Das XVIII. Capitel.

Wie man sich bey Anhebung des Wassertrinckens, und die Cur hindurch zu verhalten habe.

ES ist für allen Dingen unvergeßlich zu mercken, daß man nun und nimmermehr auf einige vorhergehende hefftige Erhitzung des Leibs, es sey von starcker Bewegung, Lauffen, grimmigem Zorn, Venusspiel, oder wovon es wolle, keinen jehlingen kalt eingestürtzten Tranck thun, oder aus einer Extremität in die andere ohn ein temperirendes Zwischen-Mittel springen solle, nemlich aus hefftigster Hitze in volle Erkühlung, oder aus der Kälte in Hitze; denn sonst gehet es dem menschlichen Leibe ohnfehlbar wie fast allen andern Dingen, welche mit gehlinger Abwechslung der Extremitäten in kurtzem zerstöret werden: denn wir sehen, daß wenn nach geschwinden kalten Platzregen Angesichts der heisse Sonnenschein die Gewächs der Erden wieder bestrahlet, werden sie voller Geschmeiß und Würme; die allerhärteste Steine, so in der Natur zu finden, wenn man sie glühet, und in kaltes Wasser wirfft, werden dermassen geschreckt, daß sie in ein Pulver zerfallen, ja unsere gesundeste Zähne können solches mit vielen unverständigen Menschen zum warhafftigsten bezeugen, indem daß alle die jenigen, so überaus heisse Suppen täglich einschlurffen, und alsofort kalt darauf trincken, grosse Schmertzen und faulende Hohlwerdung der Zähne bekommen; und dergleichen erfahren auch andere Dinge mehr, so gar, daß auch die Metallen,

tallen, ob sie wol in solchem Stuck mehr als andere Dinge erleiden können, dennoch endlich auch durch die offt abwechselende Extremitäten zerstöret werden, und kan sich auch das allerbeständigste Ding dieser Welt, nemlich das Gold, dessen nicht erwehren, daß wenn es zu 50. oder 100. mahlen geglühet und wieder in einem kalten Liquore abgelöscht wird, allgemach beginnet in eine Vitriolität zu gehen, und in dem ablöschenden Wasser zu zerfahren, auch an Farben bleicher zu werden, an denen unvollkommenen Metallen aber geschicht solches viel ehender, so daß der Schmiede Ablöschwasser voller Vitrioli Martis ist, das Kupffer aber zerfällt durch öffteres Glühen und Ablöschen in kurtzem zu braunen Schüpen, und so der ablöschende Liquor was scharff ist, verzehret es sich gantz darinn und macht das Wasser zur grünen Solution. Derhalben stehet leicht zu erachten, daß auf das kalte Sauerwasser trincken auf vorhergehende Erhitzung des Leibs ebenmässig nichts Guts erfolgen kan, und stehet also niemanden zu rathen, daß er solte mit grosser Eilfertigkeit nach einem Sauerbrunnen gehen oder lauffen, und so bald er solchen ereilet, des Leibes Hitze und Durst mit häufiger Einschüttung des kalten Wassers gehling löschen: denn eben wie ein glühender Kiesel sowol in Sauer- als anderm kaltem Wasser zerfallen würde; also kan auch der menschliche Leib davon nichts bessers zu gewarten haben, sondern solte mit einem eintzigen gähen kalten Trunck auf vorher verursachte Hitze des eilfertigen Dahingehens, den Magen, Leber und Lunge gnugsam schrecken können, daß sie auf einmal in Grund verderbt, und damit der Weg zu einer tödlichen Wasser- oder Lungensucht gebahnet

würde,

würde, denn solche Glieder werden nebst dem Geblüt durch geschwinde Abwechslung der Extremitäten von Hitze und Kälte unreparirlich geschreckt, sonderlich zu dürrer staubiger Zeit, da unterwegs der Staub sich mit dem Athem in den Hals und auf die Brust setzt, und in dem Schrack des kalten Truncks sich noch fester ankleistert und Verstopffung macht: Wer derowegen ein Liebhaber seiner Gesundheit und Lebens ist, der thut wol, wenn er in solchem Fall die Hitze und Durst so lang mit Gewalt überstehet, bis sich der Leib meist wieder abgekühlet, oder lasse ihm einen Krug voll des Wassers in sein Zimmer bringen, so erkühlet unterdeß der Leib von seiner übermässigen Hitze, und das Wasser überschlägt sich vom Tragen von seiner frischen Kälte, daß beyde Extremitäten sich zum Zwischen-Mittel lencken können.

