

crocodilo le abre la boca, y ella entra dentro, y le espulga y limpia los dientes y lengua de las espinas y carne que tiene entre los dientes; lo cual es alimento de la dicha ave. El crocodilo, al gusto y sabor que toma rascándole las dichas reliquias, quédase al sol boquiabierto y dormido. Su contrario el igneumon está acechando hora, tiempo y lugar, y en viéndolo dormido así boquiabierto, salta y se le entra por la boca como una saeta, y se entra dentro del cuerpo y le roe las entrañas y rompe el vientre, y sale él libre y vase, dejando su contrario muerto.

## TÍTULO XIII.

Afecto de vergüenza, que hace este daño en su proporcion.

Este afecto es bueno, y aunque no es virtud, es gran señal de la virtud. También derriba del cerebro de la misma manera á más y ménos, y algunas veces mata ó vuelve tontos, como se ha visto en nuestros tiempos en muchos, saliendo á actos públicos, como en lecciones de oposicion y en presencia de reyes, y otros actos semejantes, como se ve cada dia. Plinio cuenta que Diodoro, profesor de la dialéctica, en unas sustentaciones, no sabiendo responder á la cuestion y argumento que le puso Stilbon, de vergüenza se cayó allí muerto. Yo vi á un misacantano volverse atónito y tonto, y así estuvo mucho tiempo. En los niños y mozos derriba una sangre sutil por el cuero, que viene á la cara á proveer de cobertura; y así muchos niños, de vergüenza, con la mano se tapan los ojos y se ponen colorados, lo cual es señal de gran virtud. Preguntada Pitias, hija de Aristóteles, cuál era el mejor color de la cara, dijo: «El que hace la vergüenza.» Los elefantes tienen vergüenza, y de ellos podrian algunos hombres aprender honestidad y vergüenza, porque nunca se juntan con su hembra sino en escondido, y sienten el afrenta y castigo de palabras injuriosas.

## TÍTULO XIV.

Afecto de congoja y cuidado; el que apresura la vejez y trae canas.

Congoja y cuidado de lo futuro, como sea un género de miedo que no suceda mal aquel negocio por falta suya, ó se erró, ó se olvidó, también mata á la larga, ó hace daño en su proporcion, y derriba mal humor vicioso. Cada uno lo habrá visto y experimentado cuando tiene grandes congojas y cuidados, los cuales dan fatiga, envejecen y traen canas, estorban la digestion y vegetativa, y suelen decir: «No me llega el cuero á la carne»; aunque más daña el ocio como, se dirá. Plinio dice que las picas, que son urracas, mueren del gran cuidado y deseo de aprender las palabras que les enseñan hablar. Los cuidados se han de dejar á tiempos, y ponerlos en un lugar, como en un papel, haciendo lista, y fijarla en la pared, y alivia la congoja y miedo de la memoria, y sin pena se miran allí los cuidados, y se hacen, y á la noche se duerme mejor. Y si son pocos y no usa de lista, de que se desnuda, ha de ponerlos y dejar los cuidados en el jubon, para tomarlos en la mañana con él. Este afecto apresura la vejez y las

canas, como se vido en el mozo, que preso á la noche, amaneció cano en Granada, y en el que amaneció la media cabeza cana por palabras que oyó de la boca de su Majestad. La gran congoja se aliviará con razones del alma: lo que es, ya es, ó lo que ha de ser, será; mi fatiga no lo mejora ni remedia.

## TÍTULO XV.

Afecto de misericordia, que hace este daño.

Como la misericordia sea pena y dolor de la miseria ajena, también derriba jugo del cerebro y lo hace vicioso á más y ménos, y así mueve lágrimas y se amolecen, y vienen síncoas y grandes daños, como de ver curar un herido, ver matar á otro, y áun de ver matar un animal viene gran daño, en la manera dicha, á mozos y mozas tiernas. Siéntese en los muslos, porque lo que cae del cerebro va por aquel lugar. Esta misericordia podrian aprender los hombres de algunos animales, y ves que mantienen y regalan á sus padres en la vejez, como de las cigüeñas y de un género de ratones que cuenta Plinio.

## TÍTULO XVI.

Afecto de servidumbre ó pérdida de libertad, y angostura del lugar, que hacen el mismo daño.

Pérdida de libertad no voluntaria hace el mismo daño, derribando humor del cerebro por el cuero, y causa ictericia á unos, á otros aquel humor comunmente se convierte en piojos, en tanta cantidad, que aunque los quitan y raen de las carnes, de allí á un momento tienen otros tantos, y mueren de ello, como se ha visto en galeras y cárceles; porque, como perder la libertad sea gran pérdida (y áun la mayor), derriba con gran vehemencia y mata á muchos, ó viven poco tiempo en aquella servidumbre. Plinio dice de una gente que en siendo cautivos luégo mueren. Las esclavas ábiles, en llegando á la discrecion, mueren, especial si tienen hijo esclavo.

Este daño también lo sienten los animales, y mueren; vese en los que encierran en jaulas, como el ruiseñor y animales que cazan. Plinio trae algunos animales que nunca jamas se pudieron ver vivos, porque en cazándolos y en perdiendo la libertad, luégo mueren, como los toros silvestres, que tienen los cuernos movibles, y el unicornio. La angostura del lugar es casi lo mismo, y se han visto morir muchos, como murió Tales Milesio en el teatro, mirando unos juegos, angustiado de la mucha gente y poco lugar; y las yerbas espesas unas á otras ahogan, y el ganado estrechado muere.

## TÍTULO XVII.

Siete afectos que son pecado en el hombre.

