

TÁRCZA.

Diaetetica a XVIII. századból.

INCZE BÉLA kollegiumi tanártól, Maros-Vásárhely.*

Régi, sárgult levelű könyv fekszik előttem, melyet „betegek körül való foglalatosságtól üres óráin írt és készített“ K. MÁTYUS ISTVÁN M. D. (Med. Doctor) és Nemes Marus széki Állandó Törvénytáblának Actualis Adressora. Czime: Diaetetica, azaz a jó egészség megtartásának módját fundamentumosan előadó könyv.

A munkának, mely 1766-ban Páldi Istvánnál Kolozsvárt nyomtatott, szálkás betűiből, avatag lapjai közül érdekes világitásban lép elénk a szerző, kinek egyéniségében a tudós orvos, a classicus műveltségű férfi s a vallásos érzéstől áthatott keresztyén attributumai egyesülnek. Nagy tudományú természettudós, egyben philologus, theologus és philosophus, mint az akkori iskolázás a »humanismus« szellemében növekedett jeleseink, kik a humanitásnak a mai értelemben is tiszta példái voltak.

Azok közül a régi orvosok közül való volt, kiknek utja nem a hír és vagyonszerzés csúesai felé, hanem az emberszeretet mezejére vezetett s a kik a Galenustól nyert szellemi és világi javaikat egyaránt embertársaik javára fordítják vala. Hány humanus intézményünk vallja megteremtőinek ezeket a nagyműveltségű, melegen érző tudósokat! — A collegiumok könyvtárszobáiban, városok archivumában ott mosolyognak le ránk az allonge parókás, borotvált, állig nyakkendőbe burkolt arcok, jóságos tekintettel szemükben. Nagyobbrészt patronusok, gondnokok, vagy a physikának és a többi természettudománynak tudós professorai. — Érdemeik elismerésül a társadalom, kitüntető nobile officiumokkal, a vármegyék tábla-bíróssággal, a főurak munkáiknak kinyomatásaival tisztelték meg

* Bemutatta az E. M. E. orvos term.-tud szakosztálya 1901. január 26-án tartott orvosi szakülésén dr. Szabó Dénes.

őket s az ismerős családok meleg szeretettel vették körül a kedves doktor bácsi-kat, kiknek kedélyes, tréfás beszélgetései már fél gyógyulást hozott a betegeknek.

Dedicatio áll a könyv élén. Gyalakuti gróf LAZÁR JÁNOS-hoz van intézve s akkori idők divatja szerint magasztalások superlativusaival illeti a könyvét kiadó maecenast, „kinek elméje angyali erejét velünk egyetemben csudálhatja a német, franczia, olasz, spanyol és az oláh, midőn mindenik a maga nyelvén nemesak folyvást beszélleni, hanem versekkel és gyönyörűséggel játszadozni hallgatja“.

A nagyműveltségű és költői hajlamú gróf egyuttal a szerzővel egy esapáson járó philosophus. Fialat korában német akadémiákon járva, tanítványa volt a híres Wolf Keresztélynek s hazatértével egyik ref. collegium inspectori főcuratorságát elvállalván, nem engedte, hogy az erdélyi tanuló ifjúság is „a régi iskolák pengő tzimbalmai, szóbeli haszontalan vélekedései és a Des-Cartes képzelt, száraz örvényei mellett az igaz világi tudománynak éhezésétől és szomjuhozásától még tovább is epedne, hanem azt cselekedte, hogy a valóságos és józan philosophiának, mely minden egyéb hasznos tudományoknak édes szülő anyja, tiszta tejével nagy bőséggel tápláltatnék.“

Ezen virtusok indították a szerzőt arra, hogy ezen „együgyű könyvetskét“ a nemes grófnak ajánlja, ki azt nemesak szárnya alá vette, hanem „közönséges valóságra jövését“ is nevezetes költséggel segíteni méltóztatott.