Weiters so ist von langer Zeit her, bey vorhabender Sauerbrunnen-Cur auch bräuchlich, daß ein jeder zum Sauerbrunnen Reisender, oder daheim die Cur Brauchender nebenst dem Wassertrincken, auch einige gewisse Artzney-Stücke nach Erforderung seines Zustandes mit unterlauffen läst, als nemlich da sein Gebresten, darzu er die Cur zu brauchen gesonnen, am Haupt, Leber, Miltz, Nieren, Mutter oder Magen ist, macht er sich mit einigen kräfftigen Haupt-Leber-Miltz-Mutter- oder Brust-Küchlein, oder Täfelein, oder Confect oder Dreseney gefast, damit solche nebenst dem Sauerwasser das bresthaffte Glied helffen stärcken, reinigen, und zur Cur disponiren. Auch ist das allgemeine Absehen der Aertzte besorgfältiget vor und unter dem kalten Trincken den nüchtern Magen mit Vorhergeniessung einiger annehmlichen erwärmenden Mixtur zu stärcken, damit

er

er von dem kalten Trincken nicht geschwächt, und zu viel erkältet werden möchte; wie auch das eingetrunckene Sauerwasser zur Austheilung zu befördern: worzu denn dienlich sind die sogenannte Kaysers-Morsellen, item Kümmel- Fenchel- oder Anis-Confect, Tabulæ aromatici rosati und dergleichen. Als zum Exempel, wann eines einen schwachen undaulichen Magen hat, so dienet ihm das Confect Diagalanga, oder Diacyminum, oder Confectio de ligno Aloës, oder Diatrion pipereon, oder eingemachter Ingwer. Leidet man aber Verstopffung und Gebresten der Leber, so dienet das Confect Dialacca, item Tabulæ diarhodon, Abbatis; item Diacurcuma, Diatrionsantalon. Zum bresthafftigen Miltz dienen diese Miltz-Täfelein: Nimm der eingemachten Capern, laß sie zwey Stunden in frisch Brunnenwasser liegen, damit die Schärffe des Saltzes und Essigs, womit sie eingemacht worden, sich herausziehe, alsdenn am Schatten getrucknet, daß man sie könne zu Pulver reiben, solches Pulvers nimm 1½. Quintlein, aufgedörreten Wermuth-Samen, ein Quintlein, Cardobenedicten-Samen, ein halb Quintlein, Muscatenblüth, Vitrioli Martis, so ein wenig über dem Feuer bis zur goldgelben Farbe calcinirt worden, jedes 15. Gran, (solcher Vitriol wird gemacht, wenn man ein wenig Eisenfeil nimmt, und darauf etliche Zwerchfinger hoch giesset des scharffen Olei Vitrioli mit drey oder vier Theilen Regenwasser vermischt, solches auf warmen Sande hält, bis das aufgegossene Wasser und Vitriol-Oel grün worden, alsdann abgossen, also warm filtrirt, und abgedunstet zum Häutlein, und denn in der Kälte anschiessen lassen, das ist Vitriolum Martis,) feinen

Zucker

Zucker, so in Wermuthwasser zerlassen und zu gebührlicher Consistentz gekocht worden, vier Untzen, bereite daraus nach der Kunst Täfelein. In deren Mangel ist auch dienlich das Confect Dialacca, item eingemachte Indianische Nüsse. Zum schwachen Haupt sind behülfflich die Amber- und Bisam-Küchlein. Zur Brust Violwurtz-Küchlein; Zur Mutter, Myrren-Küchlein; Zum Nieren- und Lendenweh Lithontribon, mit Rosenwasser den Zucker zerlassen und zu Küchlein gemacht, und so fortan.

Die Cur nun zu gedachten und dergleichen Mängeln und Gebresten wird solcher Gestalt verrichtet, es stehet der Patient bey oder nach Aufgang der Sonnen auf, opffert GOtt dem HErrn das Frühopffer eines andächtigen Morgengebets und Danckſagung für den nächtlichen Schutz und alle ihm bewuste Wolthaten (da denn sonderlich sich gebühret bey Erinnerung der Sauerquellen, alle die jenige Gutthaten, die uns GOtt durch die Wasserquellen und Flüsse erzeiget, wol zu behertzigen, sintemal wir nächst GOttes Seegen meistentheils unsere Nahrung, ja auch den Eingang des seeligmachenden Christenthums durch die Tauffe von dem Wasser haben,) ruffet Ihn um Vergebung aller Sünden, fernere Gnad und Seegen, sonderlich zu vorhabender Cur an; nachmals aber, nachdem er den Leib von seinen Excrementen durch Stuhl und Harn gereiniget, den Schleim und Koder auf der Brust mit Husten und Reuspern ausgeworffen, die Haar ausgekämmet, Angesicht, Augen und Hände gewaschen, auch den Mund und Zähne ausgeschwänckt, spatziret er gegen sechs Uhr, welches in der heiligen Schrifft die erste Stunde wird genennet, gemächlich zum Brunnen,

