

Johannes Placotomus, schildknaap van de « Mediocritas » en zijn dertig hygiënische stellingen.

door

Dr. L. ELAUT

Luttel in aantal zijn ze, die met zo weinig woorden stelling genomen hebben in de gezondheidskundige literatuur van de zestiende eeuw als Johannes Brettschneider, Placotomus met zijn humanistische naam. Dat stelling nemen, in de vorm waarop het ons bekend is, doet meer platonisch dan pragmatisch aan, doch het is zeer principieel. Het zo duidelijk, en van alle konjunkties ontdaan te hebben uitgedrukt, en, met het oog op de doelmatigheid, voor hen die hun leven aan de studie wijden het zo te hebben samengevat, kwam in die tijd tamelijk zelden voor.

Te oordelen naar zijn geschriften blijkt Placotomus (1514-1576) ver van een banaal man te zijn geweest¹. Hij was ergens in Frankenland geboren, studeerde en promoveerde te Wittenberg, was hoogleraar in de geneeskunde te Königsberg waar hij het met al zijn ambtgenoten aan de stok kreeg. Hij vestigde zich later te Danzig, had er een grote praktijk, was waarnemend burgemeester en werd gelast met het inrichten van een stadsapoteek naar eigen opvatting. Benevens theologische, pedagogische en chemische geschriften vermeldt zijn bibliografie een kommentaar op Hippokrates' aforismen, monografieën over de profylaksie van de pest, over het bier en de dronkenschap, over het bloedlaten, over het medisch onderwijs.

Het valt op dat deze man, die zijn leven in oostelijk Pruisen heeft doorgebracht en de meeste van zijn werken daar ook liet verschijnen, een paar van zijn geschriften aan een Antwerpse uitgever heeft toevertrouwd. Onder meer een farmakopee die hij schreef ten gerieve van de leerlingen farmaceuten van zijn Germaans vaderland, in het bijzonder van die uit Danzig: *PHARMACOPOEA in Compendium redacta per Iohannem Placotomum. Eiusdem Dispensatorium usitatissimorum hoc tempore medicamentorum descriptiones continens. Antverpiae, apud Viduam Martini Nutii, Anno MDLX, Cum Gratia et Privelegio.*

(1) *Biogr. Lexikon* 1932, IV, 621.

De *Epistola Dedicatoria* van het werkje, die, eigenaardig genoeg, door de auteur tot de hem volkomen onbekende stadsmagistraat van Lübeck werd gericht, hangt een duidelijk beeld op van de grove onwetendheid bij allerlei onbevoegden, die geneesmiddelen aan het publiek te koop boden.

Het ligt voor de hand dat men in de allereerste plaats aan de handelsbetrekkingen tussen Lübeck, Danzig en Antwerpen denkt, als men naar de reden zoekt waarom Placotomus te Antwerpen een farmakopee liet drukken, die voor gebruik in Duitsland bestemd was. Het drukkersbedrijf te Antwerpen was toen zeer levendig en, sinds Plantin zich daar in 1549 gevestigd had, bloeide het in volle glorie. Meer dan een wetenschapsbeoefenaar uit het oosten liet er zijn gewrochten verschijnen (o.m. Heinrich von Rantzau).

Het gebeurde ook wel eens andersom. Zo zien wij de Zuidnederlander Pieter Hasschaert, te Frankfurt a.M. in 1568 een kommentaar op het gezondheidskundig gedicht van Eobanus Hessus uitgeven. Onze landgenoot, of zijn uitgever, Christ. Egenolphus, voegt in dezelfde band er de reeds vroeger, in 1556, ook te Frankfurt a.M. verschenen, dertig hygiënische stellingen van Joh. Placotomus aan toe: *Themata quod doctrina de Sanitate tuenda Studiosis literarum valde utilis et necessaria sit, et in quibus rebus sanitatis tutela consistat. Ion. Placoto, Med. Doct.*².

Deze dertig stellingen zijn het die slaan op de fundamentele houding van de auteur ten opzichte van de hygiëne der studerenden waarvan hij in zijn titel gewag maakt, en die wij hierboven hebben aangestipt.

Hier volgen Placotomus' stellingen met hun Nederlandse vertaling.

I

Ad studia recte excolenda integris viribus, et firma valetudine (quam doctrina de sanitate promittit) opus est.