Az ajánlás után a jóakaró olvasóhoz fordul a szerző, elmondva, hogy azért írta munkáját, mivel fáradságos praxisa közben megtanulta, hogy akármilyen betegségben többet érhetni el okos diaeta rendeléssel, mint a rosz ízű, nehéz szagú és drága patikai szerekkel. Fájdalom, az emberek erre igen keveset ügyelnek és az orvosok tanácsa is többnyire általánosságban mozog e téren. Szükségesnek látta ezért egy rövid, de valóságos fundamentumon épült „tractátskát“ is csatolni könyvéhez a betegségeket elhárító legközönségesebb és legismertebb eszközökről (Ebben ép úgy értekezik az érvágások és köpülőzések hasznáról, mint a májusi curák és a savanyú vizek helyes használatáról.)

Egy dicsőítő verszet követi az előszót, melyet KOVÁCSNAI SÁNDOR, a marosvásárhelyi collegium tanára írt, valószínűleg a

kiadó Maecenas iniciatívájára, meglepetésül és elismerésül a szerzőnek. Bővelkedik az orvosok szép mesterségének mythologiai és történelmi idézetekkel való dicséretében; magasztalja a szerzőt, ki érdemei jutalmául királyától nemességet nyert; és magyarázza a nyitott könyvvel és nyilat röpitő karral tudományt és éles elmét symbolizáló ezimerpajzsot. Költői értéke nem haladja meg a verses felköszöntők színvonalát.

A munkának első része az asszonyok egészségének megtartásáról szól. Ezt kívánja a jó rend, a tisztességtétel és az ő érdekük. Az *amabilis sexus* érdemei lételünkben, gyönyörúségeinkben, valamint sokféle szenvedéseik — régi közmondás szerint az asszony minden betegséget kétszeresen szenved — megérdemlik, hogy drága egészségök fenntartására minél nagyobb gond fordítottassék.

Könnyebb ugyan Herkules kezéből buzogányát kiesvarni, mintsem az asszonyokat régi, megrögzött szokásaikról leszoktatni, de ha sokan lesznek is az asszonyok közt, kik az ő rossz szokásaikat felfedező irást ócsárolni fogják, mégis reméli, hogy többségben lesznek azok, kik azt dicsérni és hasznukra fordítani el nem mulasztják.

A divat kedvéért az asszonyok nem törődnek egészségökkel. Kárhoztatja németes viseletüket az őszi, téli és tavaszi hidegekben.

Fejük tetején egy kis recze vagy gyenge fátyol van, válluk, mellük fedetlen s a külső hideg a németes *pozsonyi vállak* alatt valahányszor lélegzenek, könnyökig behatol. Bár a férfiakkal az által, hogy szépségüket télen is láthatják, különös gráciát cselekesznek, a maguk egészségének megsirathatlan károkat okoznak, innen van a sok nátha, fluxus, köhögés, lopó- és másféle hideg-lelés, szivszorulás, főfájás, szintelenség stb., melyekről az asszonyok mindennap oly sokat panaszkodnak. Okosabb viselet ezért a meleg-tartó magyar viselet, mely a termetet sem rontja s a bőr szépségének sem árt melegével, mint némely asszonyok állítják. Árt azonban úgy az egészségnek, mint a női szépségnek a nádszál karesuságra törekvés és annak eszközei. — Az asszonyok kedvencz ételei közt is vannak olyanok, melyekkel egészségök és szépségök fenntartásának érdekében mértékletesen kell élniök. Ilyenek a fogakat rontó édességek és tészták, az ezetes és más savanyú ételek. A kávé és tea ivásban ne vegyenek példát a túlzásba menő belga asso-

nyoktól. A jó sört és a „vékony, édeskedvű vagy gyenge csipős bort» is commendálja, de csak oly mértékben „nehogy konty alá másszon“.

A commotiok közül a táncz az ő könnyen hajlandó testükhöz és magát kedveltető elméjükhöz a legillendőbb. A sétálás, kosizás, kellő erő mellett a lovaglás, éneklés, fennszóval olvasás is ajánlatosak. Árt ellenben a hosszas ülés s a merev tartással apró léptekkel járás. Legegészségesebb testmozgásuk, melyet házi foglalkozás közben végeznek. Nem egészséges a sok alvás; „az álmos és tunya asszony igen csekély portékának tartatik e világon“.

A lélek különféle indulatai is hevesebben és gyakrabban lépnek fel a nőknél, mint a férfiaknál, részben szervezeti különbségek, részben az okozván ezt, hogy „az indulatokat arany zabolán hordozni tanító morális tudományok megtanulására se kedvők, se módjuk nincsen.“ A haragvó asszonyoknak azt ajánlja, a mit Plato tanítványainak: nézzenek tükörbe. — Ezek után gondos és körülményes tanácsokat ad az asszonyoknak, életök minden szakára és állapotára nézve.

