

rozmočeného v vodě růžové a každý koláček položit na lízci

Gummi drakového, aby se tam mocněji v hromadu spojily a ztužily. Naposledy každý koláček ten do dvou lístků růžových obaliti aneb zavimouti.

## KAPITOLA V.

### O VODĚ

**N**ž posavad o povětrí bylo praveno: již tedy počátek ukazuje, abychom o vodě zprávu učinili. Jest pak voda v přirození svém studená a vlhká, aniž dává jakou potravu tělu, ale jako lékařství ochlazuje a svlažuje a k zažívání pokrmu napomáhá.

Znamení dobré vody jest, když jest čistá a lehká: dobrá také voda jest ta, kteráž nešmakuje a nevoní, která se snadno zhrěje a zase vychladne, kteráž bývá v létě chladnější a v zimě teplejší a kteráž se beře z potoku aneb řeky hluboké, jejížto dno není bahňivé ani slatné. Schvaluji se i ty vody, kteréž v dobře vyčištěné a vyřčené mčednici žádné poškrvny aneb mrvy po sobě nezanechávají a v nich vaření snadné a brzo uvře.

Voda pak nejlehčí jest dešťová, po ní studničná, potom říčná a pramenitá, naposledy ledová aneb sněžná z rozpuštěného ledu aneb sněhu. Tato obojí zlá jest, jako i z louvičné anebo močidla, kterážto však nejhorší jest, protože ustavičně stojí a nikdá se nehýbe. Summou zlá jest všeliká voda kalná, hustá, smradlavá, slaná a hořká.

Nejzdravější voda jest v létě, z jara a na podzim. V zimě pak nejhorší bývá.

Vám pak žádné vody ani dobré ani zlé pítí není prospěšné a zdravé, zvláště v krajinách těchto púlnočních, kdežto těla lidská velmi schopná jsú k nemocem a nedu-

chům z vlhkosti pocházejícím. Pakli byště vždy z nuzné potřeby musili vodu některou z lepších pítí, tedy jí prvé při mírném ohněčku svařte. Nebo takovým svařením i hustost a hrubost vody se odjímá i všecka škodlivost její se napravuje.

Jakým byšte pak způsobem vody užívati měli k umývání těla, rukou, tváři, očí a uší i k lázni, také o tom vám doleji naučeni dám, jako i o vodách vonných, o nichž ačkoli jsem napřed něco málo dotekl, však potom ještě více praviti budu. Není pak tuto mé předsevzeti aniž sem přináležeti vykládati, jak zlatro, stříbro a occl i jiní kovové v vodě hašeni býti mají, aby od nich voda zvláštní moci nabyla. Toho toliko doložím, že velmi dlouhého věku a silného přirození bývají ti lidé, kteříž těch dvou žvlů - povětrí a vody - dobře užívají a výborné pokrmy jídají.

## KAPITOLA VI.

### O OHNI

**O**heň jest přirození horkého a suchého a nejlepší bývá ten, kterýž se z dříví suchého a vonného zapaluje.

Jako proti tomu zlý oheň jest z dříví zeleného, syrového a smradlavého aneb z uhlí, kterýž hlavu člověka velmi obrěžuje. Jakož pak mírný a suchý prostřední oheň vlhké páry v pokojích rozptyluje, škodlivé a zlé povětrí v domě napravuje, zevnitřni studeno zapuzuje a přirozenou horkost vzbuzuje. Tak nemírný a veliký oheň a z něho dým škodí očima, plecům i hlavě, přináší časté flusy, reumy a ozhrívky a přirozenou vlhkost v člověku vysušuje. A protož nechvalitebný a zlý jest obyčej našich zemanů, kteřížto majice dostatek dříví v této krajině, tak hojně a veliké ohně v domích svých dělají, že by se od přílišného horka a dýmu téměř udusiti mohli. Já pak nctoliko k ohnauom velikým vám neradím,

ale i světnice topené zhola vám zapovídám, protože jsou zdraví vašemu náramně odporné a škodlivé.

Užívejte tedy mírně zahřívajícího ohně pod vláským kominem a palte pod ním jalovec, myrtové dřevce, terebinth, bobkovi, šalvěj, rozmarýnu, lavenduli, dříví jedlové, dubové a bukové.