Los afectos del hombre que son pecado dañan principalmente al alma, pero también al cuerpo, haciendo el mismo daño en su proporcion alguno de ellos; y porque esta materia está escrita, no nos detendremos en ella. ¿A cuántos la soberbia y avaricia (que sólo el hombre la tiene entre todos los animales) acarrió

la muerte y grandes daños? ¿A cuántos la ira y apetito de la venganza? ¿A cuántos la insaciable sed del dinero quitó la vida? Del cual vicio no toma el hombre ni goza para sí más del trabajo en balde. Dice Horacio: «Tanto le falta al avaro lo que tiene como lo que no tiene, porque no goza de ello.» El avaro es como Tántalo en el río, que tiene el agua hasta los labios, y abrasándolo la sed, no puede beber. ¿A cuántos mata la gula? Pues el mucho comer pusieron los médicos antiguos por principal causa de enfermedades y muertes, y así dijeron: «Más mata la gula que la espada.» La envidia sólo el hombre la tiene, es de muy baja y vil condicion, es vicio de pusilánimos, da muy gran tormento, como sea pesar del bien ajeno; enflaquece y consume al miserable que la tiene, porque aquel pesar del bien ajeno derriba humor vicioso del cerebro, y así se va consumiendo.

Rod. Ya vemos que en la materia que está escrita no os quereis detener; decidnos de la lujuria, pereza y ocio.

## TÍTULO XVIII.

De la lujuria, la cual acorta la vida y causa diversas enfermedades.

La lujuria, ó acto venéreo, es el mayor contrario y que más consume la vida de todo viviente, planta, animal y hombre, como se ve claro en la vid no podada y en animales muy lujuriosos, que tienen poca vida; esto es en el hombre, porque derriba el jugo de su raíz, ó húmido radical, por dos vias, posterior y anterior. Lo posterior va por su tronco, que es la médula espinal, y esto sale fuera del hombre, como los frutos en los árboles. Y lo anterior cae comunmente al estómago y lo enfria, y debilita á él, y desconcierta su armonía y calor, de lo cual sucede otro nuevo daño al cerebro ó raíz, y le causa tristeza y deflujo por diversas vias; y así suceden diversas enfermedades, segun al lugar donde va á parar, y suceden muertes, como es cosa notoria que muchos mueren por el demasiado coitu, y algunos murieron en el mismo acto venéreo, como Cornelio Gallo, pretor, y Tito Etherio, caballero romano, y otros que notó Plinio, y en nuestra ciudad hemos visto no acostarse dos veces con la esposa, porque de la primera nunca más se levantó. Toma este aviso: no uses del acto venéreo sino es á la mañana en ayunas, habiendo dormido, y es bueno reiterar el sueño despues del coitu.

## TÍTULO XIX.

De la pereza y ocio. Qué hace este daño en su proporcion.

La pereza y ocio demasiado, y mucho dormir, hace caer del cerebro humor y jugo vicioso, que hace gafos y tullidos. Este vicio se nombra ignavia ó inercia. La ociosidad es imagen de la muerte, y el ocioso del hombre muerto; corrompe la salud del hombre, como las aguas estancadas, que no se mueven, se corrompen y hieden. Dijo Ovidio: «Así corrompe el ocio al cuerpo humano, como corrompe á las aguas si están quedas sin movimiento; y así vemos á los ejercitados en el campo vivir más tiempo y más sanos que los enchar-

cados en las plazas.» En este quiero dar un aviso (que si lo experimentas, sé que me lo agradecerás): que goces de respirar el aire limpio y fresco de la mañana y aurora, cuando viene huyendo de los rayos del sol ántes que salga, á lo ménos en el verano, saliéndote al campo muy de mañana, obra salud maravillosa, da gana de comer, humedece el cerebro, hace rejuvenecer, vuelve mozos, y en el dicho campo hacer algun ejercicio da gran salud, porque de otra manera, el mucho ocio sin ejercicio, y mucho dormir, hace muy blando, tierno y aguanoso el cerebro, y se derrite y cae fácilmente, y así vienen los daños dichos y muchas enfermedades; y por esto la prole real y señores muy regalados tienen más enfermedades que los que trabajan, y con pequeña ocasion mueren, como los niños y como los tallos tiernos de la vid, que con un pequeño frio mueren, porque está el cerebro tan tierno, blandujo y aguanoso, que en comenzando á derretirse y caer ó hacer su flujo, corre tanto, que no cesa hasta la muerte; y vemos por experiencia que áun hasta los papagayos en las jaulas, y á los caballos que no los ejercitan, les da gota también, como á los hombres, y por esto es mejor el pan segundo que el de la flor, y dormir en cama dura que no en blanda, y el poco regalo que el mucho y el trabajar que el holgar. Bien lo muestra la composicion del cuerpo humano, pues te dió naturaleza dos manos con tantos goznes y coyunturas, para entender en algo con ellas, y te dió dos ojos, ambos en la parte delantera, para que vieses lo que con ellas haces sin torcer la cabeza, como otros animales, que los tienen en las sienas. El ocio es inventor de vicios y pecados, pues al que se priva de algun ejercicio natural tanto al hombre, justa pena le viene luégo, que es la gota, la cual nombran mal de ricos; el cual daño y otras enfermedades les viene por la causa dicha de hacerse el cerebro blandujo, aguanoso y fluxible con el ocio; y así es gran yerro en el mundo el que hacen los reyes y otros muchos, de apartarse donde pueden tener ocios seguros, salvo si no es en gran vejez.

## TÍTULO XX.

Afecto de los celos. Avisa que los celos matan, y hacen este daño como el miedo.

El afecto de los celos da muy mala vida al hombre, y más á las mujeres, como sea miedo y sospecha de gran pérdida; es un temor y miedo de perder lo que se ama, que luégo se sigue al grande amor; derriba del cerebro mal humor, melancólico, y así sospechan lo que no es, y todo les parece más ó ménos. Son los celos como el espejo de Alinde, donde todo parece mayor de lo que es, y muchas mujeres pierden el juicio; causa muertes y enfermedades, angustias y torcer la boca, desvario y locura en hombres y mujeres. Ninfa, enamorada de Hércules, murió de celos, de donde tuvo lugar la fábula que se convirtió en la yerba ninfea, la cual quita el coitu, como dice Plinio. Los celos obran y acarrear grandes daños, tormentos y muertes. Próeris, mujer de Céfaló, herida de amor y celos, yendo su marido á caza, le siguió, y para ver qué hacia, se escondió en una mata, en lugar conveniente de la montaña, y pasando el

