

se les sigue, que siempre tengan el estomago indigesto, flaco, y el cuerpo sujeto á graues males, por la multitud de flemas, que en tales sujetos se crian. En estos tales, ya que no hazen exercicio, apliran los fregamientos por él. Que aunque Auicena dize, que las fricciones, son aparato, y preuencion para el vromimiento, con todo esso, si se hazen conforme razón suplen por el exercicio, euaquando los excrementos de la tercera region; como testifica toda la escuela medica, principalmente Auerroes, en el sexto del coliget, por estas palabras: Las fricciones tienen su intencion, en la euaquacion de las superfluydades de la tercera digestion.

Y porque el curioso pueda gozar de remedio de tanta importancia, sin inconueniente alguno, y acomodarle conforme fuere la necesidad. Aduerta que ai quatro diferencias de fregamientos; segun Hipocrates, y segun Galeno, en el libro segundo de la conseruacion de la salud, capitulo tercio. Estas son fregamiento duro, fregamiento blando, fregamiento poco, y fregamiento mucho. Entre estas quatro diferencias principales, puede auer (como enseña Auerroes) otras medias. Estas quatro diferencias comprehendio Hipocrates en breues palabras diziendo: El fregamiento tiene virtud de abrir, y de cerrar, de engordar, y de enflaquezer. El duro, de cerrar. El blando de abrir. El mucho, de enflaquezer. Y el moderado, de criar carnes: Conocidas estas quatro diferencias, y sus efectos, vsará cada vno dellas, conforme lo pidiere la necesidad. Y assi el que fuere de blandas carnes, poros abiertos, y rara contestura, si quiere fortificar sus carnes, vsará de fregamiento duro: el qual se haze con paño aspero, y con buena fuerza. Y por el contrario, el que fuere de duras, y melancolicas carnes, y poros cerrados, vsará a fregarse con las palmas blandas de las manos, poca fuerza, y suauidad: porque con este modo de fregamientos, se ablandan las carnes, y se abren los poros. La tercera diferencia de fregamiento, es que sea mucha, y porfiada: con este fregamiento, se deshazen, y consumen las carnes, y es euidente prouecho para los carnosos que engordan mucho: porque les consume el vnto, y gordura. La vltima diferencia, es el fregamiento moderado: este cria, y engendra carnes, y haze engordar los flacos.

La hora mejor para los fregamientos, es la de la mañana, como la del exercicio, despues de auer euaquando la vexiga, y vientre. Son de mas prouecho hechos por la propia persona: porque siruen tambien de exercicio. Fregarse an primero las piernas, y luego los brazos, y despues lo restante del cuerpo, acabando con peynarse la cabeza;

y no es inconueniente alguno, que sean házia arriba, o házia abajo: o transuersales las fricciones: porque de qualquiera suerte, se consigue el efecto.

Dieta, y mangueta,
y siete ñudos á la bragueta.

REFRAN. XXXX.

TRES remedios assaz eficazes nos pone el presente prouedio ante los ojos con los quales el prudente: si los vsare con aduertencia, conseruará su salud. El primero de ellos es dieta. Por este nombre: Dieta, entiende siempre la medicina, el vso de las seys cosas no naturales, como es el exercicio, comida, beuida, sueño, ayre, Venus, &c. De todo lo qual auemos tratado, y se tratará, exprofesso de lo que falta, en sus lugares particulares. Y así en quanto a esta parte, solo se aduertia, y considere el artificio de que vsa este oraculo Español: y como en tan cortadas y breues palabras, nos amonesta, auisa, y exorta, con solo dezir: Dieta, todo aquello que Galeno, Hipocrates, y los demas doctos medicos, en copiosos libros escriuieron. Como si haziendo vn silogismo demonstratiuo, viniera a concludir, que la dieta es la parte mas principal de la medicina: porque con esta, euita el prudente las enfermedades; con esta se libra dellas despues que le assaltaron: con esta escusa el enfado, y molestia de purgas, y xaraues; con esta huye los engaños, y embelecocos del medico adulator, sin ciencia, que solo atiende a chupar como sanguisuela la sangre, y dineros del missero paciente; y con esta en conclusion, se restauran las fuerzas perdidas de los languidos conualecientes. Galeno, que entre medicos lleua la palma, en el libro de la constitucion del arte medica, y en el libro primero de sanitate tuenda, afirma, que de las tres partes en que se diuide toda la medicina: las quales son la que toca a medicamentos, y la que toca a obra de manos, y la vltima, la que conuiene á la dieta, que esta vltima es la mas principal, y necessaria. Las razones que trae Galeno, y los demas autores, son muy firmes. Dizen pues, que aquella es mas excelente parte de la medicina, que no solo aprouecha a sanos, pero tambien a enfermos. Y passando mas adelante corrobora Galeno esta verdad, afirmando que la dieta, es fundamento, sin el qual, ningun remedio,

que sea de eficacia , se puede acomodar bien a los hombres. Esto nos dize en el capitulo septimo del libro de las sangrias , y en otros muchos lugares. El principe Auicena , en la quarta del primero , capitulo primero afirma , que muchas , y muy peligrosas enfermedades sanan con el beneficio de la dieta , sin otro auxilio alguno. Puedese tambien prouar esta verdad con razon , diziendo : Aquella es mas prestante , noble , y necessaria parte de la medicina , que con mas seguridad conserua la salud , y aplaca las enfermedades. La dieta pues , es a quien conuienen estas condiciones : luego la dieta es la mejor , y mas necessaria parte de la medicina. Este argumento se corrobora bien , con el autoridad de Galeno , en el libro primero de las crises , capitulo vltimo ; adonde testifica , que el buen medico , no conociendo la idea de la enfermedad , se ha de acoger a la dieta , como a segurissimo remedio , sin hazer otro , hasta tanto que reconozca bien la qualidad del enemigo. Deste parecer es tambien el sabio Auicena , en la primera del quarto , tractado segundo , capitulo septimo. Entendida pues esta verdad , que con autoridades de celebres varones , y con apertados silogismos , queda manifiesta : muy rudo , y tardo será el entendimiento que no conociere , quan preñada palabra , y digna de ser estampada en las memorias ; es la primera , que nos pone a la vista este Refran , con solo dezir : Dieta.