nen, ohne Erhitzung des Leibs durch starckes Gehen, geniesset daselbst etwas von einigem Confect, nach Erheischung seines Zustandes, und zu dem Ende um den Magen zu stärcken, damit er vom kalten Wasser-Trincken nicht geschreckt werde; trinckt alsdenn zwey oder drey Gläser voll, deren eins bey fünff Untzen halte, gantz langsam und mit kleinen Schlücken, damit das kalte Sauerwasser nicht allzu jähling in den Magen gestürtzt werde, und wenn solche drey Gläser oder ein Seidel hinein sind, esse man noch ein Täfelein des vorigen Confects, fange denn an gemächlich zu spatzieren, so lang bis sich der Leib vom Gehen erwärme und ein Schweiß sich erzeige, so lege man sich zu Bett und warte solchem Schwitzen eines haben Stunden lang zugedeckt aus, nachmals den Schweiß mit warmen Tüchern abgetrucknet, sich wiederum bekleidet, im Zimmer eine Weile verharret, bis die Schweißlöchlein sich wieder geschlossen; darauf kan man wieder herum spatzieren, oder sonst mit leichter und ringfertiger Ubung beschäfftigt seyn, bis drey Stunden nach eingenommenem Sauerwasser herum sind, so ist es alsdann gut das Frühmal zu halten. Nach der Mahlzeit ist dienlich eine halbe Stunde zu ruhen, jedoch ohne Schlaff, welcher doch gemeiniglich wegen des Sulphuris Vitrioli Martis, so gewöhnlich in den Sauerbrunnen geführet wird, hart zusetzet, und dahero mit lustigen Gesprächen, Kurtzweil, angenehmen Spielen oder sonst mit leichter Ubung muß abgehalten werden: starcke Leibs-Ubung aber ist bald nach dem Essen undienlich, sonderlich für die Arbeit-Entwohneten.

Wann also die Nachmittags-Zeit bis um drey oder vier Uhren, so in der heiligen Schrifft die neundte

Stunde des Tags wird genennet, verstrichen, rathet Tabernæmontanus wieder so viel Sauerwassers wie des Morgens, und mit eben solchen Umständen zu trincken, abermal zu schwitzen wie zuvor, und darauf bis zum Nacht-Essen zu spatziren, nach selbigem wieder eine Weile wie zuvor zu ruhen, und so drey Stunden nach dem Nacht-Imbiß herum wären, solte man nochmal die jenige Portion, die man des Morgens Früh zu sich genommen, des Sauerwassers trincken, eine halbe Viertelstund im Gemach herum spatziren, und darauf sich zur Nacht-Ruhe niederlegen. Dargegen sind andere Medici anderer Meinung, und wollen etliche, es sey das Sauerwasser-Trincken Nachmittag nicht eben nöthig, doch könne man wieder etliche Gläser nach Belieben trincken, gegen die Nacht aber soll man es allerdings unterlassen; Andere dagegen rathen, man solle die Helffte der Quantität, so man Morgens getruncken, einnehmen, des Abends aber nur bloß zur Durst-Löschung das Sauerwasser trincken. Nun ist wolgedachter Herr Tabernæmontanus ein hocherfahrner alter Practicus gewest, und würde solches nicht also in die Welt geschrieben haben, wenn er es nicht durch langwürige Experientz dienlich befunden hätte; hinwider sind die Jenige, so anders gerathen, auch hochberühmte alte Practici gewesen, und haben das Jenige geschrieben, so sie gut befunden, welches aber doch widereinander laufft, und die Einfältigen irr machen möchte; auch der Artzney-Kunst verkleinerlich seyn, als ob ein jeder nur schriebe, was ihm in seinen unbesonnenen Kopff käme: Finden wir also nicht undienlich zu seyn gedachte unterschiedliche Meinungen hier miteinander zu conciliiren. Die bestehet nun darinn, daß das Sauer-