Om zich naar behoren aan de studie te wijden zijn een ongedeerde lichaamskracht en een stevige gezondheid (die de gezondheidsleer in het vooruitzicht stelt) van node.

(2) Let op het aan een drukfeil gelegen « *Placoto* » in plaats van « *Placotomo* ».

II

Vires autem conservantur rerum ad sanitatem necessarium legitimo usu, ad quem notitia sui corporis et communium praeceptorum de valetudine tuenda, et alimentorum condimentorumque facultatibus, requiritur.

De lichaamskracht wordt in stand gehouden door het regelmatig gebruik van de dingen die voor de gezondheid onmisbaar zijn : daartoe wordt de kennis van het eigen lichaam, van de algemene regelen der hygiëne, en van de waarde der spijzen en toespijzen vereist.

III

Notitiam sui corporis ex generali doctrina de constitutione hominis, quisque aestimare potest.

Zijn eigen lichaam kan eenieder leren kennen uit de algemene begrippen over het menselijk gestel.

IV

Partes corporis sunt, membra, humores, spiritus, quae continentia, contenta et impellentia Hippocrati dicuntur.

De delen van het lichaam zijn : de ledematen, de vochten en de geesten ; bij Hippokrates worden zij het inhoudende, de inhoud en het aandrijvende genoemd.

V

Ad his actiones per facultates membrum insitas, spiritibus mediantibus profisciscuntur, a sanis sanae, a laesis laesae.

Van daaruit vertrekken, door bemiddeling van de geesten, de verrichtingen die zich in de ledematen laten gelden : gezonde verrichtingen door gezonde ledematen, gebrekkige verrichtingen door gebrekkige ledematen.

VI

Res, ad sanitatem tuendam necessariae sunt : aer, cibus, potus, excrementorum expulsio, somnus

De voor het verzekeren van de gezondheid onontbeerlijke dingen zijn : lucht, spijs en drank,

et vigilia, motus et quies, animi affectus. ontlasten, slapen en wakker zijn, beweging en rust, gemoedsstemmingen.

VII

Legitimus usus in qualitate, iusta quantitate et tempestiva rerum dictarum exhibitione consistit. Het rechtmatig gebruik bestaat in het hoe en in het hoe vaak waarop te gelegenertijd de bovenvermelde dingen geschieden.

VIII

Et sicut corpora variant, quemadmodum Poeta quoque eleganter scripsit : mille hominum species, etc. ita et victus ratio variat, nec una omnibus naturis, sicut non unum calopodium omnibus pedibus, nec uni naturae omnis victus promiscue convenit. En zoals de lichamen onderling verschillen, naar het keurige woord van de dichter : duizendvoudig is der mensen geslacht, enz., zo verandert ook de levenswijze ; evenmin als eenzelfde schoeisel voor alle voeten, is niet elke levenswijze zonder onderscheid voor elke natuur geschikt.

IX

Id verum esse non tantum ratio probat, sed etiam ipsa experientia, certissima rerum magistra, testatur. De waarheid daarvan bewijst niet alleen de rede, maar ook de ervaring zelf, de veiligste meesteres van de dingen, bevestigt het.

X

Nam ubi corpus motum desiderat, exercitatio salubris, ocium insalubre, cum vero quiete eget, ocium iuvat, exercitatio noxia est. Wanneer dan het lichaam beweging verlangt, is de oefening heilzaam en de rust nadelig ; wanneer het daarentegen rust nodig heeft, verkwikt de rust en is de oefening schadelijk.

XI

Idem de cibus et potibus aliisque rebus, ad victum necessariis sentiendum est.

Hetzelfde geldt voor spijs en drank, en de andere voor het levensonderhoud noodzakelijke dingen.

XII

Hinc patet salubre et insalubre non absolute, sed ad aliquid dici et inepte aliquid (quemadmodum vulgus imperitum solet) simpliciter salutare vel noxium pronunciare.

Hieruit blijkt dat gezond en ongezond geen absolute betekenis bezitten, maar om zo te zeggen, hoe ongerijmd ook (gelijk het grote publiek dat gewoonlijk opvat), zonder meer voordelig of schadelijk beduiden.

XIII

Tenere igitur discrimen rerum, ad victum necessarium, et praecepta de usu earum in genere oportet.