A következő rész a nőhöz természet szerint legközelebb állók: az újszülött gyermekek, majd a serdülők therapiájával foglalkozik.

Bőven szól a táborozó katonák egészségének megtartásáról, sok jó tanácsa mellett intve őket, hogy ne vakmerő borbélyokhoz, hanem tanult orvosokhoz forduljanak bajaikban. Helyteleníti azt a felfogást, hogy a katonát csak katonaság, azaz szaporán kell kúrálni, akár éljen, akár haljon, — mintha a szegény katona nem ember volna.

Igen fontos a jó diaeta a tanulóknak. A testében egészséges, lelkében böles ember a legboldogabb — mondja Thales. És mivel a lélek az érzékek útján szerzi ismereteit, ezeknek épsége nélkül teljes bölesességre nem juthat. A dolgok megismerése hosszú életet kíván és mivel mindenek felett gyönyörködteti az elmét, arra igen nagy hatással lehet. Bizonyítja ezt a régi bölesek nagy életkora, valamint az, hogy mai napság is számosan vannak a tudósok közt hosszú életűek. De ennek elérésére helyes életrendet kell követni.

Legajánlatosabb a tanulás nappal, mérsékelt hűvös, száraz levegőjű, napfényes szobákban, melyeknek ablakai keletre nyílnak. Aristoteles a nap előtt kelni különösen ajánlotta a philosophiát

tanulóknak. Estéli foglalkozásnál legjobb viasz gyertyát égetni, mivel ennek füstje nem ártalmas.

Az évszakok közt a tanulásra legalkalmasabbnak mindenkor a tavaszt tartották. A levegő tavasszal se nem meleg, se nem hideg, a nap sugarai a legtisztábbak; a föld hidegsége miatt a káros gőzök sem emelkedhetnek fel a föld színéről s a virágok illata balsamossá teszi a levegőt. Ezért az elme is tavasszal mintegy virágzik. A tanulás rendjét HOFFMANN az esztendő szakaszaira így osztja be: Tavasszal tractáljuk az olyan tudományokat, melyek a gondolkodás és elmélkedés által szerzettetnek, minthogy erre a bő és tiszta spiritusok leginkább megkivántatnak. Irjunk verseket és comediákat, mint a melyekre az elmének vidám serénysége leg-szükségesebb. A nyarat fordítsuk experimentumokra és az eddig tanultak applicálására. Az őszt és telet pedig tavaszi és nyári munkáinknak s okoskodásainknak rendbeszedésével és kipallérozásával töltsük el.

A vér kellő bősége, tisztasága és rendes keringése fő feltétele lévén az egészségnek s így az elme zavartalan és könnyű munkájának: fontos a tanulóknak ételök és italuk megválasztása. Erre annyival nagyobb gondot kell fordítaniok, mivel commotiojuk kevesebb, mint más foglalkozásúaknak s könnyen ki vannak téve a *hypochondriaca melancholia*-nak. Ártalmas a nehezen emészthető ételek élvezése, a bőséges táplálkozás, kivált este; így a sokféle étel is. A régiek *coena Platonica*-ja kevés ételből és sok böles beszélgetésből állott. Felsorolja a tanulóknak ajánlatos ételeket, melyek nagyobb része azonban nem annyira a tanulók, mint a jómódú inyenczek konyháján készül. Az italok közt legjobb a víz, melyet bőven ihatnak, de a vékony, sárga színű, kevésbé csipős ízű bor is, melyet *theologusok borának* neveztek, mértékkel hasznos az egészség fenntartására és az elme élesztésére. A jó sört — mely azonban ritka — s a méhsert is ajánlja. A görögök és rómaiak meleg vizet inni igen hasznosnak tartották. Manapság ezt a kávé, tea és esokoládé váltják fel. A mérsékelt dohányzás az agy és érzékszervek tisztulására, erősítésére és kellő szárazságára igen hasznos. A csendes, de nem tulságosan hosszú álom képes egyedül a test anyagának munka közben szenvedett veszteségeit helyre pótolni. E tekintetben a tanuló emberek, sajnos, igen helytelenül viselkednek; egész éjsza-

kákon át a könyv mellett „kuezorognak“, pedig evvel betegségen kívül egyebet nem igen nyerhetnek. Esteli kilencz-tíz órától hajnalig tartson az alvás; ha pedig valamely kényszerítő okból hosszasan kellene „vigyázniok“, gyakran „hörpöljenek herbatheát“.