Varuju se dříví, kteráž z sebe vydává zlý a těžký dým, škodlivý hlavě aneb jiným některým oudům těla, jakož jest topol, bez, fladr, moruše a všelijaké trní. Jestliž pak mnohem lépeji a užitečněji něctco zimy vytřpěti, nežli takovou moc horka snášeti, až by z vás krůpěje potu dolů padaly a tekly. Avšak nic méně s pilností opatrujte proti zimě hlavu, prsy, nohy a krk. Nebo jako mírné a pohodlné teplo nápomocné bývá k zažití pokrmů, tak přílišná zima škodí paměti i jiným oudům. A protož tak sobě ohně dělati dějte, jakž by tobo potřeba k zapuzení zimy a vzbuzení přirozeného horka ukazovala, s pilností šetříce, abyste na žádnu stranu z mírnosti a glejchu nevystupovali. Nebo kdež se to stává, tuť přirození uraženo bývá. A to buď dosti o ohni pověděno.

## KAPITOLA VII.

### O POKRMU A JÍDLĚ

známivše vedlé předsevzetí našeho, což dosti bylo o povětrí, vodě a ohni, již tu k pokrmu a nápoji přistoupíme. Cožkoli suchého těla člověka z podstaty jeho uchází a ubývá, to se zase každého dne pokrmem nahrajuje: jako nápojem navrácuje se to, což se z podstaty vlhké potratilo. Však nejvíce potřebí jest šetřiti při tom, jakých pokrmů, jak mnoho, kdy kterého času a jakým pořádkem požívatí máme. Protož obíratí se má pokrm podstaty prostřední a mírné, a ktráž by v těle dobrú krev dě-

lal. Nebo jestliže se tělo krmí a naplňuje zlým a zkaženým pokrmem, nemůže se než samo také pokaziti a zle míti: protože z pokrmů dobrých a jadrných rodi se dobrá krev, z porušených pak a zlých zlá krev se rozmáhá.

Jsou pak pokrmové nejednostejní, ale rozdílní: někteří jsou subtylní, někteří prostřední a jiní hrubí. Subtylní a lehčí dávají krev subtylnou, jako kuřata dobře vykrmená, vejce výborná, pšenice, maso vepřové nové. Mezi prostředními jsou maso beránekové aneb jehentí, skopové a telecí. Hrubí a těžcí pokrmové sluší na ty lidi, kteříž jsou horkého přirození a s hmotnými pracemi se obírají, jakož jest maso hovězí, kravské, svinské, zaječí, jelení a jiné zvěři, ktráž se myslivostí loví a zdá se mnohým zdravější býti nežli maso pitomých a doma chovaných hověd.

Abyste pak věděti a znáti mohli, ktráž se pokrmové lehce aneb zase těžce zažívají, pořádně vám je představím.

Snadné k zažití jsou fíky, rozinky, mandly sladké, locika, apich, ječmen svařený, maso vepřové, kuřata, koroprvy, drozdi, vejce slepičí a ptačí, rybičky, ktráž se rády v kašmení a v místech skalnatých drží, ptačí etc.

Těžcí pak pokrmové k zažití jsou chléb nekvašený, bob, šocovice, cizrle, kdoule, kaštiny, lískoví ořechové, oljovky, vokuřky, zeli, houby, řípa, maso kozlové, hovězí, jelenina, ryby tvrdé a klejovaté aneb lepké, ptačí, ktráž se rádi drží v bahništích a močidlách, kačata, husy, holoubátka, jeřábi, pávi, raci. Item někteří oudové od ptákův, jako krk, játra, slezina, ledvina, žaludek, pupek a střeva, sejr — jak starý, tak i nový.

Mléko mandlové s cukrem má vždycky bývati na stole našem, též i mléko kozi s cukrem a vláským koprem na lačný život přijaté starým lidem nezle prospívá. Cukr od přirození zahřívá a obvlazuje, v mírnosti posilňuje, zažívá, vyčišťuje, žaludku pomáhá: ale však užívá-li se ho nad míru, zacpává, jakž smysll Avicenna, a velmi se snadně v choleru aneb pěnohorkost proměňuje. Zloutek od vejce velmi snadně a téměř všechen v krev se obracuje.