marido cerca, vido menearse la mata, y entendiendo que era alguna fiera, le tiró y la mató. Lo mismo aconteció á la mujer de Aemilio, mancebo. La mujer de Cianipo Tesalo, queriendo ver qué hacia su marido en caza, instigada de celos, hizo lo mismo, que fué en seguimiento y se escondió en una mata, y dando los perros en ella, pensando que era fiera, la despedazaron. Este afecto de celos es de la sensitiva, y es comun á otros animales, como se ve claro en los gallos y caballos, que se matan unos á otros. A Crátis, pastor, estando durmiendo, le mató un cabron á grandes cabezadas, por celos que dél tenía, que usaba abominablemente de una cabra. Refiérenlo Ludovico Celio y Volaterrano. El leon, dice Plinio que conoce el adulterio de su compañera en el olfato, y luégo la castiga reciamente, por lo que la leona, cuando ha hecho el tal adulterio, si puede hallar rio ó fuente, se baña y limpia ántes que vaya con su compañero. Plinio cuenta que en Africa hay muchos asnos silvestres, que andan á manadas, y en cada manada no hay más que un padre, porque éste, todos los machos que nacen en su grege y manada los castra con los dientes. Los elefantes sienten celos y amores, como cuenta Eliano, en el *Tratado del amor de los alefantes*, por lo cual caen en su furia y enfermedad cada año.

## TÍTULO XXI.

Afecto de venganza.

Este apetito de venganza es sensual; trae grandes daños y desasosiego, porque es una presencia y memoria del daño que recibió, y deseo de dar el talion de aquel daño ó mayor. Acarrea al hombre grandes pérdidas y enfermedades y muertes; daña al cuerpo, y más al alma; no es de hombres magnánimos, porque éstos fácilmente perdonan, y no se acuerdan del mal que recibieron; ántes es de pusilánimos y afeminados: éste afecto es de la sensitiva, muy propio de animales. Y dice Plinio que las serpientes áspides, que andan macho y hembra apareados y en compañía, si matan al uno de los dos, le queda al otro increíble cuidado de la venganza; y así sigue al hombre que le mató su compañera con tanta perseverancia, que no le estorban montes, breñas ni peñascos, hasta alcanzarle en poblado, y entre muchas gentes matarle. El elefante es vengativo, del cual cuenta Cristóbal Acosta que en la ciudad de Cochín un soldado le arrojó á un elefante una cáscara de un fruto que nombran coco, y dándole en la cabeza, el elefante, no pudiéndose vengar, la tomó y guardó dentro en la boca, y pasados algunos dias vió al soldado pasear por una calle, y tomó la cáscara con la trompa y se la tiró, mostrándose contento y satisfecho de la afrenta. Cuenta Plinio de una ave llamada egipto, que tiene enemistad con el asno, en tanto, que en oyéndole roznar, arroja los huevos del nido y los pollos se caen, y ella va á vengarlo con gran eficacia, y con el pico le hace llagas en el rostro. Cuenta tambien de otra ave nombrada esalon, muy enemiga del cuervo, porque le quiebra sus huevos; pero cuando aquella ave esalon tiene pelea con la raposa, le ayuda y se hace amigo con ella, para vengarse del otro mayor enemigo, que es la raposa. Este afecto ha de saber dejar el hombre con

prudencia, y curar de su salud, como dijimos de los cuidados.

*Rod.* ¿Cómo se puede dejar una cosa espiritual y que siempre está en el alma?

*Ant.* Si puede en el buen juicio, como los dos embajadores romanos, capitales enemigos, siendo mandados por el Senado ir juntos á aquella embajada, en saliendo de Roma y llegando á las primeras matas, dijo el uno: «Pues es así que hemos de ir juntos, dejemos la enemistad en estas matas, y á la vuelta la tomaremos (palabra de amigo generoso).» Y dijo el otro: «Sea así»; y hicieron su viaje con tan buena amistad y conversacion como si fueran muy grandes amigos; y volviendo de su viaje, cuando llegaron á las matas dijo el uno: «En estas matas dejamos la enemistad; ¿hémosla de tornar á tomar?» Respondió el otro: «No; quédese ahí.» Y de allí adelante fueron grandes amigos.

## TÍTULO XXII.

Afectos que dan salud y sustentan la vida humana.

Hay otros afectos en el hombre, que le dan y acarrear salud y vida (al contrario de los dichos), como son las dos columnas ó empentas espirituales, que son esperanza de bien, alegría y contento; las cuales dos tiene el alma consigo en su cámara (que es el cerebro); porque la tercera empena, que es el calor concertado del armonía, segunda del estómago, no es afecto. Pues estos dos afectos principales y continuos de la cámara de este príncipe, que dan vida y cremento al cerebro del hombre por la concordia y amistad del alma, que allí mora, con las especies que allí entran, no habiendo ninguna contraria, desechada ni aborrecida; consérvase la amistad del alma y cuerpo, y crece y se aumenta lo corporal, que es la médula del cerebro y su jugo. Y con éste la tela que nombran pia madre, alta, yerta, sin movimiento ni caída por tacto, hace recto su oficio, brotándolo para arriba para la vegetacion del cuero, que es la principal, como la del árbol por la corteza. Esto hace con las dichas dos empentas, esperanza de bien y alegría y contento, que es contraria al mayor enemigo, enojo y pesar; los cuales la mueven ó derriban, y cesa su vegetacion dicha; de la cual alegría tocarémos ahora, y lo restante se dirá en la felicidad.

## TÍTULO XXIII.

Afecto del placer, contento y alegría, que es una de las tres columnas que sustentan la vida, salud humana.

El placer, contento y alegría, son la principal causa por que vive el hombre y tiene salud, y el pesar y descontento, por que muere. A este contento y alegría llamó Platon concordia del alma y cuerpo, en la cual puso la salud; y al pesar y descontento llamó discordia del alma y cuerpo, y en éste puso las enfermedades, y con mucha razon, aunque los médicos no lo entendieron.

*Rod.* Todo cuanto habeis dicho va contra lo que tienen todos y el vulgo, que piensa que las muertes suceden de las comidas, cuando no son naturales por vejez, y que la vida consiste en buenas comidas, y que

del comer se engendran los malos humores y vienen las muertes. Y así dijo Arnaldo: «Muchos más mata la gula que la espada.»