A mennyire szükséges tanulás közben ülni és nem állani, mint némelyek mondják, épp oly szükséges utána a commotio. Sokrates ez okból a táncot sokszor gyakorolta.

Az indulatoktól jobban óvakodjanak, mint a méregtől, „a kik a bölesesség templomába botránkozás nélkül igyekeznek felmenni“. Kerülendők az irigységből támadó mérges disputák, melyek az ügynök nem használnak, a disputálóknak pedig egészségét, sokszor becsületét és életét megsemmisíthetik. Móddal és mértékkel legyünk a tanulásban, mert nem erővel és nem hirtelen nőnek a virágok a legjobb kertész keze alatt sem, hanem idő kell arra, eső, napfény és meleg. A tanulmány tárgya változatos legyen s az olyan könyveket, melyek „egybe fatsart, tövises okoskodással és beszédekkel teljesekek“ olvasni éppen nem méltó.

Fölemlíti végül, hogy régóta foglalkoznak azzal, miként lehetne a memoriát, az elmének „tárház“-át és a benne rendezkedő „sáfár“-t, a iudiciumot külső eszközökkel erősíteni és fejleszteni. Erre nézve némelyek bagolynyelv, amethyst és beryll-kőnek nyakban viselését, borssal elegyített fehér tömjén szedését, mások tyúkagyvelőt, vad zsálya magvat, daru és fogoly madár epét, mustármag olajat ajánlanak részint eledelül, részint külsőleg. E babonás hiten alapuló szereknél sokkal jobbak a hathatós füvek, virágok, magvak és fűszerekből készült porok, tincturák, füstölők, fürdők, lietariumok és nyáron a savanyú vizekkel való rendes élés.

Legérdekesebb fejezete a könyvnek, az életnek meghosszabbításáról és kapcsolatosan a vén emberek diaetájáról értekező része. Terjedelmes anyag állott e téren a tudós orvos rendelkezésére. A legfőbb jónak, az életnek határait minél inkább kitágítani a mindenkori emberek vágya és törekvése volt s mivel az emberi természetben fekszik az is, hogy minél inkább közeledik a titokteljes vég, elodázása annál kívánatosabb: a hanyatló kor minden erre vonatkozó tanácsolást reménykedve fogad s minden ajánlott eszközt, ha nem is tart esalhatatlannak, megkísérteni siet, nem sokat fontolgatva és válogatva. Tanácsadó pedig különböző okokból mindig akadt.

Szerzőnk könyvében feles számmal találjuk az ó-kori tudósoknak az élet meghosszabbítására szolgáló tanácsait, ételelveit, pedig ő csak az ésszerűket hozza fel, melyeket követésre méltóknak ítél s ezek mellett mint curiosumokat említ fel némelyeket, mint pl. a vipera-eurákat, abból a halmazból, melyet e téren minden kor és nemzet feljegyzései alkotnak.

Az öreg kor dicséretével kezdi, idézván a szentírás, valamint a classikusok idevonatkozó passusait, melyek az öreg kor nyugalmát, bölcsességét, helyes ítéletét és isten félelmét magasztalván, azt e világi élet igen hasznos és kívánatos részének állítják, melynek virágzó állapotban való fenntartásán méltó egész erőnkkel munkálkodnunk.

