

Tractado

có nieve hasta que passien de catorze años, que es el termino que los auctores señalaron para poder sangrar. Y en el libro que Galeno hizo de los mátenimientos q̄ engendran buenos y malos humores: al fin dize mucho mejor socorremos al calor, y sequedad del cuerpo con agua frigidissima, y luego añade que a vnos cõuene enfriar de vna manera, y a otros de otra, porque como algunos estan acostumbrados a nieve enfrian con ella: otros con agua fontana de la qual vsan los que no tienen necesidad de nieve. Asimismo el vino aguado primero enfriase, echado en vn flasco, y metido e agua eladissima. Empero dize Galeno que esta orden de enfriar es para aquel genero de personas las quales está impedidas en casas de negocios: como los q̄ andá rigēdo los pueblos, y gouernando la republica, principalmente sus ministros. Asimismo los soldados, y los q̄ andan mucho camino. Empero los que estan libres de estas ocupaciones si vsan de exercicio muy pocas vezes tienen necesidad de beuida fria. Y los q̄ no se exercitã quando en el estio está fatigados con mucho calor: beuã agua de fuentes derado a parte el vso de la nieve: porq̄ esta aunque no haga perjuizio a los cuerpos de los hōbres moços pero poco a poco sin sentir se crece el mal a la vejez: y tales enfermedades acarrea a las junturas, neruios y partes interiores, las quales o nunca, o con mucha dificultad se pueden curar, hasta aqui Galeno este es vn lugar muy dificultoso: del qual con dificultad se puede sacar lo que quiso Galeno. Primeramente es claro cõceder Galeno el vso de la nieve, y no solo q̄ enfrien cõ ella mas q̄ vsen de la propia sustãcia de la nieve, pues dize los incõuenientes q̄ se figuen en la vejez que

son los mismos q̄ Aluicena aduertio tractando de los q̄
 vsan dela propia substãcia dela nieue. E assi dize que la
 nieue es dañosa a los neruios, lo qual se cõfirma clara-
 mente por lo q̄ dize en la sen. iij. en el capitulo dela orden
 del agua, y vino. En donde dize q̄ el agua q̄ se resuelue
 delladaña a los neruios, y a las partes del pecho, y a
 las particulas interiores, q̄ es lo mismo q̄ diro Galeno
 en el lugar alegado, no dize dela beuida enfriada cõ nie-
 ue, sino del agua que se resuelue dela nieue. En fin si las
 personas exercitadas, y en tiempo de estio puedẽ vsar
 dela nieue, no ay parte en el mundo en donde mas exer-
 cicio se haga, assi por la grandeza de la ciudad, como por
 la multitud de los negocios: y por la dificultad con que
 se haze. No veo hombre que ande de espacio, mas an-
 tes todos cõ mucha priessa: y agonizando con el calor
 grande. De suerte q̄ si en alguna parte se ha de consen-
 tir el vso dela nieue, principalmente ha de ser en Seui-
 lla: por ser toda la gente muy exercitada, y la tierra muy
 caliente da la Galeno a los que gouernan la republica
 a los soldados, y a los caminantes, demasiado regalo es
 para gente desta calidad, por los caminantes digo que
 tal regalo no se ha de dar fino a personas que lo sepan
 entender, y gozar del. No dero de tractar desto Alulo-
 gelio en las noches articas. El qual dize que el agua de
 la nieue es vtil para los panes, y frutas, mas pa los cuer-
 pos dlos hõbres muy dañosa. E assi dize q̄ en vn cõbitẽ
 en el q̄l todos beuian del agua q̄ se derretia dela nieue
 estando presente vn deuoto d la secta peripatetica repre-
 hendia les: y asperamente les increpaua. De donde se
 vee claramente que Alulo gelio no vitupera el enfriar
 con nieue arrimado, o puesta la nieue en vn platillo del