Chválu má i svinské maso, protože mírně zahřívá a obvláží a nad jiné pokrmy mnoho potavy dává: však že jest flegmatické a vodokrevné, ne každému k zdraví slouží. Máť pak veliké podobenství s tělem a masem člověčím aneb lidským.

Jelenina ač jest nezáživná, však proto vši svú moci a podstatou odpírá jedu, kromě ocasu, kterýž sám také jedovatý jest. Já za to mám, že maso jelenů mladších dobré jest proti zimnici, anobrž i zdravé zvláště těm, kteříž snadně zažívají. Ružků jeleních malých a mladistvých knížata v potravě užívají a jsou mocni proti jedu, jako i kost, kteráž se v srdci jelením zarozená nachází.

Mezi rybami obírány býti mají drobné, kteréž se v kameni drží, šupinaté a neklejovaté, kteréž plovají v řekách a v čistých vodách. Veliké ryby přinášejí zdraví veliké škody. Chválím štika, ale ouhoře a lině soudím za nezdравé a zavřené. A jakož všeliký tuk škodlivý a zlý: tak rybí tuk jest neškodlivější a nehorší.

Omnis pinguedo mala, piscium pessima.

Všeliké pak vesměs maso i ryby když se pekou, nabývají tvrdosti, horkosti a suchosti nějaké a tělům lidským více potavy i síly dávají, nežli maso aneb ryby vařené.

Chléb jezte bílý aneb pšeničný, dobře vypečený, nezhola od votrubů vyčištěný, dělaný z nového obilí, nepřilíš ztvrdlý ani starší přes tři aneb čtyři dni. Chléb teplý a novově pečený jísti velmi bývá škodlivé. Ale střída ještě horkého chleba vložená do vína užitečná jest, aby k ní voněli, nebo srdce občerstvuje a posilňuje a duchy vnitřní zachovává. Kuora od chleba dobrá jest těm, kteříž mají žaludek zbytečnými vlhkostmi naplněný. Chléb pak nezažítý více škodí přirození nežli maso – vedle obyčejného přístrovi:

Omnis repletio mala, panis vero pessima.

Každé přeplnění jest zlé, ale od chleba nehorší.

Sool jest z přirození horká a suchá, dává chuť každému pokrmu, chťivost k jídlu vzbuzuje: ale nemírné její užívání

jest nám škodlivé, protože připaluje krev, škodí zraku a svrab aneb prašivost přináší.

Mléko jest přirození horkého a vlhkého, jest přibuzné a užitečné lidskému přirození: nejvíce slouží malým dětem a starým lidem; ale těm, kteříž na zimnici stoní, nemnoho prospívá.

Což se ovoce dotýče, dostatečně vám zapovídám, moji synové, abyste ho nepožívali a nejedli. Nebo více zlého a nezdравí, nežli dobrého a zdравí přináší. Však z ořechů a fíků strojivá se lékařství, o němž vám potom oznámím. Chválím rozinky a cibeby, kdož by jich ráno, prvé než by co jiného jedl, požíval. Může se jich užívat i při vaření jiných pokrmů pro lepší chuť, jako i jiných ovocí, nebo tím způsobem přirozenou jedovatost potracují.

Dokudž pak zdравí a čerství jste, dotud pokrmů, kteréž nad jiné žádostivi jste, a k nim chuť máte, však mírně uživejte. Nebo kteréž pokrmy člověk s chuti a s libostí jí, ty také žaludek chťivěji v sebe přijímá a rychleji i dostatečně zažívá: Ale proti tomu před pokrmy nelibými a odpornými se odvracuje a je sobě zošklivuje.