*Ant.* Engánanse mucho; verdad es que la comida de mala calidad ó de algun veneno ó demasiada, que el calor no la puede abrazar, engendra mal humor vicioso y desbarata la armonía del estómago, como los afectos desbaratarán la armonía principal del cerebro, como adelante se declarará; y mucho más daño causan las cenas, porque cae una comida sobre otra sin dormir, y la órden de naturaleza y buena salud es de cada comida tomar el jugo de tres maneras, y enviar su parte á este rey y príncipe, que se dice miembro principal ó raíz, el cerebro ó médula de los sesos, y esta parte le envian sus criados del estómago en el sueño principalmente, que es la una manera, como se ve en los niños, que tras de cada comida duermen; por esto las grandes cenas son causa de malos humores y enfermedades; tambien por otra razon, que adelante se dirá. Aristóteles, siendo preguntado qué habia visto en Sicilia, respondió: «Vi un monstruo, que se hartaba dos veces al dia; porque vido á Dionisio, rey de Sicilia, comer dos veces hasta hartarse. Pero es meaja el daño que el comer demasiado hace en los hombres en la armonía segunda del estómago, en comparacion del daño que hace el enojo y pesar (porque éste yerma el mundo, como dicho es), y otros afectos en la armonía primera y principal del cerebro, donde habita y mora el ánima divina, desbaratándola y haciendo discordia entre alma y cuerpo, mediante las especies contrarias y aborrecidas, que allí entran por las cinco puertas de los cinco sentidos.

*Rod.* De esa manera, señor Antonio, mejor es tener poco qué comer que mucho; pues comunmente vemos á los pobres vivir más tiempo y más sanos que los ricos.

*Ant.* Y; cómo si es mejor! sin comparacion, porque el hombre se escapa de este daño del mucho comer, y del otro mayor que dijimos, enojo y pesar, porque no tiene de donde le vengán grandes pérdidas ni grandes enojos; pero dejemos esto ahora para adelante, y vengamos á dar las causas de todo lo dicho, que yo lo pondré claro lo más que pudiere.

Habeis de saber que ordinariamente la mayor parte del humor que en el cuerpo humano se cria cae del cerebro ó médula de la cabeza, y á esta caída llaman catarro ó reuma cuando cae de la parte anterior de la cabeza. Y sabed que las demas enfermedades, que tienen infinitos nombres, es humor tambien que cae de la cabeza por la parte posterior, como más largamente se declara en el diálogo de la *Vera medicina*. Y si lo caido ó catarro ó reuma de ambas partes es grande y de gran causa y vehemente, una sola caída (catarro, ó decremento del cerebro, que todo es uno) es bastante para matar, como se vido en el gran catarro pasado, del cual tan infinito número de gentes murió, que fué una fina pestilencia. Y estos catarros, caidas ó decrementos del jugo del cerebro, pasan en el hombre de esta manera. Primero cae la ventosidad, segundariamente lo más acioso y fluxible, que es la cólera, y lo tercero lo viscoso, que es la fleugma; la cual, como se ve cada dia en una cabeza de carnero, y se puede ver en las de

los hombres, despues de muerto queda colgando un pedazo de fleugma, como gargajo, de la médula de los sesos. Yo tengo opinion que este humor viscoso (que es la fleugma, y lo postrero que cae) es lo que mata á los hombres y hace los mayores daños; pero sea el que fuere, si este humor cae al pecho, da la tos, y si cae al corazon, da epilepsia, y si va al pleuresi, da mal de costado, y si va al bazo, da melancolia, y si va al hígado, desbarátale su calor nativo, y viene calentura; y si va á los riñones, da mal de riñones, y si va á los piés, la gota, etc., como más largamente se tratará en el diálogo de la *Vera medicina*. Y aunque los médicos antiguos juzgaron de otra manera (porque no alcanzaron las caidas, catarros y decrementos del jugo del cerebro por la parte posterior y nuca, ó vicaria del cerebro, que es la médula espinal, que nace del cerebro), su dicho no forzó á la naturaleza á que fuese aquello que dijeron, ántes ella se quedó y está en lo que fué y es; y su dicho no la mudó, ántes sus dichos se mudáran; pero esto quédese para su lugar. Yo tengo muy visto y experimentado que esto pasa así en el hombre, que cuando con esta humedad, jugo, chilo ó substancia, la raíz, que es el cerebro, y la pia mater está firme, haciendo su oficio ó culto (que es tomar y dar), el cual se dirá adelante, entónces es la salud; y cuando cae de allí, y se desminuye y descrece el cerebro, y cesa su oficio de raíz, que es (como dijimos) tomar y dar, son las enfermedades. Y sabed que éste cerebro es la raíz principal que vegeta el cuerpo del hombre, que se dijo árbol del reves. Y el aumento de ésta es la salud, y la disminucion son las enfermedades.

Tres columnas ó empentas tiene este jugo de esta raíz principal y la pia madre, para estar firme en su lugar y hacer su oficio, donde da la salud, que son éstas: la primera, alegría, contento y placer: la segunda, esperanza de bien: la tercera, buen calor del estómago y concierto de la armonía segunda del estómago, como arriba dijimos; y tiene muchos enemigos y contrarios, que le hacen caer aquel jugo del cerebro y armonía primera, cada uno en su proporción, segun su fuerza, y eficacia con que mueven y sacuden la pia madre, y estorban su vegetacion, que brota para arriba hasta el cuero, como más largo se declarará en los diálogos. Pero el mayor que tiene es enojo y pesar, el cual, si es grande, de una sola caída ó deflujo sufoca y apaga el calor nativo del corazon y estómago, y en un momento mata, como está dicho, porque derriba en un instante tanta cantidad del jugo del cerebro, contrario al estómago por su frialdad, que basta á sufocar el calor del estómago, y en un momento mata, y la causa y cómo esto se hace es ésta.

## TÍTULO XXIV.

La manera como hace este daño el ánima en los afectos.