gado, y luego sobre la taza è la qual esta la beuida. En
 verdad que esto me parece falta de entendimçto, y mu-
 cho mayor dezir que se beue mas. De vna cosa tengo
 yo experiencia en estos dos estios que por industria del
 señor don Francisco auemos podido los naturales de
 Sevilla gozar deste regalo, que quando beuo enfriado
 con niue, despues en todo el dia tèo sed. Y otros dias
 son muchos los golpes de agua que entre dia beuo, y lo
 mismo acaecera a los de mas. Acrecido tanto el uso de
 la niue que no solo en la beuida vsamos della, mas a am-
 para enfriar las sauanas. Ni terniapor inconueniente
 en tiempo de estio quando los grandes calores resuel-
 uen la gente con mucho sudor que se de vna buelta a la
 cama con vn calentador: el qual tenga vn pedrego de niue
 ue, porque de prepararse de aquesta manera la cama se
 sigue que su dueño duerma placidamente, y sin sudar.
 Yo quise vsar deste remedio aqui en Sevilla è vna en-
 fermedad grande de sudor que padecio el señor Conde
 de Nieua, y no podimos aver niue, y remedio se con
 otros remedios: y beneficios que yo mande hazer en
 aquel sudor. Algunos quierè que la agua para las ma-
 nos se enfrie con niue. Un philosopho preguntando
 le quales eran las aguas mas apazibles, respondia que
 aquellas con que nos lauamos las manos. Esto se pue-
 de escusar porque al tacto qualquiera frialdad le parese
 ce mucha, y como es claro la agua fria no limpia tanto.
 De manera que por menor inconueniente terne calen-
 tar la agua para lauarse en invierno, que enfriar la en
 verano. Esta es curiosidad sobrada. Que diremos de
 las frutas, no ay duda sino que las frutas de principio
 como de postre se comen con mejor gusto frias, princí-
 pal

palmente puestas sobre la nieue, cō quan diferente gusto se comen las damacenas frias, o calientes cō la misma differēcia se come la alberchiga, o pera, aū que de la alberchiga no esta muy aueriguado, si es fructa de postre: o d' principio. Estas fructas puestas sobre nieue comē se con grande gusto, ⁊ aun quien se hallare en parte en dōde ay falta d' algunas delas frutas, o porquē se acabau: o porquē las traen de otras partes sera muy buen cōsejo poner la fructa en la caua dōde estuuere la nieue, porq̄ con su frialdadjelada se p̄seruan algunos dias de podrecimiento. Desta industria vsa Galeno para cōseruar algunos pescados sin podrescimēto, como son; murena, anguilla, lamprea, echaua les nieue encima: ⁊ haze q̄ se conseruauā, ⁊ para auantieſtos, ⁊ tenian mejor gusto al comer, ⁊ lo mismo se hara cō lenguados, ⁊ besugos, ⁊ pampanos, ⁊ salmonetes: aunq̄ estos postreros menos se corōpen, ⁊ tienen la carne tieſsa. Es la nieue para cōseruar los pescados como vn lindo escaueche, porq̄ la utilidad del escaueche es dar al pescado nueuo sabor, ⁊ hazer q̄ no se podresca. Lo mismo hazela nieue cō los pescados, fructas, ⁊ carnes. Dizen algunos q̄ la costumbre se ha de guardar: ⁊ q̄ los seullanos se hā passado toda la vida sin el vſo de la nieue. Perdonen los señores viejos que yo no soy de parecer q̄ muden su larga costūbre, ⁊ q̄ dexen de beuer lo q̄ han acostumbraado sessenta, o setenta años, assi por su flaqueza d' pecho, ⁊ estomago como por su abundācia de flegmas. Empero quanto a lo q̄ toca a la costumbre auesen se poco a poco: ⁊ no pōgan la beuida en todo el extremo d' frialdad, que mas ⁊ menos ay en lo que toca a enfriar cō nieue, ⁊ antes que beuan gusten lo ⁊ si les paresciere q̄ esta muy subida de punto la beuida que se dexeyn rato desatapada para q̄ pierda algun ex-

