explicare numerum poteſt. 17 Quare inter currendum aer in flatum côuerti nobis videatur? Vtrum quoniã dum per curſum agitamur, aerem corporibus noſtris continentem excitamus, quod non niſi flatum mouere profectò eſt: quocirca non ſolùm videtur, ſed etiam verò in flatum aer conuertitur. An quòd in currendo aerem impetu noſtro violemus; quo facto, ſenſu aeris per motum magis afficiamur. Ergo rectè in flatum aer ſe conuertere videatur: hoc enim ratione impetus poteſt euenire. 18 Quamobrem currentes potius cadimus, quàm ambulantes? An quòd magis, quàm moueamur, attollimus: hoc enim inter curſum, & ambulationem intereſt. 19 Cur aſcendentes genibus, deſcendentes femoribus elaboramus? An quoniam dum aſcendimus, corpus ſurſum iactamus, diſtenſionémque corporis, genuúmq; mouemus, ex quo genibus laborandum eſt. Procliuis autem locis, eò femoribus laboratur, quòd iis ipſis enixi crura ſubmouemus. Adhæc, omne, quod præter naturam fit, laborem, dolorémque mouet. Eſt autem ſecundum naturam genibus vt antè flectantur: femoribus autem, vt retro. At locis accliuis genua retro flectũtur, nam inniti, firmaríque volumus: procliuis autem femora antè coguntur: corpus enim ſe pronum, propenſúmque ita defert. 20 Cur in itinere media femoris parte potiſſimum fatigari ſolemus? An quòd longi cuiuſque, atque continui pars potiſſimum media laborat, cùm ſcilicet ſtabilitum, fixúmque manet: quamobrem hæc præcipuè rumpitur. Femur autẽ tale eſt. Ergo partem potiſſimum mediam eius fatigare meritò ſolemus. 21 Quam ob cauſam qui humida conſtant natura facilè à labore æſtúque ſtrangulantur? An quòd humor concalfactus tranſit in aera, itaque acrius vrit. Ergo cùm ob nimietatem facultas ſubmouendi non datur, refrigeratio nulla ſubſequitur, atque ita celeriter homo calore inſito & aduentitio exardeſcit. Quapropter ſudor, ſpiritúſque ſeceſſio eos iuuant, qui ſe exercent, qui denique laboribus ſe dederunt. Cùm enim humor diſcernitur, atque extenuatur, ſpiritum inde enaſci neceſſarium eſt.

22 Quare corpora, quæ modicè conſtant, temperatáque ſunt, in morbum ſæpius incidunt, & facilius curantur? An vtrunque eadem de cauſa euenit. Eſt enim æquabile, quod modicum eſt.

A τὸν ῥυθμὸν δηλοῖ. ιζ Διὰ τί ἐν τῷ τρέχειν ἐκπνευματοῦσθαι δοκεῖ ἡμῖν ὁ ἀήρ; πότερον ὅτι κινούμενοι, διὰ τοῦ τρέχειν τὸν συνεχῆ τοῖς σώμασιν ἡμῶν ἀέρα κινοῦμεν, ὅ ἐστιν πνεῦμα; διόπερ οὐ δοκεῖ μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ ἀλήθειαν ἐκπνευματοῦται ὁ ἀήρ. ἢ διότι τρέχοντες προσκόπτομεν τῷ ἀέρι· τούτου δὲ συμβαίνοντος, μᾶλλον αἴσθησιν B λαμβάνομεν τοῦ ἀέρος διὰ τῆς κινήσεως. εἰκότως οὖν ἡμῖν ἐκπνευματοῦσθαι δοκεῖ. τοῦτο γὰρ συμβαίνει, διὰ τὴν φοράν. ιη Διὰ τί μᾶλλον θέοντες ἢ βαδίζοντες, πίπτουσιν; [ἢ] ὅτι μᾶλλον πρὶν κινεῖσθαι αἴρουσιν, τὸ γὰρ θέειν, τοῦ βαδίζειν τούτῳ διαφέρει. ιθ Διὰ τί ποτε ἀναβαίνοντες μὲν, τὰ γόνατα πονοῦμεν· καταβαίνοντες δὲ, τοὺς μηρούς; ἢ ὅτι ὅταν μὲν ἀναβαίνωμεν, ἀναρριπτοῦμεν ἄνω τὸ C σῶμα, καὶ ἡ ἀπόστασις πολλὴ τοῦ σώματος, καὶ ἡ ἀπὸ τῶν γονάτων γίνεται· διὸ πονοῦμεν τὰ γόνατα· ἐν δὲ τοῖς καταντέσι, διὰ τὸ ὑποφέρεσθαι τοῖς σκέλεσι τοὺς μηρούς, ἀποστηριζόμενοι πονοῦμεν αὐτούς. εἶθ᾽ ἅπαν τὸ παρὰ φύσιν [γινόμενον, πόνον καὶ λύπην παρασκευάζει. ἔστι δὲ τὸ κατὰ φύσιν,] τοῖς μὲν D γόνασιν, ἡ εἰς τὸ πρόσθεν κλάσις· τοῖς δὲ μηροῖς, ἡ εἰς τοὔπισθεν. ἐν μὲν οὖν τοῖς ἀνάντεσι, τὰ γόνατα κλᾶται εἰς τοὔπισθεν, διὰ τὸ στηρίζεσθαι βούλεσθαι· ἐν τοῖς καταντέσι δ᾽, οἱ μηροὶ εἰς τοὔμπροσθεν κλῶνται, διὰ τὸ προπετὲς ἡμῶν εἶναι τὸ σῶμα. κ Διὰ τί ποτε ἐν τοῖς ὁδοῖς τῶν μηρῶν τὸ μέσον μάλιστα πονοῦμεν; ἢ ὅτι παντὸς μακροῦ καὶ ἑνὸς ὄντος ἐστηριγμένου δὲ, τοῦ μέσου ὁ πόνος μάλιστα E γίνεται· διὸ καὶ κατάγνυται μάλιστα ἐντεῦθεν; ὁ δὲ μηρός ἐστι τοιοῦτον· διὸ καὶ τὸ μέσον αὐτοῦ μάλιστα πονοῦμεν. κα Διὰ τί οἱ ὑγροὶ ταχὺ πνίγονται πονήσαντες, καὶ ὑπὸ τοῦ καύματος; ἢ ὅτι ἐκθερμαινόμενον ὑγρὸν, ἀὴρ γίνεται, καὶ καίει μᾶλλον τὸ πλέον; ὅταν οὖν μὴ δύνηται ὑπεξάγειν διὰ τὸ πλῆθος, οὐ γίνεται κατάψυξις· ὥστε [ταχὺ] F ἐκπυροῦται ὑπὸ τοῦ συμφύτου καὶ ἐπικτήτου θερμοῦ. διὸ καὶ οἱ γινόμενοι ἱδρῶτες τοῖς γυμναζομένοις, καὶ ὅλως τοῖς πονοῦσι, καὶ ἡ τοῦ πνεύματος ἔξοδος, ὠφέλιμον. διακρινομένου γὰρ καὶ λεπτυνομένου τοῦ ὑγροῦ, πνεῦμα γίνεται. κβ Διὰ τί τὰ σύμμετρα τῶν σωμάτων κάμνει τε πολλάκις, καὶ ἀπαλλάττει ῥᾷον; ἢ διὰ ταὐτὸ ἄμφω; ὁμαλὸν γάρ ἐστι τὸ σύμμετρον·