wasser

wasser eine Materi ist, die subtil und daran nichts zu verdauen ist, und kan man dessen eine grosse Menge ohn einige Beschwerung trincken, sonderlich wer einen starcken Magen hat, welchem es fast so viel ist, als wenn einer die Hände mit kaltem Wasser wäscht, denn es laufft als ein Waschwasser bald durch, und treibt sich selber zum natürlichen Ausgang, und kan also ohn einigen Schaden, ja viel unsorglicher als des Morgens Früh mit nüchterm Magen, und auch wol mit gutem Nutz um Vesper und zur Nacht-Zeit getruncken werden. Herwiederum, wenn auch nur eine mittelmässige, geschweigen eine vortreffliche Artzney-Krafft in denen Sauerwassern enthalten, können sie dieselbe gnugsam des Morgens bey der Nüchterkeit des Leibs von sich geben, und hat man nicht sonderlich vonnöthen dieselbige auch Nachmittage darinn zu suchen, ja es ist kaum möglich die reine Artzney-Krafft Nachmittage oder zu Nacht unvermischt daraus zu geniessen. Denn welcher Mensch wird um Vesperzeit seine eingenommene Mittags-Mahlzeit gantz und gar verdauet haben? ob schon in starcken Mägen ein guter Theil der Verdauung möchte verrichtet seyn, wie wir an uns selbsten zum öfftern wahrgenommen; so ist aber darum noch nicht die gantze Verdauung geschehen. Ist nun noch etwas zu verdauen übrig, so muß nothwendig um Vesperzeit das Sauerwasser drunter kommen, und wo nicht hindern, jedoch zum wenigsten die Verdauung noch um etwas verlängern, wie solches mit denen gemeinen Koch-Häfen zu erweisen; denn wenn die Speisen im Kochen, und noch nicht gar sind, und man in den Koch-Topff noch einiges kaltes Wasser schüttet, es sey gleich Sauerwasser oder eins der allerbesten Wasser, so in

rerum natura möchte zu finden seyn, wird solche kalte Zuschüttung die heisse Kochung in so weit abkühlen, daß sie dadurch um so viel retardiret oder verzögert wird, als viel sie Zeit vonnöthen hat wieder in vorige Erhitzung gebracht zu werden. Welche gesunde Vernunfft kan nun nicht begreiffen, daß solches bey der innerlichen Koch- und Veränderung des Leibs mit der nachmittägigen Einstürtzung des Sauerwassers auch also beschaffen seyn müsse? Gleichwie aber die Nachfüllung des kalten Wassers der Kochung keinen sonderlichen Schaden bringt, sondern solche nur verweilet, im übrigen aber, jedoch nicht allemal, sondern nach dem die Speisen sind, so gekocht werden, die Kochung um so viel safftiger und wolschmeckender macht, und für Anbrennung præserviret; also ist ein gleiches auch bey etlichen, aber nicht allen menschlichen Naturen und Temperamenten zu vermuthen; kan also auch der Allereinfältigste hieraus gnugsam fassen, daß zwar beyde Theile recht, in etlichen Fällen aber auch unrecht haben, und daß es damit nicht ausgerichtet sey, ohn allen Unterscheid zu schreiben, was dienlich oder undienlich sey, sondern ist allemal dabey nothwenig das Jenige absonderlich zu erinnern, was einer oder der andern Natur und Complexion zu mercken dienet. Damit wir nun hievon auch unsere Meinung eröffnen, so halten wir dafür, daß zwar denen cholerischen und sanguinischen Menschen wol dienlich sey eine Stunde oder drey nach dem Mittags-Imbiß oder um drey Uhr Nachmittage einen reichlichen Trunck des Sauerwassers zu thun, aber die Nothdurfft nicht erheische sich so genau an eine gewisse Portion des Wassertrinckens zu binden, oder die Regeln des Wassertrinckens dabey

strictè

strictè in Acht zu nehmen, wie sich in der Cur gehöret, sondern dieses Trincken nur als eine Löschung des Dursts zu halten sey, daran sie auch so eben nicht gebunden, sondern mögen das nachmittägige Trincken vornehmen, oder so sie die Natur und Durst nicht darzu treibt, solches auch wol bleiben lassen. Und eben ein solches ist auch auf das Wassertrincken gegen die Nacht zu verstehen; denn gleichwie viel Leute ohn allen Schaden einen guten Trunck Bier, oder Wein wider den Durst thun, wenn sie wollen schlaffen gehen, etliche aber die nicht zu so vielem Trincken incliniret sind, solchen Schlaff-Trunck ohn allen Schaden unterlassen, also kan auch eben dasselbe von einem wider den Durst thuenden reichlichen Trunck Sauerwasser judiciret werden.