tremodela frialdad. Y si la sed importuna no diere lugar a esperar eche se vn poco de vino, o agua lo q̄ mas fuere a gusto del señor con el qual breuemente verná al punto que se pretende. Mas haze al caso la costumbre: que è cora telos años passados ni auia nieue, ni el vso della: y principio quieren las cosas. Y en verdad que no solo el vso ó ella es delectable mas tambien es vtil, como delicadamente dixo Plinio en el libro trigésimo primo de su natural historia en el capitulo tercero. Hieronis principis inuentum est, aquã decoquere vitro que demissam in niues refrigerare, ita volupta frigoris cõtingit sine vitij niuis. De fuerte q̄ en vasos conuenientes se puede enfriar el vino: y la agua con nieue. Mas es razón q̄ los que beuen agua carescan deste buen gusto: mas las señoras mugeres que son apassionadas de mal de madre no quierẽ beuer tan frio: pues es aueriguado la matriz ser nerviosa ó cierta manera mas las que no fueren en apassionadas de la madre, ni del pecho: ni tocadas de perlesia, ni muy viejas aunque las señoras nunca lo quieren ser: porque por marauilla se hallara vna que por su dicho passe de quarãta años. Digo pues que las señoras mugeres podran beuer agua enfriada con nieue, y aun vino: pues ay algunas que son tan buenas maestras como sus maridos, y beuer lo han de la manera que tengo dicho, no se atreua nadie no, de echar la meue dentro en la beuida, porque derado a parte que è suziedad muy clara por las partes sobre que caen los copos de la nieue. Y suele quajar se: y hazer su assiento tomado dentro de si mil malas sauãdijas, y cosas suzias por tãto sera inconueniente comer la nieue: o beuer la agua della. Dizẽ algunos q̄ en las regiones callêtes los poros estã abiertos, por esta razón no cõuiene beuer nieue, ni cosa enfriada con ella, pues ansí lo

piensan den la en las regiones frias, muy bien seria en
Constantina q̄ es vn lugar frio en dōde nūca ay calor die
 ssemos nieue, o la beuida enfiada ē ella, que la causa por
 q̄ vno puede sufrir la frialdad de la uieue, es, porq̄ esta ar
 mado cō la calor de la region de su propio tēperamento,
 mas dōde no ay esto ni se gustara de la nieue: ni puede ha
 zer prouecho. No sin causa diro el vetustissimo **Hippo**
crates que los que tienen complexion caliente les con
 uiene beuer agua, enfiarse, y reposo. Todas estas son
 cosas para apagar, o alomenos para templar el calor,
 el qual esta en lo fumo, quando el calor de la region: y de
 la complexion son conformes que responderemos a lo
 que comunmente se dize, que la frialdad no aprouecha
 para alguna de las operaciones naturales. Digo que
 la frialdad es occasion para que se hagan bien las obras
 naturales, porque con ellas se tiempla el calor excessi
 uo de la region, y de la temperatiua, y como las obras na
 turales no se hagan por calor seco sino por calor tēplado
 y moderado, el qual segun **Galeno** es particeps de friald
 dad, mas antes ay algunos que quierē que como se dize
 bien que esto haze el calor natural. Tā bien quierē que
 se diga frialdad natural. Y assi el dicho comū tiene gran
 moderacion. Dizen comunmente mas vale sudar q̄ to
 ser, suden ellos muy en ora buena que cierto el sudor es
 vna de las grandes pesadumbres que vienen a los hom
 bres, y desta opinion fue **Diocles** auctor muy antiguo
 segun recita **Galeno** en cierta parte el qual quiere que
 todo sudor totalmente es contra naturaleza. Nesta ago
 ra inquirir qual de las beuidas se puede vsar cō mayor se
 guridad, el vino enfiado cō nieue: o a agua enfiada de
 la misma manera. Todos diran de comun consentim
 ento que el vino aguado y enfiado con nieue es meno s