Tak mnoho jísti a pítí náleží, aby přirozená horkost v těle našem, na niž život založen jest, ani pro nedostatek potavy neuhaslá, ani přílišnou hojností udušena nebyla, ale aby vždycky vítězíti a přemáhati mohla. Nebo kdež se tomu na odpor děje, to jest že se aneb příliš málo pokrmů žaludku dodává, tu tělo byne a přirozená moc jeho se zemdluje: aneb že do něho příliš mnoho dcpá, tu se přičína dáva ku porušení a zacpání. Nemírnost pak poznána bývá, když se dýchání, puls, moč a stolice mění. A protož tak mnoho jísti a pítí máme, jak mnoho žaludek sněsti a snadně zažítí může, aby síla naše se obnovila, ne udušila. Nebo tak jísti náleží, abychom zase zlačněli, a tak pítí, abychom zžízneli. A opatrování zdraví (jakž Hippocrates učí) na tom záleží, abychom se sytosti pokrmů varovali a čerstvosti ku pracem nabyvali. Aníž se z ničehož zrodilo všechném zná-

mé přísliví: že více lidí a hyne od nemírného žrádla, nežli od meče –

plures perire crapula quam gladio – a že samo nenasyčené hrdlo člověka jest matkou téměř všech nemocí a neduhů a že pro ně a skrže ně častokrátě běh života lidského se přetrhuje a ukracuje. Nechtě tedy čeká pokrm, až zlácníme, a nápoj, až zžízíníme: však aby po jídle k obojímu ještě chuť a žádost pozůstala a nechutí i sytost daleko od nás byla. Jakož pak nemáme do sebe více pokrmů depátí, nežli přirozené potřeby. Tak také bezpečnější bývá skrovnější strava, nežli nětco hojnější. Nebo nejednou se přihází, že kdož se hojnějším pokrmem přeplnil a času prodloužením snadně jej stravuje a zažívá: a byt' také co i přebývalo, však přeplnění postem a zdržením se od pokrmů zhojeno býti může. Zatím na to pamatovati máte, že všecko přílišné a nemírné jest přirození odporné a zahubné: odměna pak a mzda střednosti že jest zdraví a síla.

Jakož pak při všech jiných věcech, tak i v přijímání pokrmu a nápoje dobrého pořádku nikoli rušiti nesluší. A proto napřed dávaní býti mají pokrmové subrylní a lehčí, vaření v jíchách, vlhčí a k zažití snadní: a po těch teprva hrubi, tvrdí, hustí, těžčí a nezáživní: aby snad měkčí pokrmové pro tvrdé ven proniknouti a projiti nemohli, a tak obojí by se zkazili podle starého veršiku:

*Praemittas calidum frigidis et mollia duris.*<sup>3)</sup>

Dvakrát za den jídejte: ale kteříž z vás ještě mladí jsou a věku dospělého nedošli, ti třikrát a čtyřikrát za den jísti mohou, což také i cholericis a starým lidem k zdraví sloužiti bude.

Abyšte sobě jisté hodiny obědu aneb večere ukládati měli, k tomu vám neradím, a to pro domácí i obecná zaneprázdnění. Nebo poněvadž pro rozličné příležitosti odjezdů a myslivosti ne vždycky můžete pohodli učiniti tělu svému, ale někdy obědu i večere do jiného času poodložiti musíte: raději chci, abyšte se v této věci poněkud od lékařských

regulí uchejili a větší pozor měli na to, což potřeba ukazuje, nežli taková jejich naučení. Čas pak k jídlu nepřihodnější jest, když by se pokrmů zaživení vykonalo, což sama lačnost ukazuje: aníž dobré jest jiné pokrmly do sebe depátí, prvě nežli by prvni docela zaživen a stráven byl.

Když jíte, nedlouho se meškejte, ale všecky krmě pojednú sobě předložiti rozkažte a z těch což se vám a žaludku vašemu nejvíce líbiti bude, obírejte. Pokrmly také než byšte pozřeli, nejprvě dobře zžvýkejte a mezi třenovními zuby dokonale zetřete. Po jídle znenáhla se procházejte, potom pak se usadte: podle veršiku:

*Post pastum stabis, passu mollive meabis.*

Po jídle státi budeš, aneb se málo průjdeš.

Dokavad jste mladí, v zimě, když jsou dlouhé noci, mžžete a máte štědřeji a více večereti, nežli obědvati. Jináč, když byšte těžkost nějakou měli od reumy, od flusuov a nočních neduhov, suché pokrmly s měkkým a s nápojem v jedné váze srovnejte. Mezi jídlem často a pomalu se napájejte. Mezi obědem a večerí zdržeti se od pití velmi prospívá k trávení a k zažití pokrmů. Ale však děti a křeťi jsou pňohorkého přirození, ti se k tomu tak tuze nezavazují. Od oběda k večerí nechtě při nejmenším projde šest hodin, aby se v tom času přední svaření a zažití pokrmů vykonati mohlo. V zimě lépe učíníte, když užívati budete pokrmů v moci a v skutku teplých, v létě pak studených. Ale již k nápoji postupme.

mezi pitím požívá, odpírají opilství, protože nedopouští páram do hlavy vstupovati a zemdlují moc vína i šmak aneb chuť jeho.