Eben so wenig können wir auch in allem gut heissen, daß ohn Unterscheid geschrieben und gerathen wird, des Morgens früh die Portion Sauerwasser also frisch aus der Quellen zu trincken, sintemaln unter denen Naturen, auch mancherley Altern ein Unterscheid ist, deren zwar etliche so starck und der Kälte gewohnet sind, daß ihnen das eißkalte Trincken fast nur eine Lust ist; andere aber sind dargegen so blöde, daß sie gleich denen zarten Kräutern nicht die geringste Kälte vertragen können, sondern nachdem sie eine gute Quantität des so frisch eingetrunckenen Wassers im Leibe haben, fangen sie an zu erblassen, und mit Zähnklappen und Hautschaurung ihr gantzer Leib sich zu erschüttern, daß mancher davon wol gar in ein Fieber fällt, oder ein schmertzliches Krimmen bekommt; welchem allem vermuthlich leicht damit vorzubauen wäre, wenn man das Wasser vorhero etwas überschlagen liesse, ungeachtet, daß darüber eingewendet wird,

es würden die flüchtigen Geister des Sauerwassers von dergleichen Uberschlagung, oder der geringsten Sonnenbestrahlung zerstreuet, darinn die eintzige Krafft derer Sauerwasser bestehe, und ohn welche sie wie ein abgestorbenes Aas wären. Allein es kan so geschwind damit keine Gefahr haben, wenn auch schon das Sauerwasser in einem Geschirr in ein warmes Wasser gehalten würde, bis es sich ein wenig überschlüge, daß es eben zu trincken recht wäre: Gleichwie man im Winter Bier und Wein beym warmen Ofen ohn einigen Schaden vorhero überschlagen läst, deren Krafft doch auch in dem flüchtigen Brandwein bestehet, auch die vegetabilische Flüchtigkeit viel subtiler und zerstreulicher ist weder die mineralischen, und schadet dennoch solche Uberschlagung dem Geträncke nichts, sondern bekommt vielmehr nachmals dem Menschen besser, und die solches nicht thun, bekommen den Husten oder andere Unpäßlichkeit. Man wendet aber hiergegen ein, es werde das Sauerwasser vom Wärmen trüb, schaumicht oder auch roth, und verliere seine Säure und anmuthigen Schmack; ja man hätte befunden, daß auf das gewärmete Sauerwasser Krimmen, Fieber oder gar die Wassersucht gefolget, oder doch die Mägen davon verderbt, und zum Speyen und Kotzen getrieben würden. Allein es reimet sich solche Einwendung gantz nicht hieher, dazu keiner Wärmung, sondern einer blossen Uberschlagung gerathen wird; denn freylich das Wärmen eine gantz andere Sache ist, dadurch auch anders Geträncke gantz aus seinen Kräfften bracht wird, daß es hernach sich in Essig verwandelt: und gesetzt, daß im Uberschlagen etwas von den Spiritibus verdünstete, welches doch so geschwind

nicht

nicht seyn kan, massen auch die überflüssigsten Spiritus so geschwind nicht verdünsten, sondern vorher eine würckliche Erwarmung ihrer Substantz erwarten, wie an dem rectificirten Spiritu vini und Salis armoniaci, über welche doch nichts flüchtigers bekannt ist, zu ersehen, so kan doch solcher geringer Abgang so schädlich nicht seyn, als die schreckende gehe Kälte, so die schneekalte Einstürtzung verursachet, da eben die conservirte überaus kalte Spiritus des Sauerwassers hergegen die Geister des menschlichen Lebens zerstreuen. Denn was ist das Leben anders als ein warmer Spiritus, und was ist der Tod anders als eine durchdringende spiritualische Kälte, so die Lebens-Spiritus zerstreuet, wie solches an vielen Kräutern zu sehen, daß sie von einem eintzigen Reiff dahin fallen, und durch die Winterkälte alles getödtet, durch die Frühlingswärme aber wieder erneuet wird? Und ob zwar geantwortet werden kan, daß die ertödende Winterkälte viel eine andere Sache sey, weder die räsche Kälte der Quellwasser, so kan doch auch diese mit gehlingem Schrecken Schaden gnug thun, ja bisweilen auch wol die Effecten der Winterkälte erfüllen, wenn nemlich eine Quelle überaus kalt ist, und man warmes Wasser in einer gläsern Flasche gehling in das eißkalte Wasser hält, kan es auch wol im Sommer Eiß gefrierend machen, und verstehet auch Hippocrates keine andere Kälte, als die man im Sommer überall durch sehr kältende Dinge, es sey von der Lufft oder kaltem Wasser oder von was anders, verursachen kan, wenn er in dem 17. 18. 20. und 22. Aphorismis des fünfften Buchs also davon schreibt: Frigidum efficit convulsiones, tetanos, livores & rigores febriles: Frigidum inimicum ossibus,