Como allí en el cerebro está el ánima divina, entendimiento, razon, y voluntad, y potencias del alma, llega aquella especie que entra por uno de los cinco sentidos, tan aborrecida y contraria, y que tanto le duele al alma, que luégo el entendimiento y voluntad le arrojan y sacuden, con movimiento de pia madre,

de sí, no queriendo que aquello fuera en el mundo; arrójanla con tal violencia, que arrojan también con ella toda la sustancia, humedad y jugo que tenía la raíz, el cerebro, para alimento, salud y vegetación de sus ramas y para hacer su oficio la pía mater (el cual le dirá más largamente); deséchanla y arrójanla, como cuando á un animal le dan una cuchillada en el pié, y da muchas coces á menudo, arrojando y desechando aquel dolor, y arrojára también el pié, si fuera la materia blanda y pudiera desasirse, como acá puede el jugo y humedad del cerebro; esto hace el ánima con el movimiento de la pía madre, que es la mano del ánima. Al orador que, subiendo á la cátedra á orar (en Roma), se le olvidó totalmente la oración que iba á decir, y el que en la enfermedad olvidó su nombre propio y el de sus esclavos, y el que olvidó las letras, y el que viniendo camino, un aire frío, que le daba en el colodrillo, le hizo perder la memoria, fué que se les cayó y corrió la humedad del cerebro, y con ella todas aquellas especies que en ella estaban situadas.

## TÍTULO XXV.

Afecto de esperanza de bien. Avisa que esperanza de bien es una columna, que sustenta la salud del hombre y hace todas las obras humanas.

La esperanza de bien es la que sustenta (como una columna) la salud y vida humana, y gobierna el mundo, a que hace todas las cosas de este mundo. Ninguna cosa mueve al hombre, sino la esperanza de bien. Todas las acciones y obras exteriores e interiores las hace esperanza de bien. Ésta da salud, como la quita su contraria. Con ésta vive el hombre, y sin ella no quiere la vida. Ésta da alegría, contento, fuerzas y aliento para cualquier trabajo. Ésta es el báculo de la vejez. Ésta quita las fuerzas al grande enemigo del género humano, enojo y pesar, y á todos los demás contrarios de la vida del hombre, que no hacen tanto efecto, aguándose aquel mal con el bien que espera; hace lo dificultoso fácil, alivia todo trabajo. Ésta edificó las ciudades, plantó los árboles, rompió los montes, dió mejor camino á los ríos, hizo las batallas, fabricó las naos, mostró andar y navegar sobre el agua, rompe las entrañas á la tierra, buscando el oro y plata. Ésta sustenta las vidas ásperas. Ésta muertes y martirios los hace fáciles y alegres. Ésta fundó las leyes, escribió las ciencias y doctrinas. Ésta se les ha de dar, y no quitar, á los hombres en las leyes, especial á los que mantienen y sustentan el mundo, como los labradores y pastores, porque con la esperanza de bien pasan sus grandes trabajos. Ésta mueve mi torpe y humilde lengua. Ésta hace obrar las virtudes y buenas obras, como su contraria causa las malas y hace salteadores de caminos. Toma este aviso: guárdate de aquel que no tiene esperanza de bien. Yendo un filósofo por un camino, salieron unos salteadores á matarle, y él, conociendo al uno de ellos, díjole fingidamente: «Sabed, hermano, que vuestro pariente Fulano ha venido de Indias, y trae más de cincuenta mil ducados, y no tiene heredero, y anda buscando todos sus parientes; bien podeis dejar este oficio, y idos á ver con él. «En

poniéndole esperanza de bien, no solamente no le mataron ni le quitaron lo que llevaba, pero diéronle mucha caza y dejáronle ir libre; y así por saber el gran efecto que tiene la esperanza de bien se libró de aquel peligro.

## TÍTULO XXVI.

Afecto de la templanza y sufrimiento, la cual es la señora y gobernadora de la salud del hombre.

La templanza en todos los deleites, apetitos y afectos, es la maestra, señora y gobernadora de la salud del hombre y de la salud del alma. Ésta sustenta la vida y salud humana, y hace llegar á la vejez. Ésta sustenta en paz, alegría y concordia al ánima y sus afectos. Ésta estorba riñas, enojos, tristezas, tormentos, muertes, vicios y enfermedades. Ésta es la medicina general para todos los males del hombre, así de cuerpo como de alma. Con la templanza vivirás sano, quieto, alegre y felice. Ésta, en pasando su meta y raya, luego tiene el castigo en la mano, ninguna cosa perdona. Por no saber usar de ésta, el hombre él mismo se mata y acarrea para sí todo género de males, y el mayor enemigo del hombre es él mismo para sí, por no saber usar ni gozar de esta gran señora, la cual puso su silla en lugar bajo, para que todos la pudiesen alcanzar. En todas tus cosas ha de ser ésta tu regla y compas. El trabajo y el ejercicio has de reglar con la templanza. Con ésta has de reglar tu comida y bebida, sopena que te castigará con tristeza, pesadumbre ó enfermedad. El sueño y ocio también has de tomar con templanza y no demasia, si quieres evitar enfermedades, como gota, opilaciones y tullimiento de miembros. En la lujuria has de guardar sus leyes, término y raya, y en todo deleite y apetito sensitivo, porque es muy rigurosa, y en pasando de sus leyes y término, por pequeño yerro da gran castigo, luego al presente, sin dejarlo para otro día, porque las demasías en trabajo, ocio, comida, bebida, sueño, lujuria y otros deleites, y en afectos, soberbia, ira, enojo, deseo, amor, miedo, congoja, luego derriban y hacen vicioso el jugo del cerebro cada uno en su proporción, y en esta proporción hacen el daño, tristeza, enfermedad ó muerte; y así el hombre él mismo con sus manos se mata, ó se acarrea los daños y enfermedades, ó la salud, contento y alegría, bienes y felicidad. En ésta te quiero dar un consejo y aviso: en toda cosa huye el extremo y demasia; airado, no determines cosa alguna; airado, ni comas ni bebas. Esta gran virtud, templanza, solamente el hombre la tiene y puede gozar de sus grandes bienes, porque consiste en la voluntad deliberada por el entendimiento. Esotros animales no pueden, porque de aquello á que su apetito sensitivo les instiga no pueden volver atrás ni deliberar otra cosa.

