

Lo dicho hasta aqui pertenece a la declaracion del Refran propuesto. Y aunque ya está asaz, claro, no seran fuera de la materia a el tocante las exposiciones de algunas dudas, que aqui se propondran; de las quales es la primera, si es verdad, que aquella parte de la muger que llaman madre, ó vtero, que está el infante el tiempo del preñado, es animal diferente de la propia muger, como dixo Platon. Y Areteo, y Alexandro, y otras muchas personas lo tienen creydo, particularmente mugeres: las quales afirman, que se les sube al estomago, y a la cabeza, y a otras partes del cuerpo.

A esta primera duda responde Galeno, y reprehende a todos los que tienen esta opinion, diciendo, que el vtero no es animal, ni puede andar vagando, por el cuerpo. Solo se estiende algo hàzia arriba, ó a los lados de la parte adonde está fuertemente ligado, quando se llena de alguna maligna ventosidad, o de otro humor, de adonde se levantan vapores acres, y mordaces, y de venenosa qualidad: los quales causan gran daño en la parte adonde dan su golpe, haziendo diuersos accidentes en el estomago, corazon, o cabeza; y quando causan estos accidentes dizen las mugeres, que sube la madre.

Puedese tambien dudar si es verdad, que aya superfecundacion, que es dezir, si despues que la muger está preñada puede segunda vez concebir otra criatura con la primera, demas de la que ya está concebida en la madre. A esta segunda duda se responde, que no, y la razon es, porque al punto que la muger concibe se le cierra, y aprieta el orificio de la madre tanto, que ni la punta de vna aguja podria entrar dentro. Conociendo esta verdad el gran Hipocrates, dixo en vn aphorismo: La madre se les cierra a las que estan preñadas. Galeno en el comentario confirma este parecer, diciendo, que la mas cierta señal para saber si la muger está preñada, es que tenga la boca del vtero cerrada: la qual prueua suelen hazer las comadres con el dedo, que assi lo manda Galeno en el proprio lugar. Herophilo dixo mas claro, que la punta de vna aguja, no podra entrar despues que la muger está preñada; siendo pues esto assi tan firme verdad, claro está, que no será posible aver su perfetacion, haziendose la muger preñada antes de parir, y vaziar el vtero de lo que antes contenia.

Aqui será bien aduierta el desseoso de saber, que de los animales que Dios crió solos ay dos, que en el tiempo del preñado vsen de la venus: estos son la muger, y la yegua. Assi lo afirma el philosopho en la historia de animales, y la esperiencia lo muestra. Lactancio da la razon diciendo, que quiso Dios diferenciar las mugeres de los demas ani-

males, en esto de poder vsar la venus estando preñadas: porque los hombres repugnando ellas en tal tiempo, no cometiesen otros pecados, apeteciendo lo ageno, y fuese causa de que perdiessen la Gloria. Dize tambien, que si la muger no pudiera pecar estando preñada, no mereciera la virtud de la pudicia: porque es digno de merecimiento alguno el que dexa de hazer aquello que no puede hazer.

Bien sabia Iulia hija de Augusto, aquella que aunque se cansò nunca satisfizo el libidinoso desseo, que la muger preñada puede tratar con varon, pero no concebir segunda vez estando ya llena la madre. Y assi por dar gusto a la carne, y no tener hijos de otro alguno, mas que de su marido Agripa, esta lasciua hembra en sintiendose preñada hazia franco su cuerpo a quantos del gustauan. Dize Macrobio tratando desta insaciable bestia, que como se admirassen los que sabian su vida, de que todos los hijos que auia parido se assimilassen a Agripa su marido, les dixo: Yo nunca vso de otro piloto en mi naue, hasta que la sien-to llena.

Podriase tambien dudar, si quando la muger pare dos, o tres hijos, estos fueron engendrados de vn tocamiento solo del hombre con la muger, o de muchos. A esta duda responde Hipocrates afirmando, que de vn tocamiento solo pueden: y prueualo con el exemplo de los perros, los quales de vna vez engendran muchos. Otras dudas se pudieran traer, que el lector hallará en Galeno.

Come niño, y criarte as,
come viejo, y viuiras.

REFRAN. II.