A *Pythagoreusok*, kik a *hármás és hetes* számot tökéletes isteni számnak tartották, mint minden dolgot, az emberi életet is e számoknak megfelelően osztották szakaszokra. Az első szakasz áll az első harminczöt esztendőből, mely időtartam alatt fokozatosan emelkednek a test minden tökéletességei. A második szakaszban, az ötvenhetedik életévig a test egy állapotban marad. A harmadik, az utolsó szakasz, melyben mind alább és alább szállnak a testnek tökéletességei, míg a halállal megsemmisülnek. Ez a vénség. Ez ismét három szakaszra oszlik: az első, második és utolsó vénségre. Az első egy hetes számból áll és tart a hatvanharmadik életévig. Ebben még többnyire jó erőben vannak az emberek, ezért *prima et viridis senectus*, virágzó öreg kor a neve. A második ismét egy hetes szám, tart a hetvenedik évig. Ezek az ugynevezett *climactericus* esztendők, melyekben a test ereje és frissége fogy, az emlékezet gyengül, de az ítélő tehetség nem, sőt a régiek szerint növekszik. Az első öregséggel együtt *matura, consiliaria aetas* név alá foglalták, mivel e korban a visszahatások nem lévén oly erősek, az elme nyugodtan fontolgathatja a külső dolgokat. A harmadik az utolsó vénség a hetvenéven túl a test erejének és elme tehetségeinek folytonos csökkenésével tart az őket megsemmisítő halálig.

De a szentírás szerint az özönvíz előtti patriárkák nyolczkilencz száz évet éltek. Noé kilenczszázötven, JÁRED kilenczszázhatvankét és MATHUSALEM kilenczszázhatvankilencz évet élt. Az özönvíz után HÉBERT mondják a hiteles históriák a leghosszabb életűnek, ő azonban csak négyszázhatvannégy évet élt. MÓZES százhusz

esztendő volt. DÁVID király korában és azóta hetven avagy nyolezvan esztendő az emberi élet hossza. Említenek ugyan a szent és világi historiák ezután is egyes hosszúéletű személyeket, ezek azonban kivételek. Így FINEÁS, Áron unokája háromszáz, a sokat szenvedett JÓB patriárka száznegyven, az idősebb TOBIÁS százötvennyolcz, EZSAIÁS próféta száz, a „vén“ SIMEON pedig kilenczven évet élt. PLINIUS említi, hogy Indiában a CYRNUM neví törzs tagjai száznegyven évig, a PANDORA törzsbeliék (a kiknek ifjuságokban fehér hajuk öregkorukra megfeketedik) kétszáz évig, TAPROBA sziget lakói, a kik sohasem betegek, ugyanannyi ideig élnek. BOERHAAVE ugyan-
 ezt állítja Jáva és Sumatra lakóiról. A középkorban Nagy Károly császár fegyverhordozójáról JOHANNES de TEMPORIBUS-ról jegyezték fel, hogy háromszáz évet élt.

Hogyan van az, hogy az özönvíz előtt oly hosszasan éltek az emberek s aztán csakhamar oly keskeny határok közé szorúlt az emberi élet? És mi az oka, hogy ma is némelyek oly nagy kort érnek, mások idő előtt elhalnak? E két kérdést fejtegetve az előbbire érdekes magyarázatot nyújt, az utóbbit a helyes és helytelen életrend okbéli felvételével véli megoldhatónak. Nem fogadja el azon „megátalkodott elméjű“, semmit elhinni nem akaró emberek véleményét, kik a felemlített egyének rendkívül hosszú életkorát kétségbe vonták és hogy a szent historiát hazugsággal vádolni ne látszassanak, az akkori éveket az egy hónapból álló egyiptomi holdévek avagy a három hónapos arcadiai évek szerint számítják. E számítás szerint ugyanis, az idős személyek életkora pár évre redukálnék, másfelől Mózes világosan mondja, hogy a bárka az Ararát hegyén a hetedik hónapnak tizenhetedik napján állott meg, tehát az év sem egy — sem három hónapos nem lehetett.

A patriárkák hosszú életkorát legfőképpen isten bölcs tetszéséből folyónak tartja, mert így sokkal hamarabb szaporodhatott az emberi nem s az isten megismerése s egyéb szükséges világi tudományok is inkább lábra kaphattak, mintha rövid életűek lettek volna az emberek, mint napjainkban. Másfelől külső, természeti eszközök is hozzájárulhattak ehhez. Így eredetileg erős testük, a levegő tisztasága és száraz volta, az egyszerű ételek, jó víz s általában a mindenben megtartott mértékletesség. Az özönvíz után mindenben nagy változás történt. A föld színét a tíz hónapig tartó ár, az utána

