ne-
cessité vrgente: En autre temps vse-
ront des viâdes qui tiennent le reng
du mylieu, entre celles qui peu, ou
prou nourrissent.

*En quel
temps on peut*

Dauantage il se fault abstenir en
tout

tout temps des viâdes mauuaises et ^{vsur des}
 de mauuais suc, fors qu'en la partie ^{viandes de}
 de l'Esté plus chaulde, (laquelle les ^{mauuais} suc.
 Grecz appellent hora) estans trauail
 lez : Et ce pour guarir & refreschir
 l'alteration, seichereffe, et chaleur de
 tout nostre corps. Car en telle saison
 les Pomes, Prunes, Cerises, Guines,
 Meures, prinſes à l'étrée de table de-
 uant toute autre viande, ſont ſaines
 & profitables : Les Concombres,
 Pompons, & Melons, point ou peu.
 Les auant peſches pourront pareil-
 lemēt auoir lieu et ſaiſon en tel téps.
 Et ce que les Latins appellēt Melce,
 moyennant qu'elle ſoit rafreſchie.

*Melca, ſelon Conſtantin Ceſar, eſtoit
 vn breuuage pour rafreſchir, qui ſe fai-
 ſoit en ceſte maniere. Ilz prenoient deux,
 ou trois potz de terre tout neufz, dans leſ
 quelz mettoient du vin-aigre fort: Puis le
 mettoient ſur le feu, iuſques à ce que le*

H

vin-aigre eust vn peu bouilly, à fin que lesdictz potz s'embibassēt mieulx du vin aigre: ce faict les ostoient du feu, & y mettoient du lait: apres ferroient le tout dans vng coffre ou ailleurs, ou les potz ne bougeassēt point: le lendemain on trouuoit faite ladiète Melca meilleure q; tout autre.

La cresse de lait, & tout lactage, comme ce que les Grecz nomment * Argyrotrophema, ou Argytrophema, (c'est à dire viande blanche comme l'argent.)

* Argytrophema estoit vne sorte de viande qui se faisoit de fromage bien pilé & passé par vne poile d'airain trouée, avec lequel puis apres mettoient du miel & demy sextier de fleur de farine, meslant & le tout ensemble, ainsi qu'Athenée escript.

Pareillemēt les figues froides & recentes, les courges, & citrouilles, toutes ces viandes cy sont propres à telles dispositions chaudes & seiches.

Mais

Mais l'homme prudent & discret
 pourra vser d'autre façon de faire
 que ceste cy, pour ramoitir, & ra-
 freschir la seicheresse, & aridité du
 corps engregé de peines et trauaulx,
 comme dit est. Car reuenant des <sup>La laitue
est de tous
points
bonne,</sup> bains ou estuues, premierement il
 boyra de l'eau, puis du vin moyen-
 nement aqueux: Ce qu'ayant rendu
 & vommy, prendra des laitues, qui sôt
 herbes sans nul dommage, ny nuy-
 fance, & refreschissantes: Du depuis
 vsera de piedz de Porc bien cuitz et
 appareillez à la vinaigrette, avec la
 faulx dicté *Garon.

*Garon, selon Dioscoride, estoit vne li-
 queur esprainte & tirée de la chair, &
 poissons salez: Selon Plin, estoit vne li-
 queur fort friande & exquise, esprainte
 des entrailles salées, & autres parties
 qu'on a acoustumé de iecter des poissons:
 laquelle on a nommée Garon, par ce que

H ii

le temps passé se faisoit d'un poisson que les Grecz appellent Garon: Et encores de nostre temps (ainsi que quelques vns escriuent) le vulgaire Grec appelle tout petit poisson salé (Garos.) Il se faict apresent (dit Plin) d'un poisson nommé Scombrus (en Paris maquereau) à Marseille (comme j'entends) l'appellent (Auriol.) Ceste liqueur Garon (dit il) a esté plus estimée le temps passé que liqueur quelcõque (excepté le musc & autres senteurs) de sorte que plusieurs familles en ont esté anoblies. Aucuns dient que c'estoit un potage de poisson faict en ceste façon: Ilz prenoient un sextier de petit poisson salez, trois sextiers de bon vin, & cuisoient cela ensemble en un vaisseau d'arain, iusques à ce que de trois parties les deux fussent consumées, après le clarifioient en le coulant souuent, puis le mettoient en une phiole pour en user. Je pense que l'inuention des autres sauces
plus

Plus friandes que le Garon, nous en ont
faict oublier l'usage, en retenant le nom
seulement. Si on en a affaire en medecine
ou autrement, il est aisé à le faire. I'ay icy
retenu le nom Grec, n'ayant propre terme
Françoys pour l'expliquer: Car ce n'est
pas nostre saulmurre, comme quelques
vns disent: laquelle en Grec s'appelle Hal
me, & en Latin Muria.