Nejlépeš a nejistší lékařství pro opilství jest dávení, aneb otevření života skrze stolice, jakž učí Hippocrates. Nebo všeliké nemoci vzrostlé z přeplnění zase vyprázdněním se hojí.

Naposledy sen dokonale uzdravuje opilství, a kdo se opil, tomu tak dlouho spáti náleží, dokudž jaké říhání aneb zivání pozůstává. Nebo – jakž svědčí Galenus – sen slouží k zaživení pokrmů, bdění pak k strávení a rozdělení. Však ne ihned po pití ležet chodte, ale při nejmenším za jednu hodinu po komoře se procházejte a bděte.

Avicenna tento dolejší položený sirup proti ožralství složil, ale já jsem až posavad moci jeho nezkusil. Nebo vzděly se proti opilství raději opatrují hořkými mandly, amethystem, sladkými věci, chladnými vůněmi, růží, fíolou a kaffrem, jestliže se dávíti nechci, abych zdraví svému neublížil, jakž jsem vás i nahoře o tom napomenul.

♦ Vezmi

šťávky anebo mizy košťáluv bílé kapusty.

Mizy aneb vodnatosti jablek granátových.

Octa z výborného vína, jednoho každého dva loty.

Nech, až zevře při ohni několikrát a udělej sirup.

Vy pak z předložných věcí můžete užívatí toho, což uznáte, že by nejlépe přirození vašemu sloužilo. To v jistotě člověku není užitečné ani zdravé.

Pročž jsem k vám té naděje, že pamatujice na mé toto napomenutí, a pokudž vám obcujícím mezi lidmi nejvýše možné, varovati se budete opilství, jako nejistší zhouby a zkázy, a raději svrchovaného Pána Boha, přísně zapovídajícího ten hřích, uposlechnete, nežli byste za příčinou dobrých tovaryšuv a přátel dobrovolně k smrti dříve času dospíchati a kvapiti chtěli.

## KAPITOLA XLVIII.

### VYPSÁNÍ NĚKTERÝCH LÉKAŘSTVÍ A RECEPT PROTI JEDŮM

**J**ž posavad ukázal jsem vám některá kratičká naučení, užitečná k zachování dobrého zdraví a prodloužení života. Již nyní při konci předložím vám vypsání některých lékařství odpírajících trávení a jedům.

Předně pilný pozor a péči mějte na pokrmy, kteříž se vám předkládají, a prvé k nim vonějte, nežli byste je v ústa kladli, a v ústech dlouho jazykem i zuby je žvýkejte. Nebo jestli pokrm jedem napuštěný aneb jedovatý, ten ihned hrdlo uráží.

Potom varujte se, ať pokrm váš nemá chuti neznámé, cizí a rozličné, aniž ho pojednou a rychle požírejte. Nebo žádny se tak rychle a brzo jedem nenakazí, jako člověk obžerný a lakomý. Pro kteroužto příčinu tomu chci, aby žádny z vás příliš hladovitý aneb žíznavý k stolu nesešal, aby snad velikou chtivostí a žádostí pokrmu jsa oklamán, předané jedovatosti rozeznati neuměl a nemohl.

Proti jedu přijatému takové jest hojení, aby ten, kdož jedu okusil, ihned dávení sobě vzbudil, napije se vody teplé s máslem, aneb teplého oleje, aneb i vody teplé s octem; potom aby pil mléko aneb máslo, aneb aby přijal bílý trus slepičí smažený v víně, kterýž také v té potřebě dávení vzbuzuje.

Dávení pak trvati má ustavičně a tak dlouho, až by otrávený necítil ani vůně ani chuti ani zření ani nechuť tenství ani také jiné těžkosti. Nebo kdež toho něco jest, znamením bývá, že ještě něco jedu pozůstává.