Tractado

dañoso por quanto aunque por la complexion actual fria que ha cobrado de la nieue nos enfrie, empero tiene su propia complexion virtual caliente, y seca, la qual le es natural, y propia, y con esta quita alguno del daño, q̄ podria hazer la frialdad de la nieue. **A** esto digo q̄ vsando de la beuida en tiẽpo de estio que es quando es mas menester, y en personas de la calidat que tengo dicho, entõces ni la agua, ni el vino enfriado cõ nieue les haze daño. **E**mpero dando la beuida enfriada fuera de tiẽpo, y a las personas a las quales no cõuiene en tal caso digo que mas daño hara el vino frigidissimo q̄ la agua fria en el mismo grado. **D**e manera q̄ las dos beuidas han de estar en el mismo punto de frialdad, y la razõ es porque como la agua no sea amiga de naturaleza no la atraen ansi las particulas del cuerpo. **A**huy de otra manera acõtece quando es agua enuinada porq̄ el vino da alas al agua, y penetra con mas facilidad, de donde se sigue que a los q̄ hiziere daño mas cierto le recibirán del vino aguado que no del agua pura. **N**o sera mal auiso q̄ los que beuen nieue de la manera que se ha de beuer: q̄ es poniẽdo la beuida en vna taca ancha: y atapar la con vn plato de plata delgado, o vnarefridera, con vn plato de vidrio, sobre el q̄ se ponga la nieue, y sea d̄ manera q̄ el plato, o refridera toque a la beuida. **E**l auiso es este q̄ quando quiera beuer, vn poco antes se quite el platillo que esta sobre la beuida para q̄ pierda aquel punto alto de frialdad, y como si dixessemos y ilustra se la beuida cõ la tẽplanca es modoracion del ayre. **A**uiso es q̄ yo le tomo para mí todas las vezes q̄ beuo enfriado con nieue aunque sospecho q̄ los muy curiosos en lo que toca a beuer frio, no ternan esta paciẽcia: mas yo digo que con este consejo, y el otro q̄ es beuer de espacio como tengo dicho: podran con gran se-

guridad beuer enfriado con niue:z aun los que son de-
licados de estomago, y los q̄ passan de sessenta años po-
drán gozar de este regalo. Bien se que el que fuere de la
opinion cōtraria terna a todas oras aquella auctoridad
de Galeno en el pico de la lengua. En donde despues de
muchas palabras no muy faciles de entender, dize que
los que no se exercitan en el estio quãdo son molestados
por mucha calor beuã agua de fuente, y que dexen el vso
de la nieue. &c. Quan de buena gana se exercitarã todos
esperando que cō el exercicio seguramente les concede
Galeno q̄ puedan beuer enfriado con niue. **A. S.** sepa
muy Illustre señor q̄ el intento de Galeno es q̄ los que
hã de beuer nieue no han de ser hōbres ociosos, ni han
de vsar officios sedentarios, porq̄ en personas de tal cali-
dad multiplicãse grã cãtidad de humor flegmatico, y por
el contrario los q̄ vsan de exercicio cōueniente a sus tiẽ-
pos, estã tã rezios, y robustos q̄ segũdize vn aucto: d los
arabes, no tienẽ necessidad algũa de purga, ni de sangria.
Aloquere se por el exercicio cierto grado de calor: y forta-
leza, por el qual todas las particulas de la persona q̄ sea
exercitado no solo puedẽ resistir a la frialdad de la nieue,
mas tãbien reciben grã recreacion: y cōsuelo. Ya tengo
dicho q̄ en esta ciudad de Sevilla todos se exercitã. Mas
las señoras mugeres estã muy ociosas e sus casas, ni ay
hōbre q̄ ande de espacio, quãto mas q̄ los caualleros los
quales sedan mas al vso: y deleyte de la nieue, veo q̄ casi
todos se exercitã en el juego d la pelota, y es aueriguado
q̄ ningũa cosa exercita mejor todas las partes d el cuerpo
q̄ la pelota, lo qual no dexo Galeno en el tintero, pues nos
dexo escrito vn libro de la pelota. De suerte que assi por
los exercicios ordinarios, o negocios como por el passar
la carrera, o hazer mal a vn cauallo, o por juego d pelota