La segunda cosa que nos dá la sentencia con que podamos defenderuos de las enfermedades , y de los medicos , boticarios , y barberos , es la mangueta. Y porque no queda duda alguna , en cosa de tanta importancia , se aduertida aqui , que es lo proprio dezir mangueta , que dezir xaringa , con que se echan las medicinas : mas porque antiguamente , en muchas partes de España , y aun en estos tiempos en el Reyno de Valencia , se vsa a recibir las medicinas , con vnas mangillas , o manguetas , hechas de cuero , o con vexigas : por esta causa el Refran vsa deste termino , mangueta , dandonos auisso , que consiste gran parte de la conseruacion , y prorogacion de la vida humana , en no vsar de xaraues , y purgas , para descargar el cuerpo , y vientre , de los excrementos detenidos en el , antes auerse de hazer esto seguramente , y sin inconueniente alguno , con el admirable remedio de las ayudas , que llamamos medicinas.

Es este genero de remedio , que aqui nos propone el Refran , el mas seguro , necessario , conueniente , y vsado en todas las naciones del mundo , assi para ahuyentar las enfermedades , como para conseruar la salud , de quantos la curiosidad humana , hasta oy á experimentado. Plinio , en

el libro octauo de su natural historia , capitulo veinte y siete , dize , que este remedio de las medicinas , le mostró a los racionales , el aue que en Egipto llaman Ibis : la qual tiene el cuello largo como grulla , y en sintiendose enferma , enseñada por la sabia naturaleza , lleno el largo pico de algun licor , tuerze el cuello , y se infunde por la via de la euacuacion , el medicamento que leua en el. Con el qual artificio , cura sus males , y dessocupa el vientre.

Muestra bien nuestra lengua Castellana , la prestancia , y excelencia del beneficio que los mortales reciben con este medicamento ; pues a ningun otro remedio dá nombre de medicina , sino a solo este. Y assi quando dize primero las tripas con mangueta , hecha de cozimiento de ceuada , y de cortezas de calabaza , y violetas , mezclando vn poco de azeite rossado , y azucar. Despues desto para que se detengan las camaras , recibirán medicina hecha de cozimiento de balaustrias , zumaque , arraihan , membrillo , y rossas secas ; con el qual cozimiento , mezclan vn poco de almidon , o bolo armeno.

Tambien se suele leuantar en los vientres de los hombres , tanto viento , que con el estendidas las tripas , y tiradas , reciben dolores insufribles. Mitigarase el dolor en este caso , recibiendo medicina de cozimiento de manzanilla , ruda , oregano , mayorana , poleo , y anis ; mezclando con lo que bastare del cozimiento , dos onzas de azeite de ruda , ó de manzanilla. Pueden tambien las tripas doler , por otras muchas causas ; socorrerese el dolor conforme á la diuersidad de la causa , comunicando en tal successo prudente medico : que nuestro intento aqui , solo es preseruar los hombres de las enfermedades , no les dexando caer en ellas.

Y si alguno dentro de los limites de sanidad , y aun fuera dellos , se sintiere flaco , seco , y que se va consumiendo , es parecer del docto Aecio , que reciba medicina , que le sustente , y humedezca. Hazese de buen caldo de carne , leche de ceuada , yemas de guevo ; y algunos mezclan vino , si tienen sospecha de frialdad.

Acerca destas medicinas , que dezimos , sustentan el cuerpo , ai vna question muy reñida entre los medicos antiguos , y modernos ; si es verdad , que pueden alimentar el cuerpo las cosas sustantificas , que se infunden por ayuda con mangueta ; los que dizen , que no , fundan su opinion en aquel lugar de Galeno , que se lee en la quarta seccion de los aphorismos , comento doze ; adonde dize este graue autor ; que solas aquellas cosas que se contienen en el estomago , pueden euacuarse por vomito ; y aquello que estuviere en los intestinos , no. Y en el decimotercio del me-

thodo, dixo; que lo que se infunde por clyster, aun no puede llegar al intestino jejuno. Dizen pues los deste parecer; que ninguna cosa puede sustentar nuestro cuerpo, sin que primero se altege, y cueza en el estomago; y que lo que se infunde por medicina, no puede llegar al estomago; segun enseñan estos lugares de Galeno: y que assi no sustentan los clysteres, y que será cosa superflua vsar dellos, para aumentar fuerzas, y carnes.

Pero los que afirman, que se puede dar sustento al cuerpo por mangueta, responden con otros dos lugares de Galeno. En el primero (que se lee en el libro septimo de los aphorismos, sentencia decima) dize este autor, que sucede algunas vezes, subir tanto los medicamentos, que se infunden en las tripas, que se euaquan por vomito: lo qual se ve claro en los que padecen la enfermedad dicha, ñudo de tripas; en la qual se vomita el proprio estiercol. Lo proprio ensena en el libro tercero de sinthomatium causis. De adonde ñsieren, que pues llega esta sustancia al estomago, que tambien sustentará.

Pero la sentencia mas verdadera, y que la experiencia a enseñado acerca desta duda, es que los caldos sustanciales, yemas de huevo, y otras cosas semejantes, recibidas por medicina, sustentan el cuerpo: porque aunque no lleguen al intestino jejuno, llegan al intestino tenue, y al colon, adonde añ venas messeraycas: las quales chupan, y arrebatan el alimento, y lo dan al higado, por la vena porta. Esto baste para la declaracion de mangueta.