Het past derhalve in het algemeen een onderscheid te maken tussen de dingen die voor de leeftocht onmisbaar zijn, en de regelen van hun gebruik.

XIV

Ea deinde quisque ad suam naturam facile accommodare, et quid sibi maxime salutare sit, iudicare discet.

Eenieder moet ze dus zonder bezwaar naar zijn eigen natuur leren aanpassen, en oordelen wat voor hem voordeligst is.

XV

Quid autem cuique peculiariter competat, non ex libris petendum sed quotidiano rerum usu explorandum et observandum est; sunt enim quaedam sympathiae inter certas res et corpora, quae non nisi experientia explorantur.

Wat dan voor eenieder in het bijzonder past, dient niet in de boeken gezocht, maar moet door het dagelijks gebruik van de dingen geleerd en in acht genomen worden; er bestaan immers verwantschappen tussen sommige dingen en de lichamen, die niet dan uit de ervaring gekend worden.

XVI

Idem testatur Jesus Syracida, cum scribit: mi fili, explora quid corpori tuo sit salubre, et vide ut ne quod noxium est, ei exhibeas: non enim omnia omnibus conducunt.

Hetzelfde getuigt de Ekklesiast wanneer hij schrijft: mijn zoon, onderzoek wat voor uw lichaam heilzaam is, en zie dat gij hem niets toereikt wat nadelig is, want lang niet alles is voor allen geschikt.

XVII

Quod rectius faciet communibus praeceptis instructus et admonitus.

Gevoeglijk zal hij dus handelen, wie in de algemene voorschriften onderricht werd en die ter hart neemt.

XVIII

Igitur doctrina de tuenda sanitate studiosis litterarum non solum utilis, verum etiam ad conservandas vires cognitu necessaria et nullo modo, ut quidam contendunt, superstitiosa est. Imo et ingenio confert. Et recte Cicero scribit, quin etiam cibo quo uteris, interest aliquid ad mentis aciem.

Derhalve is de hygiëne voor de studerenden niet alleen nuttig, ja zij dient noodzakelijkerwijs gekend om de lichaamskrachten gaaf te houden; ze is volstrekt niet met bijgeloof behept zoals sommigen beweren. Ze komt zelfs het verstand ten goede. Met reden schrijft Cicero dat de spijzen die men gebruikt, werkelijk bijdragen tot de helderheid van de geest.

XIX

Summam totius victus Hippocrates brevissime complexus est hoc dicto. Labor, cibus, potus, somnus, Venus, omnia mediocria. Quibus verbis et ordinem et modum rerum ad victum praecipue necessariorum comprehendit.

De som van elke levensnooddrift heeft Hippokrates in dezer voege kort samengevat: werk, spijs, drank, slaap, mingenot, alles met maat. Met die woorden duidt hij ook de volgorde en de gebruikswijze aan van de dingen die voor het levensonderhoud vooral noodzakelijk zijn.

XX

Labor enim cibum antecedere debet (ut idem autor docet) cibus potum, uterque somnum; atque in his omnibus modum servare optimum est.

Het werk moet het eten voorafgaan (zoals dezelfde schrijver leert), het eten het drinken, en beide het slapen; doch in al deze dingen is maathouden best.

XXI

Ut enim sanitas in mediocritate consistat, ita mediocri rerum necessariorum usu conservatur: simile enim simili gaudet et conservatur.

Zoals de gezondheid in het maathouden bestaat, zo wordt zij in stand gehouden door een matig gebruik van de onontbeerlijke dingen: het gelijke houdt van het gelijke en wordt er door beveiligd.

XXII

Excessus vero dictarum rerum vitiosus est, et harmoniam qualitatum corporis (in quibus potissimum sanitas consistit) turbat.

Het teveel van die dingen is verkeerd en stoort de harmonie van de lichaamseigenschappen (waaruit de gezondheid in hoofdzaak bestaat

XXIII

Similiter usus earum intempestivus: omne enim intempestivum molestum naturae est.

Zo is het ook gesteld met het ongelegen gebruik van die dingen, want wat niet op tijd en stond geschiedt, bezwaart de natuur.

XXIV

Hinc extreme calidus vel frigidus aer, aut subita ab altero ad alterum mutatio periculosa est.

Daarom is uiterst warme of uiterst koude lucht gevaarlijk, alsmede het plots overgaan van de ene naar de andere.