opor exercicio de armas, todos se exercitan bastantemēte. Y por esta razon muy pocos ay en Sevilla, a los quales se les ha de quitar el uso de la nieue, dexado a parte los viejos y los que tienen enfermedades particulares. Y mas digo que estado certificados desto que la nieue es buena: que quiere dezir ser limpia, y fresca que no es de mas de vn año: porq̄ las otras nieues puede ser que ay an adquirido algun principio de corrupcion, podran pues los colericos y en esta ciudad calidissima tomar vn buen pedago de nieue con vn tenedor, o con otro instrumento conueniente para esto: y por el dicho pedago de nieue passar la beuida como quien la passa, o por vna esponja, o por vn mortero de aquellas piedras por las quales los apassionados de riñones suelen destilar el agua. **Al** dize **Galeno** los que no se exercitan dexen el uso de la nieue: mas dize como cosa mas segura que los que no se exercitan pueden escusar el beuer con nieue, y no quiere otra cosa. **Empero** como las comidas cada vna dellas tiene sus guisados, y condimentos sin los quales no saben bien, ni se comen con gusto, assi la beuida tiene su preparacion que es estar fria: y esto con ninguna cosa se puede hazer mejor que con la nieue. **Dero** dezir aqui que tengo por muy aueriguado que la beuida enfriada con nieue en alguna manera es ocasion para que no se engēdre piedra en los riñones, ni en beriga, dos graues tormentos, y enenigos capitales de los hombres, porque como la causa eficiente de la piedra sea calor viente: y como agora se vse tanto la mostaza: y pimentadas: y canelones, y otros guisados con mucha miel, y todos los que vienen de indias comen gran quantidad de agi: y muchos de los cortesanos comen azeitunas fritas con mucha quantidad de pinieta. Lo qual fue cosa nueva para

ni, para estos y semejantes mantenimientos, los quales el deleyte humano ha inuentado, es cosa muy importante rempliar este calor con mantenimientos frios y templados y con la beuida enfriada con nieue. Contra el uso de la nieue ay vna objecion: y no pequeña: y es esta, pues para vsar de la nieue son necessarias tantas condiciones que son la edad: la fortaleza del estomago, el exercicio, y otras particularidades de las quales ya he hecho mencion, parece cierto ser cosa dudosa, y peligrosa, y que a trueco de quitar vn poco de deleyte deuenos euitar cosa que tanto escrupulo nos pone, pues vemos que los hombres que habitan en regiones donde no ay nieue, ni se puede llevar por la distancia de la tierra, donde ella cae, biuē sanos: y biē dispuestos sin el uso de la nieue. Esta es la mas fuerte razon que se puede hazer, empero ha se de cōsiderar q̄ aqui no tractamos ò persuadir q̄ la nieue es necessaria para la vida: sino q̄ la vida de los hōbres de buen entendimiento mas commoda, y delicadamente se passa cō la nieue. Bien podria passar vno comiendo vaca sin cōdimento alguno, empero mejor sabe con mostaza, y bien podria passar alguno comiendo carnero sin apetito, empero mejor sabe comiendo cō salsa ò perexil. Biē pasarían otros comiendo perdigones sin apetito alguno: empero bien sabemos que el perdigon ha de traer en el pico el limon: y sabemos que el condimento del cabrito es pebre, y el del conejo el salmorejo: y el de la ternera es el adobo de ajo, o oruga quando se come assada, y de los capones assados es salsa de pavo, y para todos las naranjas, y para los léguaos el vinagre, y para los lechones su salsa, y para las liebres lebrada. Y en fin cada mantenimiento tiene su manera de guisarse y su condimento, por que la beuida no terna la mesma prerogatiua

en tener su preparación la qual es escogerse el agua y colarse, y enfriarse por la mejor manera que pudiere ser, y esta es a mi ver el enfriarse con nieve. No aura nadie que no diga que el baño no es vtil, empero para que vsemos bien del son menester muchas condiciones. Ha de ser antes de comer despues de estar limpio el cuerpo de todas las superfluidades: que la agua sea tibia, el tiempo ha de ser determinado; condiciones son que se han de guardar en la applicacion del baño. Y es cosa que cumple a los sanos, y por esso no dira nadie q̄ no vsemos del. Fré la leche es de buen mätenimiento, y cōuene a los sanos, Empero no ha de auer malos humores en el estomago, ni ha de auer comido otra cosa alguna, ni ha de comer solo la leche hasta que passien algunas horas. Bien al reues desto se haze, mas con mucho daño de los que se desordenan desta manera. Cierto harro grande ocasion es de enfermar la gente, comer leche: o cosas della a la postre de las comidas. De la misma manera digo del oso de la nieve, aunque sanos y enfermos podemos vsar della, y con vtilidad, empero ha de ser con algunas condiciones, como he dicho del baño, y de la leche. Están tan prompts en esta ciudad ha vituperar el oso de la nieve, que casi no ay quien diga otra cosa sino son los caualleros, y personas principales que han andado en corte, Bien auran mirado, y considerado esto los phisicos de corte, y auran visto si ay inconuenientes o no, pues de su consejo, y determinacion depende la salud de su Magestad, y aqui yo lo he considerado todo lo possible, y de mi consideracion resulta lo que escriuo en este tratado. Allende desto vemos que Galeno en el propio capitulo de las moras las manda enfriar, porque dize que ellas de su naturaleza no nos enfrian, sino se tomaren frias.