En quanto á la vltima parte del Refran, se aduierta bien el termino con que nos ensena vna de las cosas mas necessarias para la salud, de quantas los humanos pueden abrazar, que es la castidad, y templanza, acerca del acto venereo, diziendo: Siete ñudos á la bragueta. De adonde entenderemos quan necessario sea huir el detestable vicio de la carnalidad: el qual abreuia la vida, corrompe las virtudes, passa los terminos y ley de la razon, destruye los cuerpos, y finalmente haze los animos, y fuerzas de los hombres afeminadas.

Y porque no parezca que esta sentencia, dize sin gran consideracion, que añdemos con siete lazadas el desseo libidinoso, sin dexarnos vencer del; aduierta el prudente las palabras que a este proposito, dize el philosopho, escriuiendo al Magno Alexandro, en el libro de secretis. Y por tanto (dize) te ruego Principe, y Emperador clementissimo, que no te inclines á la bajeza del coito, ni al apetito de las mugeres: porque el coito, es propiedad de los puercos, y la gloria, y honrra que a ellos les dá, essa te podra dar a ti: El inuenteor de la racional medicina Hipocrates (de

quien dize Macrobio, en el libro de somno Scipionis, que no supo engañar, ni ser engañado) afirma, que el coito es especie de aquella gran enfermedad, que los medicos llaman epilepsia, y los Castellanos gota coral; dando a entender, que con la venus, ni mas ni menos, que con esta enfermedad, se daña, y ofende mucho el entendimiento; como le notó Apuleyo, en el apologia primera. Deste parecer es Galeno, en el libro catorze de la vtilidad de las partes; adonde ensena, que el acto venereo es vn pasmo, y gota coral, que assalta los animales, priuandoles los sentidos. Celio Aureliano tiene la propria sentencia, en su libro primero. Y el philosopho parece, que conuiene con estos graues autores, en el libro tercero de los problemas, en la sentencia nona, por estas palabras: Los mas de los hombres en el coito desfallezen, y tienen falta de animo. Y en otra parte dize; que los deleytes, son gran impedimento, para la prudencia; y que mientras vno mas parte dellos tomare, tanto mas atras se quedará en el juicio; y pone exemplo en el deleyte de la carne. Concuera bien con esto el santo Profeta Osseas, en el capitulo 4. diziendo: La fornicacion, el vino, y la embriaguez, arrebatan, y quitan el corazon. El bienauenturado san Geronymo, explicando este lugar dize, que como el vino, y la embriaguez, hazen impotente el entendimiento; assi el deleite carnal peruierte el sentido, y debilita el animo; y finalmente de hombre le conuierte en bruto animal. Y el mismo Geronymo, en otro lugar a este mismo proposito, dize; que las mugeres debilitan, y quebrantan el cuerpo, juntamente con el animo. Y el poeta elegantissimamente hizo yguales las fuerzas del vino, y de la Venus, diziendo; que qualquiera destas dos cosas, basta para priuar al hombre de su entendimiento. A la qual sentencia, se allega mucho el diuino Gregorio, en sus morales, quando dize, que de la demasiada venus, nace la ceguedad del entendimiento. San Agustín, con sutil espíritu, en el libro primero de los soliloquios dize: Ninguna cosa entiendo que ai, que de punta en blanco derribe mas de su alteza, y trono el animo del hombre, que las blanduras, y contactos femineos. Y lo mismo repite con mas largas palabras santo Thomas, diziendo; que el animo del hombre, por las cosas venereas, se aplica a lo corporal, y que desta suerte las operaciones del entendimiento, se debilitan. Puedese tambien traer a este proposito aquello de Seneca en la prefacion del libro septimo, de las declaraciones; que no ai cosa tan mortal, para los ingenios como la luxuria. El Homero de los philosophos Platon, en el libro nono de la republica, dize; que los deleytes de la gula, y de las cosas venereas, son bestias

fieras, maluadas, y crueles: y á los que en ellas se embueluen llaman brutos. De dos cosas dezia el Magno Alexandro, que conocia, y sacaua en limpio, que no era dios, como algunos pensauan: la vna el sueño, y la otra el coito. Marsilio Fiscino, docto medico afirma, en el libro primero de vida sana: que los hombres de letras tienen cinco enemigos. Pero el mayor de todos (dize) es el coito: porque les ofende el entendimiento. Y porque sería proceder muy á la larga, traer aqui las autoridades, y razones de insignes medicos, philosophos, y santos; que con euidencia muestran el notable daño, que el acto venereo haze á las fuerzas del anima, y entendimiento, me contento con lo hasta aqui prouado. Quien quisiere ver mas, acerca desta verdad, lea a Plinio, a Aecio, a Valerio Maximo, a Simplicio, a Placido en muchos lugares, a Luciano, a Apuleyo, a Celio Aureliano, a Hipocrates, a Galeno, a Auicena, y á santo Thomas, que estos notables hombres satisfarán su gusto.

No solo las fuerzas del animo, como queda prouado, desfallezen, y se consumen con el acto venereo, mas las del cuerpo, se desbanecen, y deshazen, por la cantidad grande, de sangre fina, que se euaqua. Esta verdad enseña el philosopho en muchos lugares, particularmente en el quarto libro de sus problemas; adonde afirma, que de todos los animales, ninguno ai que se resuelva tanto en aquel acto, ni que respecto de su cuerpo, haga tanta euaquacion, como el hombre; y assi (dize) andan los que lo vsan flacos, y macilentos: porque se haze euaquacion de todo el cuerpo.

Causa pues en el cuerpo humano tanta flaqueza la euaquacion que se haze en el acto: porque es de sangre muy cozida; fina, y pura. Y assi Galeno en el libro de semine afirma, que el semen no es otra cosa que la sangre exquisita, y perfectamente cozida en las venas. Deste mismo parecer fueron Herasistrato, y Herophilo; como lo refiere Octauio Oraciano, en el libro quarto de su medicina. Enseña tambien esta verdad el Principe Auicena, en la vigesima del tercero. Pythagoras; segun refiere Plutharco, en el libro quinto de los placitos, tiene la propria sentencia. Alude a este mismo significado, aquel lugar del santo Profeta Osseas; adonde dize: Creció el adulterio, y la sangre, tocó á la sangre. Y el vulgo comunmente por esta propria razon, llama a los que son parientes consanguineos que son vna propria sangre. De adonde vinieron los poetas a vsar del proprio lenguaje como se ue en el libro sexto de las eneidas, y en Iuuenal, satyra primera, y en el arte poetica de Oracio.