Po dávení dej mu dobrého dryáku s vodou jitrocelovou, kaviásovou aneb šťovíkovou, aneb Mithridáta neb Diomoschium z apateky. Několik také zrn jalovcových, zetrčených a v nápoji daných, velmi mocně vyhánějí jed. Česnek

a ředkev odjímá moc jedu, jako i smaragd, achates, Akštein a korále a jiné věci, kteráž se koli na hrdlo zavěšené aneb na ruce uvázané mění a svou přirozenou barvu trati.

Někteří praví, že kdož by nosil při sobě ambru, pižmo aneb kámen od zemské záby, bezpečně bude před jedem. Jiní proti jedu na lačný život vlastní moč svůj aneb dítěte neporušeného nově vypuštěný pijí.

Jiní opět předivnou moc proti jedům připisují tomuto prostředku: kdož by jedem otráven byl, aby ihned do koleně aneb mezka vykuchaného, dokudž ještě teplý jest, vložen byl; a maje ven hlavu vystřenu, tak dlouho v něm ležel, až by od moci jedu zproštěn byl. Nebylo-li by dosti na jednom mezku aneb koni, může se jiný dáti vykuchati.

Toho lékařství užívaje, Valentinus Gorgias, syn papče Alexandra VI., od jedu a otrávení byl uzdraven.

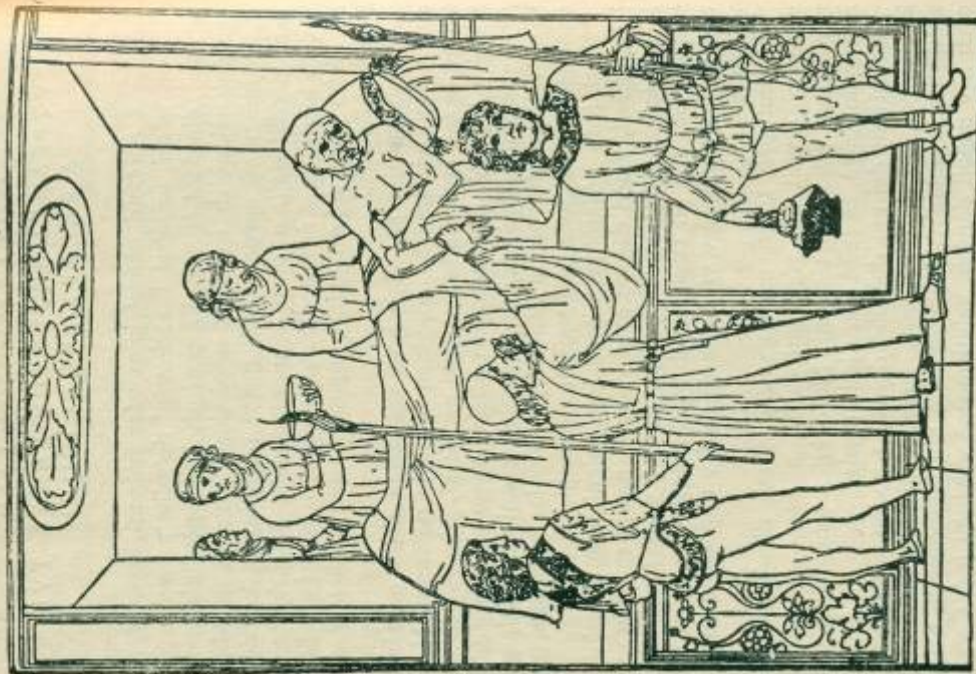
## KAPITOLA XLIX.

### O NAKAZENÍ MOROVÉM ANEBO MORU

moru aneb jedovatosti povětří nětco málo bych tuto dotekl, komu by o něm již prvé mnohých učencých lidí mnozí spisové a knihy najeově nebyli; kteráž vyčistí a z nich radu sobě vzíti můžete.

V tom toliko vás napomínám, že podle vysvědčení všech těch lékařův a doktorův není chvalitebnější a bezpečnější obrany a jistšího opatření proti ráně morové aneb nakažení povětří, jako ujeti aneb utéci, místo a povětří proměnit, a což nejspíše možné, místa porušená, nakažená a morová opustiti, do zdravých a čerstvých se obrátiti, tam povátí a dlouho se zase nenavracovati; jakž o tom obecný veršik naučení dává:

Hans tria tabificam pellunt adverbia pestem:



mox, longe, tarde-cede, recede, redi!