ADMIRABLE ES la prouidencia de Dios, pues ya que no hizo nuestro cuerpo de naturaleza impassible como los cielos, o como el diamante antes sugeto a mil alteraciones; proueyó remedio para ellas. Compusonos de quatro elementos, en que estan el calor, frio, sequedad, y humedad, en continua guerra, por ser qualidades contrarias, mas como el calor es de mayor actiuidad dissipa la sustancia de los cuerpos, venciendo y consumiendole lo frio, lo humido, y lo seco, y aun el proprio se desuanece á si, deshaziendo el cuerpo en que se sugeta. Lo que consume el calor de el

elemento de el agua, restaura el hombre con la beuida, segun enseña Galeno, y lo que tambien deshaze del elemento del ayre, y fuego restaura con la respiracion, y con el mouimiento de los pulsos: mas lo que dissipa de las partes mas solidas y secas, que corresponden de la tierra, esto no se puede restaurar, sino solo con comida. Esta disposicion, o miseria ningun cuerpo compuesto de la tierra, ayre, fuego, y agua la puede euitar. Mas el hombre con su prudencia puede buscar saludables ayres, para la restauracion de los espiritus, que cada dia se pierden, y delicadas beuidas, para conseruar lo humido, y manjares conuenientes a su natural, para las partes solidas. Es tan necessaria la restauracion de las partes dichas, como la vida: y assi la propria naturaleza nos dio respiracion, y nos dio sed, porque beuiessemos, y hambre, porque comiessemos, que sin qualquiera cosa destas, ni el niño se criara, ni el viejo viuiera.

Trata pues nuestro Refran solo de la comida, dexando la de la beuida, y respiracion; y assi para darnoslo a entender, con palabras sentenciosas dice: Come niño y criarte as, come viejo y viuiràs.

Pero hase de aduertir, que aunque este Refran dize, que el niño, y el viejo coman, assi para criarse el vno, como para viuir el otro, que tambien se a de entender de las demas edades: las quales tienen la propria necesidad, que el niño, y el viejo: pero los dichos que son sentencias, tanto son mas de estima, quanto mas breues, y quanto mas vsan de contrariedades, por la qual razon solo nombra esta sentencia la primera y vltima edad.

Aduertase tambien, que no porque dize, que el niño, y viejo coman han de vsar de los manjares en excessiua cantidad, ni de mala qualidad, ni que se coman fuera de conueniente ocasion, ni mal aderezados: porque pecando en qualquiera destas quatro cosas, se conuierte en ponzoña el alimento. Atento a lo qual será justo, declarando el Refran escriuir breuemente la educacion de los niños, y el regimiento de los viejos.

Assi como el infante nace (dize Galeno, y Auicena) se han de esparcir en su tierno cuerpecillo vnòs poluos de sal, para que se le endurezca el cuero, y le sirua esta dureza de defensa contra las injurias externas: y antes que mame dizen los proprios autores, con Paulo, se le ha de dar miel, para que la coma lamiendo: y luego se aduertia si la que le engendró y pario está sana, o no: porque si goza de salud, será sin comparacion muy mejor, y mas natural a cada criatura la leche de su propria madre, que la peregrina y estraña; pues lo proprio de que se sustentaua en el

vientre mudado en dulce y blanco licor, es la leche: la qual se haze de la sangre que yua antes al vtero, cozida, y alterada en los pechos. Y si su propria madre no goza de salud para criarla, se buscará ama, cuya edad sea de veinte y cinco años, y que no exceda de treinta y cinco: porque esta es la mas perfecta. La compostura de su cuerpo se aduertia mucho, y el color, el qual sea de rosa, el cuello fuerte, y el pecho ancho, no sea gruessa, ni flaca, antes tenga el medio entre estos dos extremos, las tetas no sean grandes, ni floxas, ni duras, la leche que dellas destilare sea en moderada cantidad, experimentese su qualidad con la vista, con el gusto, y con el olfato: porque ha de ser al olfato, y gusto suaué, a la vista blanquissima, y que tenga cierta ygualdad en sus partes, digo, que no sean vnas gruessas, y otras tenues, antes guarde cierto medio en todas ellas. Esto se conoce echando vna gota sobre la vña, o sobre vidro: porque si fuere muy tenue correrá con facilidad, y si gruessa se pegará.