Es necessario aqui aduertir, que en la sangre pura, de

que se haze (como ya está dicho) el semen, esta gran parte de la vida, y que derramada, lleva consigo muchos espiritus vitales. Coligese esto de lo que Galeno testifica, en el libro de las sanguisuelas; adonde nos dize, no ser bueno el mucho uso de las sangrias; porque con la sangre sale juntamente el vital espíritu. Vinio es deste parecer, en el libro vndezimo. Y entendiendo Virgilio esta verdad en el libro primero de las eneidas, tomó el alma por la misma sangre. Y en el libro segundo desta obra, hablando de Polites, dize: Cayó, y derramó su vida con mucha sangre; por esta propria razon, vsa este excelente poeta á llamar los cuerpos muertos: exangues, sin sangre; como si dixera Sin vida. Assi se ve en el segundo de la enida, quando dize, que fue puesto el cuerpo de Hector sin sangre en el sepulcro. Y en el libro nono de la enida, dice; que vno gran llanto en los Reales, quando fue hallado el cuerpo de Ramnete sin sangre. San Agustin, en el libro de las questionnes del nueuo, y viejo testamento, dize; que el alma habita en la sangre. Y muchas vezes en las diuinas letras, la sangre se pone por el alma, aunque no es el alma, como se lee en el deuteronomio. Y philosophos vno, que dixerón, ser la sangre el alma. Estos fueron Diogenes, y Critias; como lo enseña Gregorio Niceno. Y Galeno, en el libro segundo de los decretos de Hipocrates. Y Platon, dize; que Cleantes, Crisipo, y Zenon, insignes philosophos, fueron de opinion, que el alma era de sangre, y que su sustancia era espíritu. Pero lo que es verdad, como ya está dicho, es, que en la sangre está parte de la vida, y que siendo derramada, lleva consigo muchos espiritus vitales.

Viniendo pues a nuestro proposito, y particular intento, que es manifestar la verdad de la vltima parte deste Refran, digo: Que mientras mas euaquacion se hiziere del semen pues este se haze de finissima sangre, en que esta gran parte de la vida; que mas se abreniarán los dias de los mortales, y se consumirán las fuerzas, y en mas poco tiempo se enuejecerán los que lo vsaren, y tanto mas presto llamarán á las puertas de la muerte. Esta conclusion es de Aristoteles, en el libro septimo de la historia de los animales, y en el libro de longitudine, & breuitate vitæ. Y Hesiodo dize, que en ninguna manera deue llegar a muger, el que dessea venir á la vejez. Lo proprio afirma Menandro, y Auerroes, en los canticos, y Alberto Magno, y Arnaldo de Villanoua, y Ciceron en el libro de senectute. Siendo preguntado el gran Hipocrates, que en qual edad era bueno el coito: Respondió, que en ninguna, si no es, que el que le vsa quisiese hazerse enfermo, o mas flaco que antes era. Clinia, de la secta pythagorica, dezia; que

entonces se auia de juntar el hombre con la muger , quando quisiere ofenderse à si proprio. El Epicuro fue defensor del deleyte : pero con todo esso condenò por malo , el uso de la venus. Democrito Abderites , fue desta opinion , viuendo castamente. Dezia este philosopho , que en tal acto se pierde el ser : porque sale vn hombre de otro hombre. Haze tambièn a este proposito el dicho de Theocrito Griego , que afirmava , que los que son muy dados à la venus , en vn dia se enuejecen. San Chrysostomo , a este proposito dixo , que los que passan su vida en actos de luxuria , andan siempre cercados de vn esquadon de enfermedades , vieneles la vejez muy temprana y su vida passa siempre rebuelta con medicos y medicina. Este dicho del glorioso santo , se experimenta , y verifica mas , en estos calamitosos tiempos , que en otros algunos , por la fea y torpe enfermedad galica : la qual està ya apoderada del linage humano , en todo el mudo ; de tal suerte , que apenas se halla hombre , ni muger , que no consulte el medico , y gaste sus dineros en zarza , y en palo , para defenderse de tan perniciosa enfermedad , que por su contagio , se estiende tanto , que se hereda de padres a hijos , y de hijos , a nietos. De adonde entenderemos , que este maldito mal y vicio , de que tratamos , no solo abreuia la vida , y quita la salud , del que a el es dado , mas tambien la de todos sus descendientes , y venideros : cosa lastimosa.

Pero para que nos cansamos , prouando con autoridades de philosophos , y santos , verdad tan manifiesta , que la experiencia propria nos la muestra cada dia al ojo : y esto no solo en los hombres , mas tambien en los animales brutos. El cabron lasciuo , dize Columela , que quando llega a los siete messes , estando con la leche en los labios , puede engendrar y assi consumido con la demasiada luxuria , es viejo de seys años. Los paxarillos machos (nos dize Aristoteles) y nosotros lo vemos , que son de mas breue vida , por su salacidad , que las hembras. El mulo comunmente , viue mas larga vida , que el asno , y cauallo : porque no se destancia en el acto venereo , como sus padres. Siendo pues assi , que las virtudes del animo , y cuerpo , se consumen , aniquilan , y totalmente se desbanecen con el inmoderado uso de la venus : y que las fuerzas se destruyen , marchitandose , enflaqueciendose , y afeminandose las carnes , llamando à las puertas de la muerte antes de tiempo , por la multitud de enfermedades , y temprana vejez que se siguen a este vicio : Quien aurà , que no tema , y estè temblando de vn tan traydor enemigo , que debajo de dulzura , nos dá mortifero veneno ? Y quien aurà tambien de tan pertinaz , y obstinado entendimiento , que no conozca , ser

el verdadero antidoto de tan detestable mal , el precioso remedio de la castidad , que este Refran nos propone , es su vltima parte ?