Brzo ujed, daleko zajed  
a dlouho se nevracuj,  
nechceš-li, ať morový jed  
zahubí tobě život tvůj.

Času morního také i tento pytlíček na obranu na hrdlo zavěšený a nošený náramně odpírá nakažení mornímu, zvláště když se přiloží k levému prsu, kdež jest srdce, vedle rady Paracelsovy. Takto se pak strojí:

◆ Vezmi

utrejchu bílého křišťálového čtyry díly aneb loty, červeného díly aneb loty dva.

Udělej koláček okrouhlý, ztlouští prstu, přičině co potřěbí bílku od vejce, aneb lipavosti tragakantové. Potom, zašije do lněného šátku a povrchu do hedvábného pytlíčku, přilož k srdci. Aníž jest potřěbí, aby jej na košili přikládá, než na holé tělo. Nebo ačkoli utřejch vnitř do těla přijatý jest škodlivý a smrtedlný, a to ne z moci nějaké tejně, ale samým zřením, pročť i jedem slouti muože; však zevnitř přiložený silně jedům odpírá, což i vpravdě zkušeno jest.

Může se i tento pytlíček pro ochranu a posílnění srdce složit i a přistrojiti.

◆ Vezmi

safíru, smaragdu, jacinthu, korálův červených a bílých, jednoho každého jeden kventlík  
šafránu třetí díl kventlíku aneb scrupulum I.  
perel půl kventlíku

utrejchu bílého dva kventlíky

ambry šesti zrn ječných ztíží

kořene kosatce suchého a vonného jeden lot

jeleního rohu páleného jeden kventlík

zlaté pěny Auripigmenti jeden lot.

To všecko zetři a udělej pytlíček z cendelínu aneb jiné hedvábné věci šarlatové barvy a na srdce přikládej.

Některí, aby před morovým nakažením bezpečni byli, svoji vlastní moč přijíjí. Jiní užívají vůně kořene vomankového, močeného v octě, aneb angeliky aneb zrn jalovcových aneb bobkových. Mnozí nevycházejí mezi lidi a na vítr, leč by prvé něco pojedli.

Nicméně, kdož by od morové jedovatosti nakažen byl, vyčistě a vyprázdněně nejprvé, co nejrychleji možné, žaludek a cesty obecné, ihned užijvej prášku pro pocení, však ne prvé až by přirození své ku pocení náchylné a způsobně poznal, také i klystěru.

Potom přijímej jiná lékařství odporující nemocem morovým, jako jsou Dryák a Mithridat; však ne tak, jakž bývá, aby ta lékařství pojednou, aneb jedno po druhém přijal, ale třikrát aneb čtyřikrát za den, dada vždýcky od jednoho přijetí až k druhému šesti hodinám projíti.

Ukáže-li se zevnitř hliza aneb pryskýt, přisad nedaleko od téhož neduživého místa pijavice, kteréž krev saji, zvláště není-li na oudu předním. Avšak lépe jest přisazovati prvé široké a veliké banky s mnohým plamenem, aneb kouta aneb štěně aneb plíce od hovad často přikládati.

Zpočátku pak té morní nemoci, prvé nežli by jaké léky přijal, ať se varuje snu a žádným způsobem ať nespí, aby moc jedu a nakažení, spolu s krví proniknouc do předních oudův, neumožila ho a nezahubila, přikládaje ty věci, kteréž srdce a jiných oudův posilňují; anobrž, pokudž možné, i toho šetřiti má, aby se pokrmy žaludku svému nejprjemnějšími občerstvoval a Pánu Bohu svůj život i všecko jiné srděčnými modlitbami poroučel; přitom jiné věci lékařské umělemu a zběhlému světil tak, aby mu Buoh svou božskou milostí a dobrotou, lékař pak uměním svým nápomocen byl.

Tak mnoho předloživ o jedích a o moru, již pořad ukáží vám některá lékařství proti jedům.

