Eſt enim non parum, rei impetum retorſiſſe, quod vel fluentorum conſtat argumento: ita enim cibo quoque ingeſto, meatus apprehendiſſe plurimùm valet.

26 Cur trepidantes pedibus ſudamus, nõ facie? Rationabiliùs enim tunc pedibus quoq. ſudetur, cùm corpore toto ſudamus, locus hic enim frigidiſſimus eſt, quam ob rem pedes minimè ſolent ſudare. Et quidem medici in aduerſis valetudinibus pedes potiſſimum operiendos præcipiunt, quoniam frigus hi quàm facillimè ſentiunt, itaque rigoris initium reliquo etiam corpori expeditè committunt. An quòd trepidatio non caloris de ſummis locis ad ima tranſitio eſt, vt accidit in metu, ex quo alui etiam metuentium ſæpe funduntur, ſed eius incrementum potius caloris accedit, vt in ira: quippe cùm ira feruor cordi ſuffuſi ſanguinis ſit, & trepidans ipſe non metu, refrigerationéque ſit ita affectus, ſed membri ipſius affectione.

27 Cur iidem facie non ſudant, ſed erubeſcunt? An quoniam amplius incaleſcunt, itaque faciem calor aſſiccat errans per ſumma. Pedum tamen humorem propterea liquefacit, quòd vt minor eſt, quàm vt exiccet, ſic maior inſito, præconditóque calore naturali eſt, vt ſudorem ciere poſſit. 28 Cur dormientes, quàm vigilantes, ſudare magis ſolemus? An quod ſudoris origo intrinſecus eſt, interna autem calidiora habemus: ergo calor intimus humorem diffundens intimum, educit. An humoris aliquid ſemper à corpore effluit, ſed latet, quia nihil ſolidum eſt, cui humor occurrens ſe colligat. Argumentum cur ita ſit, quòd partes cauiores aſſiduè ſudant. 29 Cur in caldariis tum magis ſudamus, cùm tempus frigidum eſt? An quoniam calor propter frigoris obſiſtentiam foras euadere non poteſt, arcetur enim: verùm intus ſe peruoluens ac inſidens, humorem ſoluit interiorem, ſudorémque ex eo producit. 30 Cur ſudor vtilior eſt, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam ſi minor ſit, quàm qui ſub veſte ſe prōſerit? An quòd laboraſſe, quàm non laboraſſe, melius eſſe perpetuum eſt: & ſudor verò, quem labor præſtiterit, eo melior eſt, qui ſine labore proueniſſet, & qui maiori cum labore melior, quàm qui cum minori. Maiori autem cum labore is eſt, qui nudo corpore currenti prodierit. Nam niſi admodum curſum intenderit, ſudare non poterit, qui nudus eſt. Veſtitus contrà, celeriter ſudat, etiam ſi parum ſe concitarit, propter veſtis teporem.