Es tan abundante la copia que se ofrece al entendimiento , para tratar del acto venereo capital , y sangriento enemigo de la naturaleza humana ; que antes faltará el tiempo , las fuerzas , el estilo , y modo con que fabricar la oracion , que la materia falte. Pues està claro que vniuersalmente corrompe , y deshaze todos los miembros : y como dize el elegante Cornelio Celso , en el tal acto toda la maquina del cuerpo humano , se bambanea , se desmorona , y tiembla. Leuinio Lemnio , afirma , que los actos venereos , destruyen , marchitan , desfloran , y afean toda la hermosura , gentileza , y brio del hombre : porque se seca , y enxuga , el cuerpo queda aspero , yerto ; y mas insoportable , que risco , o monte. Y no solo la superflua venus ofende todos los miembros del cuerpo humano , mas particularmente a cada vno dellos , como se verá en lo que se sigue.

Comenzando pues desde vn tan alto , y principal miembro , y parte del cuerpo humano , como es la cabeza , y sessos. Dize nuestro Galeno , que la ofende grauissimamente el inmoderado coito. Lo proprio afirma Alberto , y Arnaldo : de adonde por ventura tomó ocasion el proprio Galeno , de dezir , que el semen es parte del cerebro. Y Pythagoras ; como refiere Laercio , dize : que la simiente es vna gota que cae de los sessos. Hipocrates , con mas primor que todos , lo enseñó en el libro de ayre , agua , y lugares. Desta opinion son san Agustín , san Gregorio , Nemesio , Constantino Africano , Auicena , y Arnaldo.

Ofende tambien el coyto grauemente à los ojos : porque de la parte interna de la cabeza descende a ellos , mucha parte de espiritus , assi lo enseña Galeno en el libro de los placitos de Hipocrates , y Platon , y Aecio en el tetrabibli segundo , sermon tercero , capitulo tercero. Y por esta razon los poetas en sus fabulas dixeron , que Cupido capitán , y caudillo de la luxuria era ciego : dando à entender que el coito daña à los ojos.

Entre otras partes a quien ofende mucho este vicio , es vna el estomago , parte preciosissima del cuerpo , de quien dize Quinto Sereno Samoniaco , que es el governador , y rey de las demas partes que le componen : porque estando el estomago valiente , todo el cuerpo lo esta , y si por el contrario debil , todos los restantes miembros se debilitan. Machrobio en sus Saturnales llama el estomago padre de familias de todo el cuerpo. Los autores modernos dizen que es la oficina , que adereza el manjar para las demas partes. Daña pues la Venus a el estomago mas que a otra par-

te alguna, como lo dize Galeno sobre las epidemias adonde trata de Pythion. Del proprio parecer es Aecio, y Auicenna ofende tambien el coito a los riñones, segun doctrina de Aristoteles en el libro 4. de sus problemas, y Galeno enseña lo proprio en el libro sexto de las enfermedades vulgares, y Hypocrate en el de las enfermedades, porque dizen que passa el semen por los riñones. Y por esta razon interpretan los Theologos en el Exodo, capitulo 12. que esta mandado, que los que comian el cordero pascual, tuuiesen ceñidos los riñones, para que se entendiesse que auian de refrenarse en la luxuria. Y sobre aquel lugar: *Scutans corda, & renes Deus*, escriue san Agustin en el Psalmo septimo, que por los riñones se entienden los deleites carnales.

Es contrario assimismo el coyto a los dientes, como escriue Helio Aureliano, y Aecio. A el higado, y corazon haze gran daño, y al vientre segun doctrina del Philosopho en el quarto de sus problemas, y a los libianos como dize Oribasio, y al pecho, y a las ancas, á la bexiga, a la garganta, y a los pies. De suerte que el superfluo coyto destruye, y desuareta toda la machina del cuerpo vniuersalmente, y particularmente cada miembro de por si.

Supuesto pues que la superflua, y desordenada Venus causa tan horribles enfermedades a el animo, y a todo el cuerpo. Y supuesto tambien que nuestro Refran, nos da por remedio de tan graues males, los siete nudos de la bragueta, sera bien que aduertia el lector, que quisiere coger fruto de mis trabajos, que estos siete nudos que el Refran dize, son siete remedios de que a de vsar el Christiano para cohibir, enfrenar, y vencer el apetito de la Venus, y luxuria.

El primer nudo de los siete que sera antidoto singular, para reprimir los impetus del desordenado desseo de la carne, es el retirarse de la mucha comida, y del mucho uso del vino, padeciendo hambres, y ayunando, porque con este remedio, y nudo, se toman los puertos, y se impiden los passos a la causa material del amor. Y assi en las collectaneas de los Griegos, esta vna sentencia que dize; es vna cosa muerta Venus sin el Baco, y sin la Ceres. Lo proprio dixo Terencio en el eunucho, y el bienauenturado san Iuan declarando este lugar dize, que estendiendose el vientre con la comida, y bebida, se estienden tambien las partes conjuntas a el.

Es el 2. nudo y singular remedio para no encenagarse en el vicio de la luxuria, apartarse, y huir la conuersacion de hombres, y mugeres, que traten tales actos, y siguen esta parcialidad. Dize Seneca en el libro tercero de yra,

que de la manera que los cuerpos con el contacto se inficionan, assi el animo comunica los vicios a sus proximos. Y Ouidio dize, que si alguno fuere enamorado, sera su remedio huir el contagio de los hombres pestilentes, y viciosos: porque aun los ojos sanos si miran a los enfermos se inficionan. La misma sentencia tiene Iuuenal en la satira segunda, adonde dize que el razimo de la vva verde, haze de su misma calidad el otro que esta junto á el. Y de los escritores sagrados el diuino vaso de eleccion Paulo hablando a este mismo intento dize, si ay entre vosotros algun fornicario, auariento, cultor de los idolos, maldiziente, dado al vino, ò robador, no metays con el la mano en el plato.