## TÍTULO XXVII.

Afecto de amor á su semejante. Avisa que este amor empleado en los hijos da salud al hombre.

El amor á su semejante es afecto natural, da salud y alegría, porque el hombre es animal sociable, quiere y ama su semejante. La soledad le es muy contraria y

causa melancolía cuando no hay compañía consigo mismo de gran entendimiento, porque es necesario al hombre tener donde emplee este afecto de amor, porque si no lo hay, causa tristeza y melancolía; pero mira que ha de ser con la cautela y prevención dicha, porque el demasiado amor es muy peligroso y acarrea muchas muertes, como está dicho; y así toma este aviso de mí (que es semejante á uno de los tres dichos de Chilon lacedemonio, los cuales están escritos con letras de oro en la ínsula Delfos), y es: «No amarás ni desearás nada demasiadamente.» Las cosas que incitan y mueven el amor en el hombre, y son amables, son éstas: sapiencia, semejanza, la eutropelia (que es buena conversacion), música. Estas cosas hacen muy amable al hombre, y mucho más mueven el amor en el crecimiento del cerebro que no en el decremento; quiero decir, en el tiempo de la salud que no en el tiempo de la enfermedad. Este amor y amistad tienen muchos animales unos con otros, como la tienen el ave trochilos con el crocodilo, que ya dijimos. Y Plinio cuenta de un pece, llamado musculus, que tiene amistad con la ballena, y cuando con la gran pesadumbre de los sobrecejos se le atapan los ojos en la vejez, éste su amigo, nadando delante, como destron, la guía y libra de bajios, no se encalle, y le suple la falta de los ojos. Cuenta el mismo Plinio que un animalejo terrestre, llamado nauplio, tiene amistad con un género de conchas que tienen semejanza de nao, porque tiene popa y proa, en la cual sube y cabalga el animalejo, y ella pone la parte vacua alta que haga vela, y los brazos del animal sirven de gobernarle, y así juntos navegan y pasean por el mar: éste se goza de ser llevado, y ésta se goza de ser regida.

Del elefante cuenta Plinio que tiene amor y amistad, por la gran memoria sensitiva que tiene, como el que amó á la vendedera que dijimos. Y dice de otro que tuvo grande amistad con Menandre, siracusano, en tanto que en estando ausente no queria comer bocado; y de otro que amó á una que vendía ungüentos, y la visitaba y hacia grandes caricias y blandicias, y guardaba el estipendio que el pueblo le daba, y se lo llevaba y echaba en la falda.

También el amor para procrear á su especie y hijos da grande alegría y contento, y por eso salud, porque el amor del hombre se emplea naturalmente en su semejante. Este amor de los hijos es de la sensitiva, y es comun á todos los animales, y usan de extrañas astucias para conservar su generacion. Del ave del paraíso cuentan los naturales que cria sus hijos en el aire, porque no tiene piés, ni se los dió naturaleza, porque no los habia menester, como los peces; pero dióle en su lugar una cerda en el pecho, con la cual pocas veces se cuelga de un árbol; siempre vive en el aire y duerme, y en él cria sus hijos de esta manera: tiene el macho (¡providente natura!) un hoyo en las espaldas, y allí pone los huevos la hembra, y cuando los ha puesto, se echa sobre ellos encima del macho, y así juntos y pegados se andan por el aire, hasta que salen los pollos, y salidos, el padre anda cargado con ellos, y la madre les trae su natural alimento hasta que son para volar. Otra ave ignota y sin nombre, en

Scitia, siempre cria sus hijos en la piel de la liebre, colgada en los cogollos de los árboles, por más seguridad de los peligros que barrunta y teme con el amor de los hijos. Otras aves, cuando el nido es visto de algur hombre, mudan los huevos á otro lugar. Las picas (que son urracas) mudan sus huevos con admirable astucia: porque los dedos de los piés no pueden abrazar el huevo, toman un palo pequeño y pónenlo sobre los huevos, y pégalos con la liga que de su vientre echa, y luego mete por debajo la cabeza por medio, haciendo igual peso en un lado y otro, y así los muda cuando le han mirado el nido. De las perdices, dice el mismo Plinio que si, estando en el nido, algun hombre va derecho hácia allá, con grande astucia se levanta y vuela, y se hace caediza junto á los piés del hombre, fingiéndose pesada ó deslomada; y cuando el hombre la va á tomar, da una corrida ó un pequeño vuelo, y torna á caer como si tuviera el ala quebrada, y torna á dar otra carrera, huyendo del hombre que va cerca tras ella, con esperanza, aquí la tomaré, allí la tomaré; y engañándolo á él y á su esperanza, lo lleva hasta que lo desvia á la parte contraria de donde estaba su nido, y entónces da un gran vuelo y vase. De un pescado, refiere san Ambrosio que en el peligro se traga sus hijos, y pasado el peligro, los vomita sanos y buenos.

## TÍTULO XXVIII.

De la amistad y buena conversacion necesaria á la vida humana.

La amistad y buena conversacion es muy necesaria para la salud al hombre, porque el hombre es animal sociable, quiere y ama la conversacion de su semejante, en tanto que algunos llamaron á la buena conversacion quinto elemento con que vive el hombre; es necesario el hablar y conversar al ánima á sus tiempos, y entender en algo de pasatiempo, porque el alma empleada y atenta en algo aprovecha para la salud, y al contrario, estando queda y ociosa, como el agua encharcada, se podrece. También por otra razon son necesarios los amigos, porque si el alma no tiene en qué emplear su amor natural, que brota para fuera, ni con qué llevar sus deseos y gran capacidad, la cual se llena con lo amado, luego se marchita y desmaya, y hace melancolía y tristeza, quedándose como vacía, y frustrado su apetito, deseo y acción natural.

El amigo es otro yo, y así como el ser es la mayor felicidad, y dejar de ser es la mayor miseria, así es gran felicidad ser hombre dos veces, teniendo amigo verdadero. Con el buen amigo los bienes comunicados crecen y se hacen mayores, y los males y congojas se alivian y hacen menores. El amigo procura las cosas del amigo como las suyas. Guarda el secreto, y con él han de ser comunes los secretos del alma, y también las riquezas corporales. Todo lo de los amigos ha de ser comun.