Demas de lo dicho conuiene que el alma sea de loables costumbres bien acondicionada, risueña, que con dificultad se dexé lleuar de las passiones del animo, que son tristeza, ira, y temor, y otras: y si fuere possible no a de tratar de madona Venus, segun nos enseña Galeno: porque de tal acto los meses se prouocan, y la leche adquiere mala qualidad, y pierde el buen color.

Alimentarése el ama con comidas de buena qualidad, como es el carnero Español, gallina, cabrito, perdiz, gueuos frescos, passas, y pezes de claras y corrientes aguas, y otros desta qualidad. Y coma aquella cantidad que no le cause indigestion, y a hora que comience a sentir hambre; esta es aduertencia de Galeno en el lugar arriba alegado. Y yo tambien lo aduerto aqui: porque è visto ama que procura comerse (el tiempo que cria) no solo lo conueniente, mas lleuarse en el estomago la hazienda de los señores de casa, porque piensan todos que si comen mucho tendran mas, y mejor leche, estando la razon, y experiencia en contrario.

Galeno en el lugar citado aduertie tambien que sea la beuida del ama moderada, y en buena ocasion, quando coma. Yo tengo por cierto, que si fuera conueniente el beber vino, que Galeno lo dixera. Y tambien entiendo, que beber con mucha moderacion tantico bueno muy aguado, no será inconueniente; pero que le seria muy grande ser el ama desconcertada en beberlo. Este es el parecer de Moschion tratando desta materia. Conuiene demas de lo dicho, para que la leche sea conueniente, que el ama se exercite y trabaje con moderacion, particularmente

de la cintura arriba, como es aspando, hilando, o masando.

Tiniendo el ama, y la leche las condiciones dichas, se concedera el pecho a la criatura, no inaduertidamente a todas horas, antes se tendrá extremo cūydado, en que no carguen el estomago del recien nacido, y que no se le dē vna vez, sin que la de antes estē digerida: lo qual se conecerá en que aurá passado conueniente tiempo, y en que el estomago, y yjadas del niño estan encogidas, y en que abre la boquilla voxtezando, y meneando los labios a menudo. Paulo en el libro primero, capitulo quinto dize, que solas dos, o tres veces en el día se les ha de dar el pecho.

Acerca de quanto tiempo ayan de mamar los niños, dize Moschion, que sea año y medio, o dos años, teniendo dientes suficientes para comer el manjar solido. Paulo en el lugar citado, es de parecer, que sean dos años. Y Auicena le sigue.

Aduiertan tambien las amas, que crian, que solos ay tres remedios con que mitigar los llantos de los niños, que son entrarles el pezon del pecho en la boca, cantarles suavemente, y moberlos en la cuna, o en los brazos: con los quales remedios (dize Galeno) se aplacan las pesadumbres de los inocentes niños.

Tiniendo pues ya la criatura firmes dientes, y la edad dicha, comenzará a comer el manjar proprio, para que se crien los niños, que es el humido. Assi lo dixo el gran Hipocrates, en aquel aphorismo tan sabido de todos, por estas palabras: La comida humida conuiene a los que tienen calentura, principalmente a los niños. Y Galeno en el primero de la conseruacion de la salud dize lo proprio: para este proposito son excelentes las sopas que se hazen del caldo de la olla de carne, y la carne de borrego de vn año, de cabrito, de polla, pollo, y ternera son acomodadas, y de las frutas las vuas, y los higos. Comerá el niño muchas vezes al día, y cada vez poco: porque su estomago no puede sufrir mucho de vna vez. La ocasion mejor para darles de comer, es quando comienzan a sentir hambre: porque los que crecen tienen valiente el calor natural, y si con presteza no son ayudados con la comida enfermarán, y se les consumirá el cuerpo. Esta es la razon porque dize Hipocrates, que con mucha dificultad sufren los niños el ayuno, y la santa madre Yglesia no les obliga a el.

Comiendo pues los niños desde su natiuidad por el orden, que hasta aquí está dicho tendran salud, y saliendo del, o no se gozarán, o les asaltaran mil enfermedades. De adonde entenderemos que la primera parte deste Refran

se dize de la comida de los niños proporcionada en justa qualidad, quantidad, ocasion, y modo, y no de comida demasiada, como algunos afirman.