dentibus, nervis, cerebro, spinali medullæ: Frigidum ulceribus mordax, cutem obdurat, dolorem insuppurabilem facit, livorem obdulcit, rigores febriles, convulsiones, distentiones. Frigidum est inimicum doloribus, rigoribus, convulsionibus & distentionibus, ossibus fractis, capiti gravato vel ulcerato, cunctisque, quæ à frigore moriuntur vel exulcerantur, & herpetibus exedentibus, sedi, pudendis, utero, vesicæ, his frigidum inimicum & peremptorium, calidum amicum & decretorium. Das ist: Das Kalte (oder zuviel gebrauchte all zu sehr kühlende Sachen) machet Krampff, Nervenspannen, Erschwartzungen, und fiebrige Erschauderung. Das Kalte (oder eine jedwede in den Leib gebrachte allzu hefftige Erkältung) ist feindselig den Beinern, Zähnen, Nerven, dem Gehirn, und Marck des Rückgrads: Das Kalte (oder was äusserlich allzu sehr kältet) ist allen offenen Schäden beissend, macht die Haut erhartend, läst das Schmertzliche nicht in Erschwärung gehen, machet kaltbrandige Erschwartzung, fiebrige Hautschaurung, Krampff und Nervenspannen: das Kalte ist ein Feind allerley Schmertzen, dem fiebrigen Erschaudern, denen Krämpffungen und Nervenspannungen, den gebrochenen Beinern, den Catarrhen und offenen Schäden des Haupts, und all dem jenigen was von Kälte ertödtet oder exulcerirt zu werden pflegt, sonderlich den fressenden Schäden, dem Affter, der männ- und weiblichen Schaam, der Mutter, der Harnblasen, solchen ist insgesamt das Kalte feindselig und zum Verderben gereichend; das Warme aber (oder erwärmende Sachen) angenehm und ihre eintzige Hülffleistung. Weil nun das im kühlen Morgen frisch aus

der

der Quelle geschöpffte unüberschlagene Sauerwasser den nächsten Grad nach Schnee und Eiß erfüllet, und solcher Grad der Kälte den innerlichen Theilen, sonderlich aber dem Magen, der Brust, Lungen und Leber sehr gefehrlich ist, wie die vielfältige Lungen- und Wassersuchten, so auf einen eintzigen jähen kalten Trunck zu folgen pflegen, zu erkennen geben, so wäre ja sicherer das Sauerwasser vor dem Trincken überschlagen zu lassen, ja allemal über Nacht in seinem Zimmer in einem verbundenen Kruge in Vorrath zu halten, als also frisch aus der Quellen einzuschütten; zu mal da auch die flüchtigste Sauerwasser selber alle solche Scribenten überzeugen, daß die augenblickliche Verdünstung der Geister der Sauerwasser nicht seyn könne; wie uns darinn das Schwalbacher Sauerwasser Zeugnis geben kan, dessen meiste Krafft von männiglichen einer sothanigen leichtverdünstlichen Spiritualität zugeleget wird; und gleichwol ist landkündig, daß das Brod daselbst besser ist, als weit herum in der Nachbarschafft, ob sie schon von eben solchem Getraid backen, und solches nur von dem besondern Wasser, so zu dem Brodteige kommt. Verdünstet nun in dem heissen Backofen (darinn auch des Menschen Leben selbsten nicht solte ausdauren können) nicht alle Krafft des Sauerwassers, wie wolte denn solche Verdünstung von einer geringen Uberschlagung zu besorgen seyn?

Nun wieder auf unsere Ordnung des Wassertrinckens zu kommen, so ist zwar der gemeine Brauch das Sauerwasser bey klarem und freundlichem Wetter beym Brunnen zu trincken; wenn solches aber kalt, trüb und unfreundlich, das Trincken in einem etwas erwärmetem und beräuchertem Zimmer zu

verrichten, welches denn auch sehr wol gethan ist. Ja auch bey klarem lieblichem Wetter thäten nach unserer Meinung die zarte Leiber besser, daß wenn sie einiges Sauerwasser, so von Natur starck und scharff ist, zur Cur brauchen wollen, sie allemal solches Wasser über Nacht oder noch was länger im Vorrath hielten, bevor sie es trancken; denn durch das Stehen wird das scharffe Wasser von seiner übrigen Schärffe und Penetrantz gemildert, und für die zarte Leiber verträglicher gemacht; ja so ein Sauerwasser gar zu scharff wäre, kan man solches wol durch Kunst brechen und mildern, wenn man ein wenig frische reine Eisen- oder Stahlfeil, oder gestossene frische Krebsaugen oder dergleichen præcipitirende unschädliche Sachen über Nacht in einem saubern Tüchlein in solchem Wasser in einem wolvermachten Kruge hängen liesse; denn die Schärffe des Wassers greiffet solche leicht solvirliche Dinge an, arbeitet sich daran ab, und wird milder; solviret auch etwas davon, so man hernach mit eintrincket, davon das Sauerwasser in seiner Tugend gewaltig gestärcket wird: ja die schwachen Sauerwasser können mit dem Eisen und Stahl dermassen gestärckt werden, daß sie den allerbesten Sauerwassern nichts nachgeben, sondern denselben in der Würckung sich vergleichen, oder sie wol gar übertreffen, sintemal sie selbsten auch vom Eisen-Ertz ihre beste Krafft haben.