XXV

Cibus autem et potus immodice vel intempestive ingestus, morbos excitare solet. Idem Jesus Syracida quoque testatur, nec de nihilo est, quod dicitur, plures perire crapula quam gladio.

Het onmatig of ongelegen gebruik van spijs en drank is vaak oorzaak van ziekte. Dit bevestigt ook de Ekklesiast; het is niet zonder reden, zegt hij, dat er meer lieden sterven door de overdaad dan door het zwaard.

XXVI

Somnus etiam et vigilia immoderata aut intempestiva, noxia sunt.

Ook het onmatig of ontijdig slapen en wakker blijven zijn schadelijk.

XXVII

Motus vehimentior justo, maximum post longam quietem, aut esuriante stomacho, vires dissolvit: post cibum vero aut corpore alioqui impuro, replet membra crudis humoribus, et multorum morborum causa existit.

Heftiger bewegen dan billijk is, vooral na een lange rust of met een hongerige maag, ondermijnt de krachten; na de maaltijd, of wanneer het lichaam in andere opzichten onrein is, vult het de leden op met rauwe vochten en is het de oorzaak van veel ziekten.

XXVIII

Ut autem immodica vel subita repletio laedit, sic nimia vel intempestiva excretio, aut abstinentia noxias infert.

Zoals een onmatige of snelle vulling nadelig is, zo berokkent de overtollige of ontijdige lediging of de ophouding schade.

XXIX

Affectus quoque animi vehementiores vel repentini, sanitatem convellunt. Ira corpus inflammat, terror nervos laedit, timor et moestitia diuturnam melancholi-

Ook heftige of plotselinge gemoedsbewegingen ondermijnen de gezondheid. Toorn prikkelt het lichaam, angst is slecht voor de zenuwen, vrees en droefheid

am pariunt, et, ut Salomon scribit, tristitia exsiccat ossa.

zijn oorzaak van aanslepende zwaarmoedigheid en, zoals Salomon schrijft, verdort het treuren de beenderen.

XXX

Haec omnia brevissime et quasi in summa Hippocrates sequenti aphorismo complexus est. Plurimum atque repente evacuare vel replere, calefacere vel refrigerare, sive quovis alio modo corpus movere periculosum. Quoniam omne nimium est inimicum naturae, sed quod paulatim fit, tutum est, tum alias, tum vero maxime, cum ab altero ad alterum transitus fit.

Dit alles heeft Hippokrates kort en kernachtig met het volgende aforisme uitgedrukt. Veel en snel ontlasten of vullen, verwarmen of afkoelen, of op een andere wijze het lichaam beroeren, is gevaarlijk. Want van elke overdrijving is de natuur afkerig; wat geleidelijk geschiedt, is veilig, vooral wanneer van het ene naar het andere wordt overgegaan.



Het hoofdmotief van deze stellingen is de « mediocritas » in de zuiverste betekenis van het latijnse woord: het juiste midden houden, het maat houden.

Die gematigdheid heeft in de levensbeschouwelijke filozofie van de oudheid, en van daar uit in die van het humanisme, een grote rol gespeeld. Elke pejoratieve zin die het woord in de meeste Europese talen later gekregen heeft, is er vreemd aan. Horatius³ heeft de benijdenswaardige hoedanigheid van de « aurea mediocritas », d.i. van goud te zijn, in een bekende dichtregel bezongen. In de geneeskunde heeft Hippokrates zelf haar in het centrum van zijn systeem geplaatst. Reeds oudere natuurfilozofen⁴ hadden voor haar de naam « harmonie » bedacht, d.i. een samenwerking van alle lichaamskomponenten op een zodanig geordende en aangenaam aandoende wijze, dat daar de meest ideale toestand in vorm en verrichtingen voor de mens uit voortvloeide. Het begrip werd door de Grieken geschapen, naar de biologie overgebracht en op de geneeskunde toegepast. Het heeft bij velen, die van en door de Griekse geneeskunde in de theorie en de praktijk geleefd hebben, eeuwenlang opgeld gedaan.

(3) *Carm.* II, 10,5

(4) F. de Raedemaeker, *De Philosophie der Voorsokratici* 1931, 71.