La segunda parte nos dize: Come viejo, y viuirás. Esta comida del viejo, que dize la sentencia, para que viua, y se conserue la cansada vejez, no ha de ser a carga cerrada, sin consideracion, antes por estar muy sugeta a enfermedades se aduierta, que la comida del viejo conuiene que sea calida y humida: porque aunque la vejez es fria, y seca, naturalmente por ser tenuta por enfermedad, se ha de corregir con sus contrarios: de suerte que podra comer los manjares de las qualidades dichas, y que sean faciles de digerir, y crien sangre. Estos son yemas frescas, carne de polla muy tierna, y de pollo, los perdigones, palominos, gazapos, paxarillos, y carnero nueuo. Auicena es de parecer, que los viejos coman cada dia vna poca de leche de cabras con miel, si el vientre no se hincha con ella, ni duele la cabeza, porque la leche con gran facilidad se conuierte en sustancia. Y Galeno dize, que conocio vn labrador de edad de cien años, que solo comia leche de cabras, y pan. Tambien cosas de azucar son buenas, y queso fresco con miel en el principio de la comida: porque (segun Galeno) ablanda el vientre; passas, datiles, higos frescos, y passados les seran prouechosos: mas lo que se lleua la gala, y lo que haze que se tarde mas la senectud son los piñones: porque son templados, crian buena sangre, y consumen la que ay mala. Para que no ofendan el estomago se han de echar doze horas antes de comerlos en infusion de agua tibia. Puedese tomar vna onza dellos al principio de la comida. Dizen algunos escriuiendo desta materia, que es bueno tambien para la conseruacion vsar del zumo del palo dulce: porque ningun simple ay mas semejante al calor natural del hombre.

La qualidad de lo que se ha de comer, es la que está dicha: pero esta es de poca importancia si la quantidad no es la que deue: y assi se le dará al estomago lo que con facilidad pueda cozer, cuya medida será el sentido del proprio estomago, de suerte que no se agraua. Esta es doctrina de Hipocrates maestro de la medicina. En quanto al modo de comer dize Galeno, que se han de tratar los viejos como los conualescientes: y porque los que conualecen tienen necesidad para la restauracion de las fuerzas de mucha comida; la qual no puede por su flaqueza sufrir el estomago, se les ha de partir el manjar dandoles poco y muchas vezes. Este modo tendran tambien los señores viejos, los quales me parece con Galeno, que coman tres vezes en cada vn dia, y cada vez poco. Será la ora conuenien-

de aquella en que comenzaren a sentir necesidad, o hambre: porque comer antes causa flemas, y sufrirla, debilita las fuerzas, y llena el estomago de malos humores.

Ase de tener tambien gran cuydado en el orden de los manjares: porque si el vientre es duro, y rebelde darán al principio de la mesa manjar que ablande, y si fuere blando concederan algo abstringente, que comiendo por el orden dicho, será verissima la segunda parte del Refran, y vivirá el viejo felicemente; pero excediendo en algo de lo dicho, ni el niño se criará, ni el viejo se conseruará.

Si quies que tu hijo crezca
lanale los pies, y rapale la cabeza.

REFRAN. III.

TRES generos ay de bienes (dize el philosopho en los ethicos, y rethoricos) que hazen en esta vida el hombre bienaumentado, y felice. Estos son los bienes del alma, los del cuerpo, y los externos. Bienes del alma se dizen aquellos, que tocan a la parte racional del hombre, como son las potencias, actos, y abitos intelectuales y morales. Los bienes externos son seys, fortuna, honra, buena muger, buenos hijos, amigos, y riquezas. Los bienes del cuerpo dichoso son solos quatro, sanidad, fuerza, hermosura, y grandeza. Deste vltimo bien, que es grandeza, y en Castilla se dize gentileza, gallardia, y buena proporcion de miembros: sin lo qual ninguno en este mundo se puede ymaginar de todo punto bienaumentado (segun el philosopho en los lugares citados, y aun segun Platon en el phedro, y en el hipias maior) deste bien de gentileza de cuerpo: digo pues que trata y se ha de entender el presente Refran; el qual en breues palabras nos adierte lo que hasta oy ningun Griego, Arabe, o Latino, a osado enseñar, dandonos dos facilissimos remedios, para la buena educacion, y gallardia de los hijos: para que sus cuerpos no sean ridiculos, consumidos, como enanos, o pigmeos. Los quales remedios son lauar los pies y cortar el cabello de la cabeza.