Wie man sich nun den ersten Tag in der Cur verhalten, eben also verfähret man auch folgenden und die hernachfolgende Tage, ausgenommen, daß man alle Tage in der Portion des Wassers aufsteiget, und etwas mehrers als den vorigen Tag trincket, je nach dem ein Mensch starck ist, und des Sauerwassers

ohn

ohn Beschwerung viel tragen kan, auch die Nothdurfft seines Zustands eine längere oder kürtzere Cur erfordert; denn etliche mit zwey Drittheil eines Pfundes oder Seideis anfangen, und allgemach aufsteigen bis zu zweyen Pfunden oder Seideln, alsdenn etliche Tage bey den zweyen Pfunden bleiben, hernach aber allgemach wieder absteigen bis zu der Quantität, so sie den ersten Tag getruncken: Andere fangen mit einem Seidel oder einem gantzen Pfunde an, steigen auf bis zu dreyen Pfunden, und nachdem sie bey den dreyen Pfunden etliche Tage verblieben, steigen sie wieder ab bis zu einem Pfunde: Andere kommen von einem bis 4. oder auch 4½. Pfunden; etliche bis zu fünff Pfunden, bleiben eine Zeitlang bey solchem Gewicht, verringern selbiges nachmals von Tag zu Tage bis wieder zu einem Pfunde, und beschliessen damit die Cur, und theilen also die Portion aus, nachdem sie gesonnen dieselbige länger oder kürtzer zu halten, sintemal etliche Zustände sich bald ergeben; ja mancher befindet sich gar nicht übel auf, sondern braucht die Cur jährlich, um der Unpäßlichkeit, so er etwan einmal gehabt, ins künfftige vorzukommen; etliche haben länger zu thun, bevor sie Besserung befinden; trincken also etliche das Wasser nur 14. Tage, andere in die 3. Wochen, oder auch einen gantzen Monat lang, und in obstinaten Affecten noch länger, und machen darnach die Austheilung ihrer Portion, als zum Exempel, wenn einer die Cur mit zweyen oder dreyen Gläsern, deren eines ohngefehr fünff Untzen oder bey nahe eilff Loth, oder drey solche Gläser beyläufftig einen Seidel oder Pfund halten, anhebt, und nur 14. Tage damit zu zubringen gedencket, kan er bequemlich auf folgende Weise auf- und absteigen, und

den

den	1	Tag	2	Gläser voll.	1	Tag	3
	2		3		2		4
	3		5		3		7
	4		7		4		9
	5		9		5		11
	6		10		6		13
	7		10		7		14
	8		10		8		14
	9		10		9		14
	10		10		10		12
	11		8		11		10
	12		6		12		8
	13		4		13		5
	14		2		14		3

den Tag Gläser voll trincken.

wolte er aber zu seiner Cur drey Wochen nehmen und bis zu vier oder fünff Seideln auffsteigen, der kan nach folgender Austheilung auf- und absteigen:

den	1	Tag	3	Gläser voll.	1	Tag	3
	2		4		2		4
	3		5		3		5
	4		6		4		6
	5		8		5		8
	6		10		6		10
	7		12		7		12
	8		12		8		14
	9		12		9		15
	10		12		10		15
	11		12		11		15
	12		12		12		15
	13		12		13		15
	14		12		14		14
	15		11		15		12
	16		10		16		10
	17		8		17		8
	18		6		18		6
	19		5		19		5
	20		4		20		4
	21		3		21		3

den Tag Gläser voll auftrincken.

Bey

Bey dergleichen vorbezieleten täglichen Portionen kan man nun jeden Tag gute Weile zum Austrincken nehmen; denn es ist da gantz und gar keines Eilens vonnöthen, sondern man trincket jedes Glas mit kleinen langsamen Schlücken, und so ein Glas aus ist, pausiret man eine Weile, bis der Magen das vorige angenommen, und das Wasser gleichsam darinn ein wenig überschlagen kan, und trincket alsdenn das zweyte und dritte auch mit gleicher Weile und Langsamkeit, und wenn drey Gläser ausgetruncken, kan man eine Weile spatzieren, hernach aber den Rest der täglichen Portion auf gleiche Weise zu sich nehmen.