El tercer medicamento, que añade, y liga las fuerzas de la luxuria, y vicio de la carne, es el trabaxo, y entretenimiento en alguna cosa, que ocupe las fuerzas del animo, y del cuerpo. Porque la luxuria siempre se halla en la casa, y aluergue del ocio, sepultura, y muerte de innumerables mancebos, entregados a este miserable vicio. Ouidio dá á entender muy bien quanta fuerza y energia tiene el ocio, para atraer los hombres a este vicio, diziendo: Si quitares la ociosidad de por medio, el arco, y aljava de Cupido, no tendran fuerza. Merandro (como refiere Estobeo, en el sermón setenta y dos) llama al amor ocioso. Y Theophrastro dixo; que el amor era afeto del anima ociosa.

El quarto nudo de los siete, que es principal remedio, para guardarnos desta bestia fiera, será, que huyamos los espectaculos, juegos, y comedias, donde se tratan cosas lasciuas, y deshonestas. Ouidio dize; que estos lugares son muy a proposito, y muy fuertes, para que el amor caze en ellos. Y Iuuenal enseña lo mismo, en la satyra sexta, y en la vndecima escriue, que los hombres se encienden y abrassan en luxuria, quando ven en estos actos publicos saltar las mugeres con mouimientos lasciuos. Pontano a este mismo proposito, en el libro de la crianza de los hijos, dize: Nunca la casta Penelope, ni la famosa Romana Lucrecia, se hallaron en cantos, ni en juegos de representaciones.

El quinto nudo, y no de poco momento, para defendernos deste animal ponzoñoso, es guardarnos, de tener, y mirar pinturas deshonestas, y lasciuas. Propercio atribuye el origen, y causa de la deshonestidad, á las pinturas obscenas: porque los que las miran se encienden en luxuria. Aristoteles, en el septimo de su politica, manda, que tengan cuydado los magistrados, y gouernadores, que no aya pintura, ni estatua deshonesta en la ciudad.

Es el sexto nudo, con que atarèmos este feroz leon, y

detendremos sus carnizas vñas, que nos apartemos de conuersacion, y de la leccion de libros deshonestos. Assi lo manda Aristoteles, diciendo: La torpeza, y suziedad de las palabras, totalmente se debe ahuyentar, y desterrar: porque, de la licencia del mal hablar, se sigue la licencia del mal obrar.

No la estatua de Venus Verticordia, hecha de finissimo marfil, o bruñida plata, de que los antiguos tanto caso hizieron; ni el bosque Leucadio, ni el agua de Selemno, mitigaran tanto el ardor, y fragua de nuestra concupiscencia, quanto le mitigarán los remedios, que en el septimo, y ultimo ñudo propondremos mediante el fauor de Dios. Enseñaron pues los varones doctos en medicina, que las hojas del sauze molidas, y dadas a beuer, reprimen la destemplanza, y furia de la luxuria. Esta es doctrina de Plinio, en el libro veinte y quatro capitulo noueno; adonde dize, que si que vsare mucho este remedio, de todo punto perderá el apetito. Del proprio parecer es Dioscorides, en el libro primero; capitulo quarenta y cinco. No ignoró Homero esta virtud de las hojas del sauze; el qual en el libro decimo de la odisea, llama al sauze, destruydora del fruto. Y Alciato en vn emblema, le dá el mismo epiteo. El bienauenturado san Geronymo, sobre Esaias, capitulo diez y seys, haze mencion deste arbol.

La ceniza del tarahe, mezclada con orina de buey, y beuida dize Plinio, en el libro veinte y quatro, que acaba de todo punto la luxuria. Y el mismo autor, en el libro veinte y seys, dize; que la ninphea, totalmente quita el apetito de la venus. Y en el libro treinta, enseña; que el poluo en que se vuire rebolcado alguna mula, si lo esparzen por el cuerpo, mitiga el ardor del amor.

Dioscorides, en el libro segundo, dize, que el ardor de la luxuria, se mitiga beuiendo el cozimiento de las lantejas con miel, o la simiente de las lechugas con agua. De la ruda dize Galeno, en el libro de los remedios: Facile parabilibus, que dada en la comida, y beuida, reprime los apetitos de la venus. Y lo mismo enseña Oribasio, en el compendio de la medicina.

Pero el remedio mas cierto, y eficaz, para reprimir los agujones del amor, es la simiente, las hojas, y las flores del agno casto; como lo enseña Galeno, y Aecio, en el te-trabibli primero. Y Paulo en el libro septimo. Y añade Galeno, que en los sacrificios de la diessa Ceres: Las mugeres castas se sentauan sobre estas ramas. Paulo dize; que conserua la castidad, no solo siendo comido, o beuido, mas tambien esparciendo sus ramas sobre la cama, o debajo della.

De la yerua buena, dize Marcelo, en el libro de los medicamentos; que es muy inepta, y mal aparejada, para las cosas venereas. A la qual opinion fauorece Aristoteles, en el libro vigesimo de los problemas, quando trae aquel versiculo, que dize: La yerua buena en la guerra, ni la comas, ni la siembres. Y la razon dia; que es, porque resfria los miembros y corrompe la simiente. Es deste parecer tambien Galeno, en el sexto de los simples medicamentos. Y Plinio, en el libro veinte y dos.

Algunos dizen, que vna planchuela de plomo oradada, y puesta sobre los lomos, aprouecha, para reprimir la concupiscencia. Lo proprio afirman de la esmeralda, del safiro, y del topacio.