Y aurá alguno, que estè maquinando contra la presente sentencia, que que importa el lauar los pies, ni el rapar el cabello, para la corroboracion de la virtud de cre-

cer? Al qual suplico adierte, para conocimiento desta verdad, que las virtudes, o facultades principales de naturaleza son tres, como enseña Galeno en el libro primero de las facultades naturales, capitulo nueue, estas son facultad de engendrar, facultad de aumentar el cuerpo, y facultad de nutrirle, que es alimentarle. La virtud de engendrar consta de otras dos virtudes, que son la que altera, y la que forma. Pero esta facultad de engendrar tiene necesidad de la facultad de aumentar, y la de aumentar, de la que nutre, o sustenta, y la que sustenta de otras quatro, que son virtud de traer lo necessario, virtud de retenerlo, virtud de cozer, y virtud de expeler lo superfluo. Boluiendo pues a la facultad de crecer, que es la que haze a nuestro proposito, no es otra cosa, como dize Galeno, que vna virtud natural, que haze aumentar lo que está engendrado, en largo, ancho, y profundo: y assi el crecer será dilatacion en largo, ancho, y grueso.

Las causas del crecer son la fuerza del calor natural, y copia de humor, o materia idonea para crecer.

Entendido lo dicho, se ha de aduertir para la inteligencia del Refran, que para que el sustento del cuerpo, que llamamos nutricion (el qual es necessario para crecer) se celebre bien: la comida, y bebida passa tres cocimientos. El primero en el estomago. El 2. en el higado. Y el 3. en las demas partes del cuerpo. De cada vn cozimiento destes resultan superfluydades excrementicias, gruesas, y tenues, las quales si no son lanzadas fuera, por la virtud de expeler, o el arte suple su flaqueza: necessariamente an de atapar las vias, y poros de nuestro cuerpo, y ha de venir a enfermar, o a lo menos detenidos los tales excrementos, serán causa de que no se conuierta bien el sustento de nuestra sangre, y carne, y no se conuirtiendose bien, no se aumentará conmodamente el cuerpo, y si enferma sucederá el proprio inconueniente, y con mayor intension. De suerte, que segun la verdad de medicina propuesta, para que el hombre tenga el aumento, que su virtud le puede dar, ha de carecer de impedimentos, que es la detencion de los excrementos, que no auiendo este detenimiento las facultades naturales hazen bien su officio (como dize Galeno) dando la que alimenta sustento conueniente a la virtud de crecer, de manera que el cuerpo sin impedimento alguno llegue en su aumento al termino, que la causa eficiente, y material le pueden dar.

Aduertase tambien, que los cabellos de la cabeza son superfluydades del tercer cozimiento, o exalaciones, o excrementos, que assi los llama Galeno, en el libro segundo de temperamentis, como tambien es excremento, y su-

perfluidad, el sudor de los pies, y la caspa, y las demas inmundicias que en el pellejo de todo el cuerpo se hallan.

De todo lo hasta aqui adnotado, se saca con evidencia la razon del Refran, que en suma es esta. Para que el cuerpo crezca libremente, y llegue a su termino de aumento, ha de carecer de excrementos: porque si no carece las quatro facultades naturales harán diminutiamente sus officios, y por el consiguiente se alimentará mal el cuerpo, y no se alimentando bien no puede crecer bien, pues con lauar los pies, y rapar el cabello de la cabeza, se vazia de excrementos el cuerpo, luego el lauar los pies, y rapar la cabeza, es cosa conueniente para crecer.

Aqui se aduertia que aunque el Refran solos nombra los dos extremos del cuerpo, que son cabeza, y pies, se à de entender de la limpieza de todo el cuerpo: el qual para que se conserue con salud, y se aumente mejor, es bien, que estè siempre libre de superfluidades excrementicias. Pero porque las sentencias deuen ser breues, y jugar de contrarios, no quiso nombrar mas que lo alto, y lo bajo de el hombre.