## TÍTULO XXIX.

De la soledad, que hace daño en su proporcion.

La soledad hace el contrario efecto de la buena conversacion, deriva mal humor en su proporcion, hace melancolía y tristeza, da tormento y angustias, como el gran deseo, si no tiene compañía consigo de gran entendimiento y filosofía para hablar y conversar consigo mismo y con su prudencia; que este tal más acompañado está cuando solo, y más solitario cuando acompañado. Por esto dijeron bien: «El solo, ó es como Dios, ó es como bestia, que no siente la falta de la compañía.»

Esta soledad, silencio y tranquilidad son diferentes, porque á ratos son buenas, y á ratos son malas: cuando el ánimo en su alcázar y casa real, que es el cerebro, hace sus acciones naturales de la vegetacion, quiere y ama soledad y silencio (y éste es necesario en la comida, reposo y sueño), y cuando, hechas éstas, hace y ejecuta sus acciones propias animales, entónces quiere y ama compañía, conversacion y entender en algo. La soledad es mala á los tristes y melancólicos, y les acarrea más daño que á otros. La soledad es buena para el buen cristiano á sus tiempos y horas, y en ella se halla lo que muchas veces se pierde en la conversacion, hablando y conversando con Dios en la oracion vocal ó mental, y haciendo paradas en la vida, entendiéndose á sí mismo, y considerando el camino y via que lleva entre manos, y el fin á donde va á parar.

La soledad sienten los animales y huyen de ella, quieren y aman compañía, y andan juntos y á manadas, así las aves por el aire, como esotros animales por la tierra. Dice Plinio que la oveja, si está solitaria cuando truena, malpare, y si está en compañía con la manada, no aborta.

## TÍTULO XXX.

De contrarios que tiene la salud humana, que no son afectos.

Otros contrarios muchos, que no son afectos, tiene la salud del hombre, que hacen el mismo daño, derribando el jugo y humedad del cerebro, y causándole flujo y decremento hasta que lo mata; de los cuales irémos diciendo.

## TÍTULO XXXI.

De la peste, grande contrario.

La peste mata los hombres, haciendo este mismo daño en la manera que está dicha; y este contrario de la peste viene de dos maneras: ó en el aire, elemento, ó en enfermedad contagiosa, que tambien se pega por el tacto del aire. Es cosa tan delicada esta armonía principal del cerebro, que se desbarata fácilmente, y del cremento se muda fácilmente al decremento, y de hacer su oficio y uso de salud, como se dirá, se muda á hacer humor vicioso, el cual, cayendo á más y ménos y por diferentes vias, viene á matar ó dar várias enfermedades; pues con el tacto del aire, con que vive y respira, en un momento se desbarata y hace deflujo y decremento, y cae lo que subia, como vemos en el aire que trae peste ó mala impresion, y se vido en el catarro grande pasado, y vemos que de hablar solamente el que viene herido de peste, aunque sea algo léjos, con otro, se le

pega con el aire. Este mal entra por el olfato ó anhelito, ó por los ojos, que tambien es via fácil para llegar al cerebro, como vemos en el aojar, como se dirá adelante. Y por esto la gente que nombra Plinio astomos, que dice sin boca, que viven solamente con olores de frutos y flores, sin comer, luégo con el mal olor fácilmente mueren; y otras gentes que viven en un valle (que mejor se dirán monstruos), donde siempre hay niebla, y saliendo arriba al aire claro, mueren, como el pece en sacándolo del agua. Los pajaritos de los árboles de la canela, en sacándolos de aquel sitio y aire, luégo mueren. La piravita, dice Plinio que en apartándose del fuego, con el cual respira y vive, luégo muere. El aire con mal olor mata, como el basilisco muere con el olor de la mustela (que es comadreja), y ella muere con la vista del basilisco, sin tocarse el uno al otro, sino solamente por el aire. Hacen esta pelea de naturaleza, y mueren entrambos: ésta muere con la vista del basilisco, y él muere con el olor de la mustela. De manera que en el aire, con que respiran los animales y viven (principalmente en esta armonía del cerebro, que tambien tiene anheliacion y respiracion, como en el pecho tiene el corazon), va más que en la comida, y mata más presto, como se ve en los peces, que en faltándoles ó dañándose el agua, con que respiran, mueren, pues llega aquel aire con aquella su mala calidad al cerebro, y desbarata aquella armonía, derribando su jugo y humedad, y poniéndolo en decremento, y luégo, como naturaleza apetece su conservacion, provee de echar aquel humor vicioso (que derriba aquel aire contrario con su tacto) á una parte, para que no corrompa el todo; y ésta es la landre, como proveyó de la hiel en el hígado para receptáculo de la malicia que habia de corromper y matar. Pero, como fué vehemente el efecto de aquel mal aire, no le basta su diligencia, y cae tanto, que mata, por la contrariedad de la frialdad que lleva consigo del cerebro, contraria á la armonía del estómago, que conserva su salud con calor, y esto pasa así. Los remedios son las cosas que son contraveneno, como bezar, etc., y en el aire con buenos olores que traiga el hombre, y con quemar romero, enebro, sabina, salvia y otras cosas de buen olor; tomar alegrías y placeres, música y buena conversacion y todo género de alegría, confortando todas tres empentas dichas. No hay cosa más fácil de inmutarse y tomar otra calidad que es el aire, que lo mudan y diferencian todas las cosas por donde pasa: múdanlo las yerbas y plantas, múdanlo las nieves y aguas, las tierras, lagunas y el cielo. De aquí vienen las diferencias de las tierras, como se muda el agua por los mineros y tierras por donde pasa; pues mezclando buenos olores al aire, es buen remedio. Y tambien te aviso que será buen remedio atapar las narices al aire que tiene sospecha, y cuando hablases con hombre que hay sospecha, no mirarle cara á cara, porque no éntre por el hálito ó narices ó ojos aquella mala calidad, sino volver la cara; que así hace el leon cuando encuentra á su contrario leontofono, y lo despedaza sin llegar con la boca. Las serpientes huyen y se apartan de la presencia y olor de la gente nombrada psilos, los cuales tienen virtud contra ellas, como en otro cabo se dirá. Plinio dice que la peste

## TÍTULO XXXIII.

Del contrario veneno que hace daño con vehemencia.