Door zijn stellingen zo opvallend mogelijk in het licht van de « mediocritas » te plaatsen, heeft Placotomus vooral de aandacht van hen die zich aan de studie (van de letteren) wijden willen gaande maken. Een beroep op het oude begrip kon niet nalaten de belangstelling van de intellectuelen op te wekken ; zo hoopte de auteur iets ten goede voor hun gezondheid te bereiken. Alles blijft evenwel binnen de grenzen van zeer algemene beginselen ; hij hamert onophoudend op dezelfde spijker voort, vermeldt nooit iets anders dan « het juiste maat houden », hij veroordeelt uit kracht van hetzelfde principe elke overdrijving en elke overtolligheid. Al de door hem opgegeven citaten strekken tot hetzelfde doel. Geen spijs, geen drank, geen oefening, geen handeling wordt met naam genoemd, maar altijd en alleen dat éne : alles met maat.

Er zit één syllogisme in die dertig stellingen : om met vrucht te studeren moet men gezond zijn ; gezond zijn is in alles maat houden, dus moet hij die studeert in alles maat houden. Tot zulke abstrakte redenering wordt alleen de intellectueel in staat geacht, een ander moet men praktische zaken wijsmaken, nauwgezette leefregelen, een berekend dieet of een gepaste dagrooster voorschrijven. Niets van dat alles bij Placotomus. Gezonde leden zijn waarborg en voorwaarde van gezonde verrichtingen, het is vanzelfsprekende algemene fysio-patologie, de hygiënische konklusie ligt voor de hand.

Eén diskriminatoire regel wordt onder het oog gezien : elk levend organisme heeft zijn eigen gestel en specifieke saamhorigheid, de rede leert en de ervaring bewijst het. Derhalve moet eenieder met behulp van de rede en van de ervaring uitmaken wat voor hem passend is om gezond te blijven, om zich met vrucht aan de studie te wijden ; eenieder moet zijn natuur aanpassen, moet zoeken wat hij nodig heeft, moet radikaal afwijzen wat schadelijk is. Doch hierin dient weer het principie van de juiste maat hooggehouden te worden.

Door zo pregnant de grondstelling van de mediocritas in zijn dertig temata te verwerken, heeft Placotomus een systeem van hygiënisch behaviourisme ineengezet dat op een humanistische geest een zulkdanige indruk moest maken, dat hij er behagen in vond. Tweemaal werden zij in dezelfde vorm herdrukt⁵ en later op allerlei manieren bijgewerkt⁶ met hetzelfde opzet.

Het is een gelukkig treffen geweest dat Pieter Hasschaerts commentaar op het hygiënische (verzen)-traktaat van Eobanus Hessus met Placotomus' stellingen werd aangevuld. We vermenen dat de

(5) Frankfurt a.M. 1568, Basel 1571.

(6) B.A. Tissot, *De la Santé des Gens de Lettres*, Lausanne 1768 ; B. Ramazzini, *De Morbis Artificum*, Modena 1713.

arts uit Armentières, die in 1568 te Brussel woonde, zijn uitgever heeft overtuigd Placotomus' iets meer dan vijf bladzijden beslaande tekst als een toemaat bij het werk te voegen, en aldus voor zijn verspreiding te zorgen. Het lag helemaal in zijn lijn.

Zonder de wetenschappelijke waarde van Placotomus' dertig stellingen bijzonder hoog te willen aanslaan, mag het niemand ontgaan dat de auteur voor zijn gezondheidsleer geen beroep doet op andere factoren dan diegene die op het tema van de mediocritas berusten; alles wordt van dat motief alleen afhankelijk gemaakt of voert er naar heen. Het is een schrille tegenstelling met Marsilius Ficinus b.v. die in 1470 een traktaatje liet verschijnen⁷ dat hetzelfde doel beoogde en door de *Opera Omnia* van die wijsgeer-dichter in 1566 en 1576 een grote verspreiding kende. Daar wordt de studerenden o.m. aangeraden tot sterrenwichelaars hun toevlucht te nemen om zich in zake gezondheid te laten voorlichten. Hetzelfde doet de Duitse geneesheer Martinus Pansa met zijn *Aureus Libellus de prolonganda Vita*⁸.

Placotomus bekoort door zijn volgehouden logika. Het is geen geringe verdienste en, zoals we reeds zeiden, een uitzondering.

(7) *De Studiosorum sanitate tuenda*, Lugd. 1566.

(8) Leipzig 1616.