Que el baño de pies, y de las demas partes del cuerpo sea remedio para crecer, conyese euidentemente de la razon, y de las muchas autoridades de los antiguos. La razon lo enseña: porque la naturaleza se conserua con su semejante. Y la naturaleza de los niños es humida, luego tiene necesidad de cosas humidas, como el baño lo es. Y por el consiguiente será verdadero nuestro Refran. Autoridades podrianse referir infinitas: pero porque las del maestro Galeno dan mas fee que otras algunas, solo digo, que el lo enseña, tratando de la educacion de los niños, en el primer libro de la conseruacion de la salud, capitulo septimo diziendo: Vsaran de leche, y baños de aguas saludables. Y en el proprio libro capitulo decimo, buelue a dezir, que bañen el niño primero que le den de comer. Y en el capitulo dozeno afirma, que para que los mancebos crezcan, se lauen con agua tibia.

Y porque los baños, y lauatorios pueden ser de muchas diferencias de aguas, y licores; digo, que los mas conuenientes para nuestro proposito son los que se hazen con agua caliente dulce, como se colige del lugar citado de Galeno, y que si se diessen con agua fria antes ofenderian, como el alli lo muestra. Y el doctissimo Español Vega lo aduertie en su arte curatiua, en el libro segundo, capitulo segundo, en las vltimas palabras, que son estas: Entre todos los que se lauan con agua fria, o se bañan en ella son los muchachos a quien mas ofende, y a todos los que

no an acabado de crecer: porque el agua fria les impide el aumento de el cuerpo.

La ocasion, o tiempo apto para este baño, dixo Galeno en el lugar citado, que ha de ser antes de comer.

Con lo hasta aqui escrito se entiende bien esta sentencia Castellana, la qual en breuissimas palabras nos da remedio facil para adquirir vna de las partes que ha de tener en este mundo el hombre, para llamarse felice, que es la gallardia y gentileza del cuerpo: lo qual queda prouado con razones philosophicas, y medicas, fundadas en la necesidad que ay de la limpieza del cuerpo, para que las facultades hagan bien su officio: porque no le haziendo, la virtud de crecer queda manca, y falta, y el cuerpo deshecho, flaco, y pequeño.

Y porque viene muy a consonancia (aunque ya está declarado el Refran) será justo traer aqui lo demas que conuiene hazer, para que los niños, y jounes crezcan. Lo primero en que se ha de tener gran cuydado, es que no padezcan hambres, ni ayunos: porque sin duda alguna el cuerpo se les consumirá. Assi lo enseña el gran Hipocrates, en la sentencia catorze del primero de los aphorismos, adonde dize, que los que crecen tienen fuerte el calor natural, y por esta razon necesidad de mucho alimento, el qual si le falta se consume el cuerpo. La qualidad del alimento que se ha de dar a los niños conuiene que sea humida y templada, entre calor, y frio, porque la naturaleza destes es humida, como ya se prouó. Para el qual efecto vale mucho la leche estando sanos, las sopas de la olla, los piñones, y buenas carnes. No se les dá mucho de vna vez; antes poco, y muchas vezes, ni coman vno hasta tanto que estè distribuydo lo de antes.

Acerca de la beuida ay grandes diferencias entre los philosophos. Galeno es de parecer, que los niños, y mancebos mientras crecen no beuan vino. El proprio parecer tuuo antes Platon en el segundo de legibus. Dizen pues estos insignes varones, que con el vino se enciende fuego en los niños, y la cabeza se les llena de vapores. Yo en esta dificultad sigo la doctrina de Hipocrates, que en el libro de ayre, agua, y lugares dize: Mejor es dar a los niños a beuer vino muy aguado: porque esto seca y enciende menos las venas. Y assi (segun esta sentencia) tengo por cierto, que los que lo beuieren templadamente, como dize Hipocrates, se criarán mas robustos, mas frescos, y mas crecidos.

Conuiene demas de lo dicho, que los niños, y mancebos que crecen, para el aumento del cuerpo, se exerciten. Pero este exercicio sera con brazos, y piernas; importa

que sea moderado, y sin mucha violencia, porque si passa de punto, consume el cuerpo, como nos dize Galeno.

Aristoteles en los politicos enseña, que los exercicios de los muchachos, sean juegos que imiten el oficio, que an de exercitar, quando sean crecidos. Adonde escriue tambien vn gracioso remedio para que crezcan. El qual es que los dexen llorar, y aun les den ocasion para el llanto: porque la fuerza que hazen con el pecho, deteniendo y echando la respiracion es exercicio conueniente para el aumento.