De manera que es vtil enfriarlas : y esto para se muy bien con nieue, y vn poco mas adelante en el capitulo de las moras de carga mora dize que es menester lauar las aunque manda que se haga esta diligencia, porque haze mordicacion en el estomago. Y esto mismo se ha de hazer con las moras, lauarlas, y enfriar las, y no solamente se ha de hazer con esta fructa, empero con todas las de mas fructas alomenos enfriarlas. No ay mayor desgusto que comer de vn melon caliente, ni mayor consuelo q̄ comer lo quando esta biẽ frio, y sigue se q̄ beuemos menos, como cada vno podra experimentar en si mesmo.

Grandemente nos da osadia Galeno en el septimo de la methodo curatiua curando los estomagos flacos para beuer enfriado con nieue: Dize ya auer visto algunos en vñ dia, y aun en vna hora estar libres del dolor y flaqueza del estomago con vn golpe de agua fria, y a algunos dellos no solamente les di agua de fuẽte fria, mas tambien de la que primero se enfriaua cõ nieue, de la manera que se suele hazer en Roma: hasta aqui en este lugar claramente loa Galeno la beuida fria, y con nieue, y mas adelante dize Galeno como les permitia enfriar no solo la beuida, mas tambien la comida, señaladamente de aquel celebre mantenimiento, el qual en Roma llamã melca, y de muchas maneras, y cesar Constantino en el libro diez y ocho de Agricultura dize que se haze assi. Toman vna olla de barro en la qual echan vinagre fuerte y cueze tanto hasta que el vinagre se embene en la olla: y despues inchen la dicha olla de leche: y guarda se bien atapada la olla, otro dia despues se llama leche azeda. Otros dizen que este libro es de Dionisio Aricẽse, y en las postreras palabras de aquel capitulo dize, y el dia siguiente hallareys las melcas muy mejores,

res: y mas excelentes que las que se hazen con mucho aparato, y cuydado. Assi que por lo que dize Dionisio vricense parece que este vocablo Melca es vniverfal: que comprehende muchas especies de melca que es leche azeda, preparada de diuersas maneras. E con ser leche azeda, dize Galeno que la daua enfriada con nieve a los enfermos. Assi mismo les daua natas enfriadas con nieve, y la Prisana hordeacea enfriada con la propria nieve, y de la misma manera todas las otras cosas que se sufren dar enfriadas con nieve: como son las frutas. Algo: ano sabé hazer la Prisana de ceuada: la qual como dize Dioscorides tambien se hazia de trigo, empero antiguamente seruian la en los banquetes, como agora comen en todo el reyno de Valencia el farro guisado con caldo de aue, o con leche de almendras dulces. Bien claro esta en este lugar ser su opinion de Galeno que en el estomago caliente vsamos de cosas muy frias, y que no temamos de enfriar con nieve, o quando mala gana sera esto recebido en Sevilla, empero basta que en corte sea recebido fauorablemente, en donde soy cierto que los phisicos de camara lo auran examinado sufficientemente. Dira a esto el proterno y enemigo capital de la nieve que aqui Galeno habla solamente de los enfermos pues que andaua tractado de las personas mal dispuestas del estomago. Empero deuián cõsiderar que algo mejor sufren los inconuenientes si algunos ay, los sanos que los enfermos, quanto mas que todos los remedios de los quales vsamos en curacion, vsamos de ellos en preseruacion de suerte que en hombres muy colericos y exercitados, y que tengan el estomago colericco vsaremos por via de preseruacion enfriado con nieve,