

[AccueilRevenir à l'accueilCollectionBoite\\_028 | Ultimes papiers.CollectionBoite\\_028-9-chem | Celse. Item\[Traité de médecine de Celse - suite\]](#)

## [Traité de médecine de Celse - suite]

**Auteur : Foucault, Michel**

### Présentation de la fiche

Coteb028\_f0705

SourceBoite\_028-9-chem | Celse.

LangueFrançais

TypeFicheLecture

RelationNumérisation d'un manuscrit original consultable à la BnF, département des Manuscrits, cote NAF 28730

### Références éditoriales

Éditeuréquipe FFL (projet ANR *Fiches de lecture de Michel Foucault*) ; projet EMAN (Thalim, CNRS-ENS-Sorbonne nouvelle).

Droits

- Image : Avec l'autorisation des ayants droit de Michel Foucault. Tous droits réservés pour la réutilisation des images.
- Notice : équipe FFL ; projet EMAN (Thalim, CNRS-ENS-Sorbonne nouvelle). Licence Creative Commons Attribution - Partage à l'Identique 3.0 (CC BY-SA 3.0 FR).

Notice créée par [équipe FFL](#) Notice créée le 22/03/2021 Dernière modification le 23/04/2021

---

mener lentement ; souvent aussi, il se trouvera bien de se tenir longtemps dans un bain, puis de souper légèrement. Si l'on a trop chaud dans le bain, on se restaurera en humant du vinaigre et en le retenant dans la bouche : à défaut de vinaigre, on emploiera de l'eau fraîche pour le même usage.

Il importe, avant tout, de bien connaître sa propre nature ; car on peut être frêle ou obèse ; avoir le tempérament chaud ou froid, la constitution sèche ou humide ; être sujet au relâchement du ventre ou à la constipation : il est rare, en effet, qu'on n'ait pas une partie faible. Un homme maigre cherchera donc à prendre de l'embonpoint ; celui qui est replet, à se faire maigrir. Si sa nature est chaude, il usera des réfrigérants ; si elle est froide, des réchauffants ; humide, des desséchants ; sèche, des humectants : de même s'il a le ventre relâché, il le fortifiera ; s'il l'a resserré, il le relâchera : en un mot, il faut toujours venir en aide à la partie qui souffre le plus.

On procure de l'embonpoint au corps par un exercice modéré, le repos fréquent, les onctions, le bain après le dîner, l'habitude de tenir le ventre resserré, le froid modéré en hiver, un sommeil plein, sans être trop prolongé, un lit mou, la tranquillité d'esprit, les aliments et les boissons principalement doux et gras, et des repas aussi nombreux et copieux qu'on peut les supporter. Les choses qui font maigrir sont : les bains chauds, surtout si l'eau est salée, le bain à jeun, les ardeurs du soleil et toute espèce de chaleur, les soucis, les veilles, le sommeil ou trop court ou trop prolongé ; un lit dur (9), la course, les promenades fréquentes, tout exercice violent, le vomissement, les déjections alvines, les substances acides et austères

*sedit, huic nihil currendum, sed lente ambulandum est : lenta quoque in balneo mora, dein coena exigua prodesse consueverunt. Si quis in balneo aestuat, reficit hunc ore exceptum, et in eo retentum acetum : si id non est, eodem modo frigida aqua assumata.*

*Ante omnia autem norit quisque naturam sui corporis : quoniam alii graciles, alii obesi sunt, alii calidi, alii frigidiores, alii humidi, alii sicci ; alios adstricta, alios resoluta alvus exercet : raro quisquam non aliquam partem corporis imbecillam habet. Tenuis vero homo implere se debet, plenus extenuare, calidus refrigerare, frigidus calefacere, madens siccare, siccus madefacere : itemque alvam firmare is, cui fusa ; solvere is, cui adstricta est : succurrendumque semper parti maxime laboranti est.*

*Implet autem corpus modica exercitatio, frequentior quies, unctio, et, si post prandium est, balneum, contracta alvus, modicum frigus hieme, somnus et plenus et non nimis longus, molle cubile, animi securitas, assumta per cibos et potiones maxime dulcia et pingua, cibus et frequentior et quantus plenissimus potest concoqui. Extenuat corpus aqua calida, si quis in eam descendit, magisque si salsa est ; in jejuno balneum, inurens sol et omnis calor, cura, vigilia, somnus nimium vel brevis vel longus (c) ; durum cubile ; cursus, multa ambulatio, omnisque vehemens exercitatio,*