El veneno en comida, ó por mordedura de animal ó por tocamiento, hace el mismo daño y mata de la misma manera, en tocando y llegando al cerebro, y así tarda algunos dias en llegar allí por el cuero y sangre, cuando es de mordedura, en parte desviada, que no tiene tan recta via para el cerebro, y sube como la humedad en las piedras coloradas ó cantería, y sube como la humedad por el fieltro, y en llegando al cerebro, derriba con tal vehemencia su jugo, y hace tan gran decremento, que mata ó da enfermedad á más ó ménos. Y por eso es remedio, ó cortar la parte mordida ó atar fuertemente, que no pase aquel veneno, aunque esto es con dificultad. El membrillo es divino y presentáneo remedio, puesto el jugo luégo mascado, y la flor de escaramujo y el ditamo, y otras yerbas y remedios que están escritos. El hombre, dice Plinio, tiene veneno contra las serpientes en su saliva, y así es bueno escupirles, que luégo huyen, y aún dice que si les cae dentro alguna saliva, mueren luégo. Cuenta de una gente, nombrada psilos, en Africa, de los cuales huyen mucho las serpientes, porque si se tardan, con solo el olor de aquella gente quedan adormecidas y atónitas. En tanto tienen esta virtud, que prueban y experimentan la castidad de sus mujeres echando sus hijos, en naciendo, á las fieras serpientes, para ver si huyen de ellos, y si no huyen, queda probado el adulterio de su mujer. Cuando en la comida hubo mala calidad ó demasia, que no la puede abrazar el calor del estómago, hace el mismo daño dicho, y es buen remedio vomitar. Lo que más comunmente daña es la demasia, y muchas diferencias de sabores es cosa pestifera, porque unos á otros se contradicen y hacen caduco el jugo que queda en el cerebro, y así causa enfermedades y muertes al género humano, engañando con la variedad de los sabores, y este daño es mayor en las cenas. Y es de notar que de una cosa que mata, que es el veneno, no se siente el daño ni herida presente cuando llega al cerebro, ni ménos el daño de la peste, ni el del ojo, ni otro ninguno, porque el cerebro tiene sensacion de todos los daños y noxas del cuerpo, y no de sí mismo, porque es el principio y causa del sentimiento, y siente todas las cosas, y no á sí mismo, como más largamente se declara en el diálogo de la *Vera medicina*. Los alimentos que suelen tener algun veneno son: leche y miel de malas yerbas, hongos, turnas, setas, caracoles, anguilas de mala agua, brevas, hortaliza y frutos helados, carnes mortecinas, frutos añejos, como nueces, almendras, animales enfermos, cuello y cabeza del palomino, bazo y hígado del animal, piedras y malas nacidas del cuerpo, el cerebro del animal morbosos, todo animal con ardor de lujuria, cuando anda en celo.

## TÍTULO XXXIV.

Mudanza de suelo y cielo. Hace este daño y causa notables diferencias.

El mudarse de una tierra á otra de contraria calidad, ó peor que en la que estaba, por la diferencia que hacen los aires, aguas y tierras (como está dicho), hace el

comunmente va hácia Occidente, y que no dura de tres meses adelante. La causa de esto es que más comunmente la lleva Solano, que se le pega y imprime más por ser más raro y más cálido, y así la lleva hácia Occidente. Ayudan tambien los movimientos de los cielos, y así se ha de huir hácia aquel lado de donde viene la peste, y no á donde va.

## TÍTULO XXXII.

Del contrario, que se nombra ojo ó aojar, el cual hace este daño á más y ménos.

El aojar tambien es un veneno que se pega por el aire, y entra por los ojos, aliento ó narices (mediante el tocamiento del aire), sin sentirlo, y llegando al cerebro, hace el mismo daño, derribando y haciendo flujo ó decremento del jugo de cerebro, porque es cosa tan delicada, que fácilmente se apega este daño de hacerse caduco y vicioso por tocamiento del aire, por ojos ó respiracion, como por el cuero y sangre; y no es de espantar, considerando aquello del betun nombrado nafta, al cual se pega el fuego y arde desde muy léjos por el aire, aunque sea de un cerro á otro ó de cualquier lugar que se vean. Esto hacen las personas llenas de mal humor, que están catarrizando siempre, y pégaseles á los niños y animales tiernos, á más y ménos, y así mata en breve tiempo ó da enfermedad, segun fué la calidad del catarrizar, que se le pegó á la cosa tierna. Cuenta Plinio de una familia de gente en Africa, que todos los de aquel linaje aojan, y todo lo que alaban, árboles, animales y niños, todo muere. Y otro linaje en Iliria, que mueren todos los que éstos miran ahincadamente, y más con ojos airados; el cual daño sienten más los mozos; y dice que tienen dos niñetas en cada ojo; y de otro género de gente, nombrados tibios, que tienen dos niñetas en el ojo, y en el otro una figura de caballo, y hacen el mismo daño, y que todas las hembras que tuvieren dos niñetas harán lo mismo. Cuenta el mismo Plinio que el basilisco, en la provincia Cirenaica, es una serpiente de doce dedos no más, con una mancha redonda y blanca en la cabeza, como diadema; el cual mata con la vista, y que de su silbo huyen las serpientes, mata los árboles con su resuello, abrasa las yerbas y quiebra las peñas. El animal catoblepas mata con la vista, y por esto tiene (¡providente natura!) tan gran cabeza y pesada, que siempre mira á la tierra, y con dificultad la alza; criase cerca de la fuente Nigris, cabeza del rio Nilo.

El remedio para el que se siente aojado es, las manos calientes, estregar buen vino puro en ellas, y tomar aquel olor y vapor del vino y otros buenos olores, como de pastilla, incienso, membrillo, y si fuere grande el daño, vomitar. Y dijo Plinio «mucho más con ojos airados», porque entónces cae más del cerebro con el afecto de la ira, que derriba más que ninguno, y así se ve en los aojados echar espumarajos por boca y narices, y en caballos tiernos se ha visto, echando espumarajos, morir.