A ἔστι δὲ κωλῦσαι τὴν ὁρμὴν οὐ μικρὸν μέρος, ὥσπερ ἐν τοῖς ῥεύμασι τὸ ἐπιλαβεῖν τοὺς πόρους προσενεγκάμενον τὴν τροφήν. κϛ Διὰ τί οἱ ἀγωνιῶντες ἱδροῦσι τοὺς πόδας, τὸ δὲ πρόσωπον οὔ; μᾶλλον γὰρ εὔλογον, ὅταν πᾶν ἱδρώσῃ τὸ σῶμα, τότε μᾶλλον καὶ τοὺς πόδας. ψυχρότατος γὰρ ὁ τόπος· διὸ καὶ ἥκιστα ἱδροῦσι. καὶ οἱ ἰατροὶ ἐν ταῖς ἀρρωστίαις μάλιστα περιστέλλειν τοὺς πόδας παραγγέλλουσιν, ὅτι εὔψυκτοί εἰσιν. ὥστε ἀρχὴν ῥᾳδίως ῥίγους ποιοῦσι καὶ τῷ ἄλλῳ σώματι. ἢ ὅτι καὶ ἡ ἀγωνία ἐστὶ θερμότητος οὐ μετάστασις, (ὥσπερ ἐν τῷ φόβῳ ἐκ τῶν ἄνω τόπων εἰς τοὺς κάτω· διὸ καὶ αἱ κοιλίαι λύονται τῶν φοβουμένων) ἀλλ' αὔξησις θερμοῦ, ὥσπερ ἐν τῷ θυμῷ; καὶ γὰρ ὁ θυμὸς ζέσις τοῦ θερμοῦ ἐστι τοῦ περὶ τὴν καρδίαν· καὶ ὁ ἀγωνιῶν, οὐ διὰ φόβον καὶ διὰ ψύξιν πάσχει, ἀλλὰ διὰ τὸ μέλλον. κζ Διὰ τί τὸ πρόσωπον ἐξέρυθροι γίνονται, οὐχ ἱδροῦσι δέ; ἢ διὰ τὸ μᾶλλον θερμαίνεσθαι; ὥστε τὸ μὲν ἐν τῷ προσώπῳ ὑγρὸν, ξηραίνει ἡ θερμότης ἐπιπολάζουσα, τὸ δ' ἐν τοῖς ποσὶ συντήκει, διὰ τὸ ἐλάττω μὲν εἶναι, πλέω δὲ τῆς ἐμφύτου καὶ προϋπαρχούσης. κη Διὰ τί καθεύδοντες ἱδροῦσι μᾶλλον ἢ ἐγρηγορότες; ἢ ὅτι ἔσωθεν ἡ ἀρχὴ τοῦ ἱδρῶτος· θερμότερα δὲ τὰ ἐντός· ὥστε καὶ ἐκκρίνει διαχέουσα ἡ ἐντὸς θερμότης, τὸ ἐντὸς ὑγρόν· ὥστε ἀεὶ ἔοικεν ἀπορρεῖν τι τοῦ σώματος· ἀλλὰ διὰ τὸ μηδὲν εἶναι, πρὸς ὃ προσπίπτον ἀλισθήσεται, λανθάνει. σημεῖον δέ· τὰ γὰρ κοῖλα τοῦ σώματος ἀεὶ ἱδροῖ. κθ Διὰ τί ἐν τοῖς πυριατηρίοις μᾶλλον ἱδροῦσιν, ὅταν ᾖ ψῦχος; ἢ ὅτι τὸ θερμὸν οὐ βαδίζει ἔξω, διὰ τὴν τοῦ ψύχους περίστασιν· (κωλύεται γὰρ ὑπὸ τούτου) ἀλλ' ἐντὸς κατειλούμενον καὶ μένον, διαλύει τὰ ἐν ἡμῖν ὑγρὰ, καὶ ἱδρῶτα ποιεῖ ἐξ αὐτῶν. λ Διὰ τί ὠφελιμώτερός ἐστιν ὁ ἱδρὼς, κἂν ἐλάττων ἐπέλθῃ, ὁ γυμνοῦ τροχάζοντος γινόμενος, ἢ ὁ ἐν ἱματίῳ; ἢ τὸ μὲν πονεῖν, τοῦ μὴ πονεῖν βέλτιόν ἐστι καθόλου· καὶ ὁ ἱδρὼς δὲ ὁ μετὰ πόνου, [τοῦ ἄνευ πόνου βελτίων ἐστί· καὶ ὁ μᾶλλον δὲ μετὰ πόνου,] τοῦ ἧττον, βελτίων; μᾶλλον δ' ἐστὶ μετὰ πόνου, ὁ γυμνοῦ τροχάζοντος γινόμενος. ἐὰν γὰρ μὴ πολλῇ συντονίᾳ τροχάσῃ, οὐ δύναται ἱδρῶσαι, γυμνὸς ὤν. ἐν ἱματίῳ γὰρ κἂν πάνυ μετρίως τροχάσῃ, ταχὺ ἱδροῖ, διὰ τὴν ἀπὸ τοῦ ἱματίου ἀλέαν.

καὶ δι-