visszamaradt iszap, álló vizek és rothadt anyagok egészen megváltoztatták. A levegőt a föld színéről felemelkedő poshadt gőzök megtölték, a növények könnyen rothadókká lettek, a források megromlottak, a mértékletlenség elterjedt és a ma pusztító betegségek okai csakhamar erőt vevén az embereken, életök mind rövidebbé vált s a testi gyengeség utódaikra mind nagyobb mértékben átharapózott. Így magyarázva az életkor megrövidülésének okait, annak bizonyos határon való megállapodását csak Isten tetszésében találja és ezért nem is bocsátkozik ez iránt további kutatásokba, sokkal hasznosabbnak tartván azt vizsgálni, mi az oka az egyes emberek életkorában mutatkozó nagy eltéréseknek és hogyan lehet az életkort meghosszabbítani.

A megvényülés oka lévén „a tápláló nedvességeknek, elevenítő spiritusoknak és élesztő belső melegnek önkényt való kifogydogálása“, arra kell törekedni, hogy ezt minél tovább elodázhassuk.

Első sorban függ a hosszú élet az örökléstől. A fejlődés tartamával is arányban áll az élet hossza. A tiszta, híves, száraz levegő és esendes, ritkán változó időjárás kedvezők a hosszú életnek. Innen a szigetek, erdős, hegyes vidékek, az északi országok lakóinak hosszú életkora. VERULAMI BACON említi, hogy a *herfordi* mezőn tavaszi játékok alkalmával olyan nyolez férfit látott táncolni, kiknek kora együttvéve nyolezszáz évet tett ki. Ilyen kedvező Izland, Grönland, Arkadia, Sweicz, Csehország, Erdély, valamint az Appenninek és Pyrenék vidékének éghajlata. Ép így egészséges száraz talaja, tiszta levegője és ritkán történő időváltozásáért Afrika és különösen Brazília, hol a vénség „unalom, kopaszság és őszülés nélkül való“.

Az öregeknek, különösen ajánlatos a tiszta száraz levegőn, napfényen mulatozni. A régi rómaiak lapos házfedeleiken — *solaria* — élvezték a verőfényt. Horatius is az öregek testét napfényre szorulónak mondja. Zivataros időben tartózkodjanak szobáikban. Ételük egyszerű, könnyen emészthető, ifjú szárnyasok, vadak, hirtelen sült, nedvét megtartó húsból, híg tojásból, ráklevésből álló legyen. A hosszúéletű patriárkák itala víz volt, így a brahminoké s az őszidők közt az Essenusoké, de jó a tiszta ó-bor is. Ajánlja a szamártej ivását, mely különösen a marasmus praeventiv gyógyszere. Reggelenként egy kevés ó-borba mártott piritott kenyér, mely sáfránnal, fahéjjal, vagy citrom és narancshéj sárgájával van behintve minden gyógyszernél jobb a gyenge gyomornak. A csokoládé éppen

az öregeknek való, kik általában mindent inkább melegen, mint hidegen egyenek s inkább többször és egyszerre keveset. Mérsékelt commotiót tegyenek étel előtt és után három órával. Ilyenek a kocsizás, sétálás „karjaiknak mozgatása, muzsikáknak pengetése, nagyon való olvasás, beszélgetés és énekelgetés“. A meleg fürdők és fa- vagy lenolajjal való bedörzsölések igen hasznosak. Bacon szerint ez utóbbi curának köszönik hosszú életöket az írek; ugyan ő felemlít egy grófnőt, ki ezen curával száznegyven éves kort ért el. A hosszúéletű JOHANNES de TEMPORIBUS saját állítása szerint: intus melle extus oleo, belsőleg mézzel, külsőleg olajjal curálta magát. Álom az öregek élete, mondja a régi közmondás. Ez azonban rövid időre terjedő gyakori, nem egyfolytában, huzamosan tartó legyen. Az álmatlanság ellen igen jó esténként sült almát, körtét, aszúborba mártott piritott kenyeret enni, vagy megfürdalt és huszonnégy órán át rózsavízben áztatott szerecsendió vizét lefekvés után meginni. Az elmét fárasztó foglalatosságokat mindinkább mérsékelni kell. Az ifjúkori élményekre való visszaemlékezés s azoknak az egykorú barátokkal nyájas beszélgetés és tréfálkozás közben való felujtása a legkedvesebb időtöltés és leghasznosabb életök megnyújtására is. *Vespa iam* imperator korában sem akarta odahagyni szegény atyjának alacsony házaeskáját s nagy ünnepeken anyjával reá maradt faesészből ivott, hogy gyermekkorának élményeit a fényesebb élet elméjéből ki ne törölje. De minden elmebeli munkák közt leginkább szolgál az élet meghosszabbítására az isteni és természeti dolgoknak szabad vizsgálata, mint ezt a szentek és régi philosophusok élete bizonyítja.

