

4

CONSTANTII
LANDI COMPLA-

NI COMITIS PATRI-
CIIQUE PLA-
CENTINI

METHODVS DE BO-
NA VALETVDINE
TVENDA,
AD

AEMILIVM PVTEVM,

PLACENTINVM, ADOLE-

SCENTEM CLARIS-
SIMVM.

*



LUGDVNI,
APVD SEBASTIANVM
DE HONORATIS,
1557.

AD LECTOREM.

*Dum Bacchi ludos imitatur stulta iuuentus,
Atque simul fictis uultibus ora tegit :
Hunc ego, qui curet mentem corpusq; libellum,
Composui, quadam sed breuitate tibi.
Ut quam alij longis scripsere anfractibus artem,
Arctatam hanc paruo codice lector emas.
Hunc lege, sed nunquam priscorum dogmata spernas,
Queis iam debere hæc omnia me fateor.*

CONSTANTII LANDI COMITIS

DE TVENDA BONA
VALETVDINE AD
Aemilium Puteum
Methodus.

* *
*



A R C V S Cicero Latine linguæ
columen (Aemili Putee) Tironi
liberto hæc ad tuendam prospe-
ram sanitatem, quinque propo-
nit remedia, & salubria antidota,

τέψις, ἀλυπία, περιπάτου σύμμετρον, τέρψις, ἐυλυσία
καίλιας. Hoc est concoctionem, cui contraria est
Δυσπεψία, hilaritatem, mensuratam deambu-
lationem, delectationem, bonamque uen-
tris dissolutionem. Et ut ex his quinque elicia-
mus totius penè, quæ ad bonam ualeitudinem
faciunt, artis remedia, sciendum est in primis,
hominem ita in se compositum esse debere, ut
ea, quæ à natura sibi perperam & palàm exposi-
ta sunt, eligere noscat, seq; primùm cognoscat
oportet, & foris & in cute. Nam ut ait Iuue-
nalis Satyra 10. Orandum est ut sit mēs sana in
corpore sano. E cœlo descendit γνώθι σεαυτόν.
Oraculum enim est Delphicum iandiu consue-
tudine sermonis pertritum, γνώθι σεαυτόν. quod
& Cic. lib. 1. & 5. Tusculanarum quæstionum,