Lékařství krále Mithridata proti všelijakému jedu  
a zvláště mornímu

## MOUDRÁ ŽIVOTOSPRAVA

**V**lhkosti třeba je k pití a umýt si musíš i líce, v létě vhodná je chladná, leč v zimě var prospěje více. Jestli hned po jídle lehneš, tu tělo se mlácením ruší, jdeš-li s vopící spát, tu rádně ti zalehnou uši. Strašit se, hladovět, padat pak na zem a tlouci se o ni, ožrat se, zvracet a mrznout – no, nediv se, v uších že zvoní. Lázně, víno a frejč, větrat se, vrhábý v čmoudu, pórek s cibulí, čocka a hořčice, tejrání oudů, slunění, ženštiny, úpal a bendění – prášit si boudu, pepřit si, kořenit fazole, nespát pak – uchystá zhoubu, brečet – to vyloupá oči a do rána zdraví je v čoudu! Fenykl, růže a vlašťovčí bylina, routa a sporyš, z těch je léčivá voda, již oční si choroby zhojíš. Setřít si zuby, tož pórková zméčka nasbírej valem, příprav z nich hustoučký lektvar, však blín v něm musí být spálen; inhaluj z tohoto moku, však zub ať je v kouření stálém. Oříšky, oleje, chlastání, prostydlost, úhoři v moři, nacpat se syrových jablek – to hlasivky chřáplavě zmoří. Posti se, vstávej a teple jen pojídej, věnuj se práci, dýchej teploučký vzduch a nechlastej – pšouk se tak ztrácí. Nechytíš revma, jen zachovej příkaz – toť nejlepší péče – nemočí říká se „katar“, když sliz ti do prsou teče, do krku leze zas „bronchis“ a do nosu „chřipka“ se vleče. Arseník zamíchej k síře, – jen napínej paměť i uši – do těhle směsice přídát i vápno a mýdlo se sluší. Z takové čtveřice léků když nasypeš čtyřikrát míru, zapčeš i čtyřikrát fistuli“, neboli hnisavou díru.

## LIDSKÉ TĚLO, ŽIVOTNÍ ŠTÁVY A LETORY

**V**šlověku dvacet a sto devět kostí tu našly si místa, v ústech každý z nás třicet dva zuby měl by mít zčista, žilek zas šedesát pět bys napočít plus k tomu tři sta. Životních šťáv v nás obíhá čtveřice – pravda je jistá: krevní a slizní dvojice: žlutavá s černavou žlučí. Shoda je v čtveřici: vzduch to je krev – tak dávno se učí – voda je sliz, žluč žlutavá oheň a černá je země: šťávy pak letory řídí, jak převládnou ve vás i ve mně. – Sangvinik plný je žertů a tlouštíček bývá to lepý, pořád jen drby si shání a rád slyší o lidech klepy, baví ho ženské a pitky a chechtání u jídla zhusta, veselou letoru mívá a sladkostí napaná ústa. K studiu talent – to má a učí se, nezná tu hranic, jak ho co pichne, tak dožrat se nechá i pro nic a za nic. Štědrý a laskavý, bodrý a úsměvný, ve tváři rudý, zpívá si, masitý v těle a smělý dost – dobrák je všudy. – Šťáva ze žluté žluči – ta náleží útočným lidem, jindy jich letora touží všechny zas přetrumfnout klidem. Učí se náramně lehce a snědí dost, rychle pak rostu, velkomyslní páni a špíhavci středostí prostou. Ježati, klamavi, prchli a hýřivi, do všeho vletí, zchytrali, útlí a suší, rýšavě šafránu pleti. – Sliz – to je zmírněná zdatnost; lidé jsou širocí, spóři, dělá jim tlustoučké tělo a krev je zas nohmálním tvoří. Ve chvílích volna k studiu nelnou, spíš oddat se spaní, loudavý pohyb a chabost, jak letory lenost jde na ni. Ospalé, lenivé flegmatik chodí a plivá co chvilí, duševní schopnost je slabá; je přitloustlý, ve tváři bílý. – Letoru chmurnou černavé žluči je vyložit nutno: vytváří patrony málomluvné, jim pořád je smutno, nad knihou do rána sedí a duch jejich pohrdá spaním, pracovní plán je tak drží, však nevidí jistotu za ním.