En apres d'ailes de poullaille, ou
oye avec leur gifier, & aussi de quel-
que poisson tendre, & mollet fricas-
sé: Il pourra aussi prendre, s'il veult,
de ces herbes qui ne sont pas de mau-
vais suc, comme de Maulues, &
Courges: Par apres du vin fort trem-
pé avec eau fresche: (Toutesfois fail-
loit au parauāt auoir prins quelque
saulce, ou bouillō, ou des œufz mol-
letz: Et si ainsi luy semble, de quel-
que poisson acoustre à l'huile & Ga-
ron) car il vault mieulx corriger l'al-

Les Maul-
ues &
Courges, ne
sont pas de
mauvais
suc.

H iiii

teration & siccité du corps avec eau froide, qu'avec les viâdes de mauuais suc: lesquelles fault du tout poinct deuier & quitter.

*De la frou
mentée.*

La froumêtée froide appareillée avec vin miellé, et vin froid, guarit la mesme disposition du corps chaude et seiche: Et ce faict elle sâs engêdrer nul mauuais sâg. Toutesfois moy estat maintesfois engregé de la mesme disposition chaude, & seiche, ay expérimenté l'orgemondé refroidy, suffire à ce faire: Sçauoir est, en ce tēps la que i'ay dit vn chascun pouoir boire cōmodemēt de l'eau froide. Mais vn autre aura vn autre sorte de viande & breuage pour reffreschir: Car ceulx qui ont accoustumée la Nege, se reffreschissēt de la Nege: qui l'eau, de l'eau, n'ayant affaire de Nege.

Or le vin qu'on veult tréper, doit estre

estre premierement reffreschy dans eau fort froide : tel vin les Grecz appellent Proepsycrismenos (c'est à dire, reffreschi au parauant)

Le donne donc ce cōseil cy à ceulx qui ont choisi vne vie actiue pleine de trauaux & fatigues, cōme à gentz qui gouuernēt vn pais, & ont administration d'une republique: Et plus encores à leurs ministres & seruiteurs, non moins qu'aux souldatz & gentz de guerre: ou bien à gentz qui se trauaillent à faire peregrinations en pais loingtains. Car quicōque est exēpt de ces affaires & occupations, bien rarement aura mestier de boire de l'eau froide, s'il a acoustumé l'exercice. Mais ceulx qui ne sont donnez à faire exercice, lors qu'ilz se sentēt outrez de grāde chaleur au plus profond de l'Esté, ilz pourront boire de l'eau de fontaine sans nuyfan-

H iiii

ce nulle: S'abstiennent neantmoins de neige: Car iacoit qu'on ne s'aperçoie qu'elle nuyse & endommage le corps des ieunes gétz: si est ce toutes fois que le mal s'engregeant, petit à petit en tapinois, maladies difficiles & du tout irremediabiles, s'engendrent aux iointz des membres, aux nerfz, aux visceres & entrailles principales, & ce par successiō de temps lors que l'aage vient à decliner. Parce que les parties du corps naturellement plus debiles, sont plustost chargées & endommagées de quelque chose que ce soit, exterieure ou interieure, que les autres plus robustes.

*Indigestiō
frequente
est cause
de la plus
part de
noz mala-
dies.*

La source & principale cause de noz maladies & mauuaises humeurs, est la crudité & indigestion trop frequente, & continue, soit elle de bonnes viandes, soit de mauuaises: Vray est que l'indigestion qui prouie

DES VIANDES. 61

prouient des mauuaises, est la plus dangereuse de toutes. Mais veu qu'il y a deux sortes de telles viandes de mauuais suc, elles estant conuerties dans noz corps en humeurs agues, penetrâtes & subtiles, sont cause de maladies agues & chauldes, de fiebures malignes & felônes: Que si les mauuaises humeurs tōbent sur quelque membre, excitēt Erysipelas (que le vulgaire appelle le feu Sainct Antoine) Herpès, ou quelque autre maladie chaulde: mais en ceulx qui cōuertissent les viandes de mauuais suc, en humeurs grosses & espees, el les causerōt gouttes nouées, mal de reins, podagres, difficulté d'haleine, duretés & endurcissement de foye, & rate: Si les humeurs vitiées sont melancoliques, feront chancres, lepres, roignes, fiebures quartes, manies, mauuaises couleurs noires, enflure de

rate:

rate: Pareillement varices (que le vulgaire appelle veines rompues) he morrhoïdes noires (de sang melan- colique:) Plusieurs & diuerſes hu- meurs meſſées cauſeront beaucoup de maladies meſſées & compoſées, côme herpes, loups, (que les Grecz appellent Phagedenica Helca, c'eſt à dire vlceres rongéates) & toutes au- tres vlceres malignes (que les Grecz nôment Cacoëte) & fiebures agues: leſquelles vn temps apres eſtre gua- ries, ſont recidiues.

F I N.