Si fuere possible, se an de criar los niños en region humida, y templada entre calor, y frio, que es de importancia para el aumento, y hermosura de los que se crian.

Huyr de la pestilencia
con tres, lll, es buena ciencia.

REFRAN. IIII.

El mas cruel y opuesto enemigo, que la naturaleza humana tiene, es, la peste: esta, subita, y desaforadamente asalta el corazon (parte mas principal del hombre, y que es fuente, y origen de la vida) y con su veneno, y malicia, le destruye. Trae este horrible contrario por compañeros el mortal contagio, la calentura maligna, manchas, pintas, landres, carbuncos, desuarios, modorras, temores, tristezas, sed, cansancio, fastidio, vomitos, ensueños, congojas, inquietudes, frio en los extremos, y fuego interno, pulsos desiguales, muy pequeños, y frecuentes, y todas las malicias, y trayciones, que en los demas particulares venenos se hallan, todas ellas, como en eminencia se juntan en sola peste. Haze este miserable mal, que desamparen padres a hijos, y hijos a padres, no ay amigo tan fiel a quien no debilite, y enflaquezca contra la cosa amada. Es azote, y castigo del Cielo, es vna bestia fiera, y cruel dragon (dize Galeno) que con inuisible cuerpo, y malignante natura, se esparze por el ayre, despedazando, y sorbiendo quantos delante halla. Y en conclusion, es de tan horrible essencia, que de todos los millares de hombres que alcanza con su aliento, la mayor parte mata. Y assi suele aniquilar Reynos, destruyr Prouincias, y dexar muchas ciudades desiertas, no perdonando a niño, ó viejo: y esto sin que la inuencion humana, aya hallado an-

tidoto, ó triaca que equialga, a las fuerzas de tan terrible enemigo. Solo vn remedio ay cierto, el qual abrazara el prudente, este sera vnico solacio, y refrigerio suyo, en tales aduersidades, que es huyr de tan pernicioso mal con las tres lll, que el Refran muestra, y adelante declararemos.

Marsilio Fiscino doctissimo varon, tratando de como se an de preseruar los hombres, de la peste, nos amonesta lo proprio que nuestra sentencia, encareciendo la importancia destas tres palabras, huye, luego, lexos, y buelue tarde. Pero antes que Marsilio lo escriuiesse era Refran muy vsado en Castilla, como se podra ver en la copia que Hernan Nuñez hizo de Refranes entre los quales se halla, el que vamos declarando en la letra II.

Viniendo pues a la declaracion de la sentencia, digo, que las tres, lll, con que auemos de guardarnos de la pestilencia, son huyr luego, lexos, largo tiempo. La primera que es luego, nos dize que al instante que conozcamos las señales que amenazan peste, antes que los humores espiritus, y las demas partes del cuerpo, y ropa, reciban (sin sentirse) algun daño: digo pues que luego nos mudemos, a region, y lugar sin sospecha, y que decline a sequedad, y calor. Las señales que daran a entender, que es bien mudarnos luego, son, quando el tiempo varia de su natural disposicion, y excede en calor, y humedad, y el ayre parece mucho tiempo obscuro, nebuloso, y como poluoriento, quando corren gruesos, y calientes vientos, quando las aguas, y los campos, parece que humean, y huelen, y los peces tienen mal sabor, y olor; quando parecen sobre la haz de la tierra muchos animales criados de putrefacion, quales son ranas, y sapos. Y quando ay gran cantidad de hongos, y yeruas podridas, quando los frutos, y carnes son desabridas, y con facilidad se corrompen. Quando el vino se enturbia, y los animales terrestres, y los que huelan se mudan a otra parte, y se hallan algunos muertos. Quando se comienzan a sentir calenturas extraordinarias, continuas, furiosas, de naturaleza oculta, engañosas, con congojas, con desmayos, y desuarios, con carbuncos, y secas, con turbulencia de vrinas, y escoriacion de intestinos. Quando ay muchas lombrices, y viruelas, muchas conturbaciones entre las gentes, y an precedido rabiosas yras, y pendencias, cruels guerras, hambres, y se an visto mostros espantables, que causen admiracion, entonces pues vistos todos estos prodigios, y señales, huye, aprouechate de la primera, I, que significa, luego. Y esta huyda conuiene que sea muy presta antes que seas hecho vno de los apestados.