Supuesto pues, que auemos largamente explicado, los males y daños, que la superflua venus, causa, y como se ayen de dar, para la conseruacion de la salud, los siete ñudos á la bragueta. Y supuesto tambien, que el coito, es necessario para la conseruacion de la humana especie; como enseña Auerroes, en el segundo libro de anima, Y Aristoteles, en el libro quarto de los problemas; adonde dize, que ai tanta delectacion en el coito, porque la generacion de los animales sea perpetua. Digo pues, dadas estas suposiciones, que es imposible para cumplir mi intento, dexar de tratar los prouechos que la moderada venus causa; y qual edad, y complexion, sea mas acomodada para ella, y que tiempo; pues todos los autores antiguos, y modernos, la ponen entre las cosas no naturales; diciendo; que á de ser moderada. Pero quiero que entienda el sabio lector, que todo lo que acerca desto dixeremos es hablando con los cassados, y ligados con el vinculo del matrimonio: porque a ninguno otro, le es licito el coito; y antes deue qualquiera, morir mil vezes, que pecar contra su Dios, y Señor.

Viniendo pues al intento, digo: Que la moderada venus (de consentimiento de los mas graues autores de la medicina) es saludable para muchos, y causa buenos efectos. Aecio, doctissimo medico: Resta (dize) que contemos el prouecho, y vtilidad de las cosas venereas; pues no son a todos dañosas, si miramos el vso, el tiempo, el modo, y la sana disposicion del que la vsare: porque la venus quita la replecion, haze agil, y ligero el cuerpo, dale mayor aumento, y mas fortaleza en los miembros: haze mas faciles las vias, dilata, y abre los poros, purga la flema, haze dispiertos a los mentecaptos, remite y aplaca la demasiada ira. A los melancolicos, y tristes, que huyen la conuersacion humana, le es remedio, y cierta medicina. Y discurrendo Aecio vn poco mas abajo, dize; que la venus

moderada, a los furiosos, los aplaca, y los haze de sano consejo, y quita la grauedad, y dolor de cabeza, restituye el apetito del estomago, y quita las efusiones del semen, que muchos entre sueños las padecen. Las mismas palabras refiere Paulo, en el libro primero, capitulo treinta y cinco. Y Aristoteles en el libro primero de los problemas, confessa; que la venus sana las enfermedades de flema. Y en el quarto desta propria obra cap. 3. dize, que la Venus aprouecha para la largueza de la vista. Aprouecha tambien, segun Plinio, a los mordidos del Escorpion. Galeno clarissimo, y singular Medico. dize, que ay algunos hombres, que por falta deste remedio, son molestados con dolores de cabeza, y aborrezan la comida, y están dispuestos, para caer en calenturas, y que estos tales, como tienen el apetito perdido, tambien tienen falta de cocimiento. Y passando mas adelante, en el proprio capitulo, dize, que esta superfluidad detenida se corrompe, y causa accidentes como si fuera veneno, de adonde vienen desmayos, y temblores en el corazon, pasmos, priuacion del anhelito, y sufocacion de la matriz. Y estas tales enfermedades principalmente acontecen a las viudas, y donzellas, que viuen en castidad.

Dize Aecio en el Tetrabikl primer capitulo arriba alegado, que las complexionas mas promptas para la Venus son las calientes, y humedas, y que pueden sufrir su uso, mas que otras algunas, y en ninguna manera las complexionas frias, y secas de los quatro tiempos del año es el mas idoneo el verano. De las edades la juventud. El mantenimiento, el caliente, y humido: porque si es frio, es inutil. El vino a loque, de sustancia delgada. El pan bueno, y de ayer cozido. La carne de cabrito, de cordero, de puerco, de gallina, de perdiz, o ternera. De pezes, el pulpo. De ortalizas, el panizo, la oruga, las zanahorias, los nabos, las hauas, y garuanzos. Las vuas, son en este caso mucho de alabar. Pero tenga cuydado el que usa la venus, de no tener el cuerpo repleto, ni tampoco ha de tener hambre. Y assi será acomodada ocasion, despues de auer comido, o cenado, interpuniendo algun espacio de tiempo, y antes de dormir; segun la doctrina de Paulo Gineta: porque con el sueño (dize) que luego se sigue despues de la venus, el cansancio, y lasitud de tal acto, se remite, y para la generacion, es de mas prouecho: porque el sperma con el sueño, se detiene mejor, y está mas quieto.

En quanto al modo de vsar la venus, no ai que decir, ni en quanto a la cantidad; pues ya se á aduertido, que á de ser moderada, y medida con la fuerza; complexion, y edad de cada vno, no haciendo caudal de aquel Refran

que viene a este proposito; y le escriue el Comendador entre los demas: el qual se entiende del ayuntamiento (segun el dize) del hombre, y la muger.

Aunque temo me á de juzgar el lector en este comentario de muy largo. Y aunque tambien temo, que a de parecer lo restante respondiendole a algunas dudas, que los escritores tratando del acto venereo suelen ventilar: pues respeto de lo mucho que auia que dezir, auemos andado cortos. Y todas las cosas (como de ordinario se suele dezir) son limpias, y honestas a los que limpia, y santamente las tratan.

Es pues la primera duda (supuesto, que todo lo que hasta aqui se a dicho, pertenece al hombre, y a la muger) qual de los dos recibe mas delectacion en el acto venereo? la respuesta es, que la hembra se deleyta mas, esto parecer es de Auicena, y de Halyabbas, los quales afirman que la muger extensiuamente tiene doblado deleyte en tal acto. La razon que dan estos autores es, porque el hombre, solo se deleyta en quanto la expulsion del semen: mas la muger en quanto a la expulsion que haze tambien, y en quanto a la atraccion, y succion, recibiendo, y chupando la del hombre. Esta sentencia es de Galeno en el libro. 4. de simphomate &, adonde dize que las partes genitales de los hombres, y mugeres tienen vn comun deleyte de la facultad expultrix, y en las mugeres se halla otro mas, en todo el vtero, que es de atraer. Es desta opinion Pedro Apennense en el conciliador, y en el comentario del problema dezimo quinto, del quarto de los problemas. Tambien aprueua este parecer Iuuenal en la satira vndezima, y Pedro Gorreo Medico Parisiense en vn comentario adonde dize, que aunque es verdad que el semen del hombre es mas copioso, mas caliente, y mordaz, de adonde parece que el hombre se auia de deleytar mas, que con todo esso en las mugeres ay otras mas particulares que considerar, que son causa del deleyte, porque el vtero de la hembra apetece grandemente el semen, y mientras le atrae, y embebe en si, y al tiempo del mismo concepto, es maravilloso el deleyte que recibe. Descriue esta question galanamente Ouidio, y Luciano, y Apolodoro, y Iulio Higino, y Fulgencio.