Az *alchymisták* hosszúéletű állatok (sasok, szarvasok) testrészeiből s a legtartósabb anyagokból (arany, kéneső, ezédrusfa) készítették hosszúéletet adó *essentiáikat*. Ilyenek a híres *aurum potable*, *lapis philosophorum*, *Mercurius vitae*, *ens primum cedri* stb. De hogy ezekkel valakin valamit segítettek volna, nincs nyoma. *Paracelsus* alchymista aloe, myrrha, sáfrány és holmi titkos liquorból készített egy élethosszabbító tincturát, melyet *elixir propriaetatis vitae humanae* névvel nevezett, állítván, hogy attól mathuzsálemi időig fog élni. Mindazonáltal a jó ember negyvenhét éves korában meghalt. A kigyók életének szívósságát tapasztalva jöhettek némelyek arra a gondolatra, hogy életök meghosszabbítására az ugynevezett *vipera curákat* használják. A vipera husát megszártva porrá törték

s úgy szedték mindennap. Mások szerecsendióvirággal fűszerezve levesnek főzték. A jobb izlésűek esirke és borjúhússal egybe aprítva és kenyérbéllel egybe áztatva, e praeparatummal esirkéket és más szárnyasokat hizlaltak s kizárólag ezeknek a húásával éltek öt-hat hétig, sőt tovább is. Voltak, kik a viperát mint a halat megfőzték és úgy ették; de leggyakrabban a megfőtt húst ötödrész kenyérbéllel egybe törvén és gyurván, apró pogácsákat készítettek s azokat a napfényen jól megszáritva, rágták és nyelegették időnként. És példákkal is bizonyítják, hogy ezek a curák sok embernek hosszú-életet s a megaggottaknak megifjúlást szereztek.

Mindezek után tudósunk is ajánl egy a nagy HOFFMANN-tól approbált tincturát az öregeknek, mely „mint a gyomrot és agyvelőt szépen erősíti, a perspiratiót derekasan segíti és csendes álmot is szerez“. Receptjét ide ígatjuk. „Végy választott myrrhát négy lótot, jóféle sáfrányt egy lótot, naranes és ezitromhajat, mindeniket négy-négy lótot; fahajat három lótot. Tölts félfont gyöngyvirág spiritust reá és három ejtel aszú szőlő jó bort. Tartsd néhány óráig, azután lombikon destilláld és e kedves ízű és szagu liquort rózsá hülleppel édesítsd meg, egy könting ámbrassentiát is töltvén bele. Ebből nyolezvan vagy száz cseppel magára vagy nádmézzel esténként és reggelenként, vagy a mikor megbágyadnak, vegyenek be“.

A könyve legáltalánosabb érdekű fejezetében, a többi fejezetben felhozott életrendi maximák is nagyobbára benne foglaltnak. Ez lehetett bizonyára a leggyakrabban olvasott szakasz, de hogy a nők gyermekek, betegek és lábbadozók diatáját tárgyaló részeket is haszonnal olvasták múlt századunk elején is az asszonyok, mutatja az érdekes matronák élete, kik háznépöknek minden bajában segítséget tudtak nyújtani. S hogy a tanulók diatájára a gondos családapák reá szorították gyermekeiket, tanúságot tehetnek róla, ma már hajlott kora fiaik, kik között nem egy jó egészségű kitűnősége hazánknak.

A megkopott, megsárgult könyvpéldány, melyből a leírtakat olvastam, előkelő főurnak volt tulajdona; de hogy nemcsak a főuri bibliothékák polczain, hanem a középosztály rezedaillesatos szobáiban is otthon voltak MÁTYUS ISTVÁN könyvei, bizonyítja, hogy Erdélyben még a letűnt század közepén is első dolga volt az öregeknek betegség esetén arra gondolni: mit tanácsol Mátyus doctor diaeticája.