Belangend schwangere Weibspersonen, so ist ihnen weder ein treibendes Sauerwasser, noch auch andere kräfftige Artzneyen vor dem vierdten und nach dem siebenden Monat dienlich, aber zwischen solcher Zeit können sie auch mit kleinen Gläslein das Sauerwasser bis auf ein Pfund oder anderthalbes trincken, jedoch alles mit Fürsichtigkeit, und auch nur daheim in ihren Häusern; denn das Reisen nach einigem Sauerbrunnen leichtlich mehr Schaden verursachen, als hernach das Wasser-Trincken jemals wieder gut machen könte, und so sie auch Zeit währendes Trinckens mit Leibs- oder Rucken-Schmertzen befallen würde, kan solches Sauerwasser-Trincken nur eingestellet werden: kurtz zu sagen, wir können die Sauerwasser-Cur den Schwangern nicht sonderlich recommendiren, sondern müssen mit andern Hülffmitteln gefast seyn, wie davon im 107. Cap. des zweyten Tomi unserer Apothecken-Bericht zu finden. So ist es auch keine Artzney für Kinder, sehr alte, phlegmatische, ausgemergelte, kalte, in Hunger und Kummer Lebende, sondern für Hitzige, Gall- und Blutreiche,

che, auch zum Theil für Melancholische, die nicht gar zu alt und kalt, sondern zwischen etlichen und dreyssig bis funfftzig Jahr oder etwas drüber sind; denn die Sauerbrunnen kühlen, erdünnern und zehren gewaltig, und muß also auch solche Materi vorhanden seyn, daran sie zu arbeiten haben, wie in denen Jenigen sich befindet, die lang mit guten Speisen wolgelebt, und starckes Getränck, als Maltzreiches Bier und guten Wein reichlich getruncken, und davon gallichte, scharffe, dicke verstopffende Säffte gesammlet, die werden denn von dem reichlichem Sauerwasser-Trincken wieder diluiret, erdünnert, gelöschet, erweichet, geöffnet, und durch alle Emunctoria ausgeflösset; Dieweil auch das Sauerwasser nach Unterschied der Complexionen auch unterschiedliche Würckungen verrichtet, und bey etlichen am meisten durch den Urin, bey andern durch den Stuhl, bey andern durch den Schweiß seinen Austrieb vornimmt, muß ein jeder auf die Inclination seiner Natur Achtung geben, und solche befördern helffen, worauf mehr zu sehen ist, als auf die gewöhnliche Regel, daß man solte in der ersten Wochen den Trieb des Sauerwassers meistentheils nach dem Stuhl, in der andern zu den Harn-Gängen, in der dritten nach den Poris oder Schweiß-Löchlein und Ausdünstung durch die Haut befördern helffen. In Summa, ein jeder sehe am meisten auf seine Natur, was ihm dienlich oder zuwider sey, und so er befindet, daß das nüchterne, häuffige, eißkalte Trincken der Natur gantz entsetzlich, lasse er es lieber bleiben, und nöthige die Natur zu nichts wider ihren Willen; denn man Exempel hat, daß solche Nothzwänger ihrer Natur hernach nicht lang mehr gelebt. Unter währender Cur wird insgemein auch das Purgiren

wieder-

wiederholet, und wie man pflegt zu sagen, daß aller guten Dinge drey seyn müssen; also pflegt man auch das Purgiren zu dreyen unterschiedlichen malen bey der Sauerbrunnen-Cur vorzunehmen, nemlich im Anfang, Mittel und Ende der Cur, und allemal denselbigen Tag, daran man purgiret, mit dem Sauerwasser-Trincken zu feyren.

Das XIX. Capitel.

Von gebührender Diæt und Lebens-Ordnung / so in der Sauerbrunnen-Cur zu halten.

WJe überaus viel an guter Diæt gelegen sey, erfahren täglich alle Patienten, sowol in der Leib- als Wund-Artzney; denn ob schon bey denselbigen sehr gute und erfahrne Medici und Wund-Aertzte allen möglichen Fleiß brauchen, wollen doch weder die kräfftigste Artzneyen, noch herrliche Pflaster ihre gewöhnliche gute Würckungen verrichten, wofern nicht auch dabey die gebührende Diæt genau und wol gehalten wird; ja was reden wir viel von Krancken, da wir täglich die Allergesundesten durch böse Diæt und schädliche Excessen sehen tödtlich erkrancken, und bey tausenden vor ihrem Ziel in bester Blüth dahin sterben; denn daß das höchste Gut, der allweise Schöpffer, so Unzahlbaren solte ihr Ziel gesetzt haben, sich kranck und todt zu sauffen, huren, rasen, für gallbitterer Boßheit darmgichtig, contract, krumm und lahm zu werden, und damit das Leben abzukürtzen, oder durch andere Laster mit vollem Lauff dem Tode zu zueilen, ist wider alle Vernunfft, und die schnödeste Gotteslästerung solches zu gedencken, viel weniger zu statuiren, sondern