La segunda duda es, qual de los dos estados, el de la donzella, ó la que ya á tenido uso del tal acto venereo, tenga mas apetito, y inclinacion a el. Acerca desta duda ay diuersos pareceres. Algunos autores dizen que las donzellas, apetezen mas el tal acto, porque dessean experimentar aquel deleyte que nunca an conocido. Deste parecer es

santo Thomas glorioso, y san Antonino, y san Hieronymo, quando dize, la luxuria en las donzellas mayor hambre padeze, mientras piensan que es mas dulce lo que no an experimentado. Pero Tertuliano es de contrario parecer, el qual en vn libro que escriuió ad vxorem dize. La viuda tiene algo de mas trabajo, porque es facil cosa no apetezer lo que no se conoce, y huyr lo que nunca se á experimentado. Podrá la donzella tenerse por mas dichosa, y la viuda por mas trabajosa: la donzella porque siempre tuuo bien, y la viuda porque le hallo. Deste parecer fue san Ambrosio en el principio del libro de las viudas. Y vna glosa ay en el derecho que dize que es mas facil cosa guardar virginidad, que la continencia despues de la corrupcion de la carne. Alciato es del proprio parecer en la ley malum, y el poeta en el libro tercero de la georgica, quando dize, que el deleyte conocido, y experimentado solicita los primeros concubitos. Esta misma parte confirma Aristoteles, diciendo. Acordandose del deleyte que en otro tiempo las alegraua, se mueuen con el desseo del passado trato.

Lo que se á de tener por cierto acerca desta duda, es lo que enseña el Philosopho en el libro septimo de la historia de los animales cap. 4. el qual afirma que las donzelluelas de poca edad, quando se les hinchan los pechos, y comienzan las purgaciones menstruas, y aquellas tambien, que en tierna edad vsaron, y conocieron la Venus: con mas desseo, y afecto apetezen el coyto. Y assi aconseja Aristoteles que en aquella edad tengan gran cuydado en la custodia de las donzellas, porque passados aquellos tiempos; despues con facilidad guardan castidad: pero si entonces conocen varon, es muy dificil la continencia en lo futuro. Disputa esta question doctissimamente Pedro de Apono en los comentarios, sobre el libro quarto de los problemas de Aristoteles cap. 26. adonde pone la causa desta conclusion. Galeno tambien dize que en el tiempo de la pubescencia, y quando comienzan a correr los meses predomina el desseo libidinoso. Lo proprio auia mostrado antes Aristoteles, en el septimo de las politicas.

Lo que es aueriguado, y cierto (segun doctrina de doctissimos varones) es que las mugeres que son esteriles son mas libidinosas que las demas. Porque como no se purgan ni limpian suficientemente, abundan de simiente, la qual si no se expele, excita, y leuanta gran desseo del coyto. Enseña esta doctrina Nicolas Leonicensio en sus questiones naturales. Y el philosopho en el quarto de la generacion de los animales.

Es, empero, de saber que los hombres, en vnos tiempos del año apetezen mas el coyto y las mugeres en otros. Las

hembras en el estio, como afirma Hesiodo, y Aristoteles en el libro quarto de los problemas, adonde dize que las naturalezas calientes en el tiempo del estio se abrassan, enflaquezen, y disipan; y las frias tienen mas fortaleza, y vigor. Siendo pues el varon caliente, y seco, y la muger fria, y humida, es claro que en el estio, las fuerzas del varon se desminuyen, y las de las mugeres fortalecen. Y assi las mugeres en tiempo caliente, y los hombres en frio apetezen mas la Venus, de adonde mano aquel Refran Castellano. Junio, Julio, y Agosto, señora no soy vostro.

Plinio en el libro. 22. de sentencia (de Alceo, y Hesiodo) dize que quando florece la yerua Scolimo, que es el cardo arrocife, las mugeres apetezen intensamente el acto venereo, y los hombres en este tiempo estan muy remissos. Pero vn prouerbio ay Español a quien se a de dar mas credito que a Plinio, y tanto como a Aristoteles, que dize. Quando brota la higuera, requiere a tu compañera, y si no te quiere escuchar, espera a que brote el moral. Y segun este Refran, parece que quando la higuera, y el moral echan sus hojas, que es en el verano, entonces esta en su fuerza en las mugeres el desseo lasciuo. Y no es fuera de razon, pues en aquel tiempo se calientan los frios humores, y crece la sangre.

El viejo mudale el ayre,
y darte a el pellejo.

REFRAN. XLI.

RODIGO afirma, de sentencia del Philosopho, y del Principe Auicena, que es la senetud enfermedad natural incurable: de la qual ningun viuiente se escapa ni absconde, si la violencia de la muerte antes no desbarata, y atropella el curso de la vida. Viue la corneja nueue edades del hombre, y el ciervo ligero quatro siglos de corneja, el ronco cueruo tres edades del ciervo, y la India fenix nueue edades del cueruo, como testifican estos versos de Hesiodo, que escriuió Erasmo.

*Ter tria sicla hominis, transmittit garrula cornix,
Quatuor ac peragit, cornicis secul a ceruus,
Ceruina aetatem coruus ter preterit ater
Coruinos annos nouies agit Indica phenix
Atqui chrispicoma soboles Iouis alma sonantis
Egredimur decies, phenicia secula nimphae.*