

ZDRAVJE IN BOLEZEN V DE ALBERTISOVI KNJIGI O KUGI

Urška ŽELEZNIK

Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče Koper, Inštitut za zgodovinske študije, SI-6000, Caribaldijeva 1
e-mail: urska.zeleznik@zrs.upr.si

IZVLEČEK

Prispevek obravnava medicinski traktat koprskega zdravnika Giovannija de Albertisa o obrambi pred kugo, ki predstavlja bogat vir informacij o poznosrednjeveškem medicinskem univerzumu. Podan je poskus razčlenitve vsebine omenjenega medicinskega priročnika, ki temelji predvsem na opazovanju poznosrednjeveškega koncipiranja telesa, bolezni in zdravja. Avtor traktata se namreč posveča številnim vidikom zdravega načina življenja, ki naj bi proti boleznim, zlasti kugi, deloval preventivno. Izhajajoč iz hipokratsko-galenovske tradicije medicinski priročnik podaja napotke, ki zadevajo prehranjevanje, gibanje, kopanje in druge aktivnosti, preko katerih naj bi si človek zagotovil zdravje ali vsaj zmanjšal možnost obolenja. Poleg postopkov preventive, katerih osnovno vodilo je zmernost, de Albertis navaja tudi nekaj kurativnih praks, vse to pa v prispevku služi za odkrivanje etioloških razlag bolezni in pojmovanja zdravja ob koncu 15. stoletja.

Ključne besede: Giovanni de Albertis, medicinski priročnik, kuga, dietetika, humoralna patologija, pozni srednji vek

SALUTE E MALATTIA NEL LIBRO SULLA PESTILENZA DI DE ALBERTIS

SINTESI

Il contributo prende in esame il trattato di medicina scritto dal medico capodistriano Giovanni de Albertis, dedicato ai metodi di difesa dalla pestilenza e fonte generosa di informazioni sull'universo medico nell'alto Medioevo. Si è cercato di analizzarne il contenuto, fondato essenzialmente sull'osservazione della concezione tardomedioevale del corpo, della malattia e della salute. L'autore del trattato dedica la sua attenzione ai numerosi aspetti che contribuiscono a produrre uno stile di vita sano, quale profilassi contro le malattie e in particolare contro la peste. Ispirandosi alla tradizione ippocratico-galenica, il trattato di medicina fornisce delle indicazioni che riguardano l'alimentazione, il movimento, il bagno ed altre attività che aiuterebbero l'uomo a preservare la propria salute, o almeno ridurrebbero la possibilità di ammalarsi. Oltre ai metodi di prevenzione, fondati sul principio basilare della moderatezza, de Albertis indica anche alcune pratiche curative, delle quali il contributo si serve per rintracciare le spiegazioni eziologiche della malattia e il concetto di salute alla fine del 15. secolo.

Parole chiave: Giovanni de Albertis, prontuari di medicina, pestilenza, dietetica, patologia umorale, tardo Medioevo

UVOD

Kljub temu da medicinski traktat, ki je v drugi polovici 15. stoletja nastal izpod peresa koprškega zdravnika Johanna de Albertisa (imenovanega tudi Giovanni de Albertis ali Giovanni Alberti), predstavlja enega od vsebinsko bogatih poznosrednjeveških oziroma zgodnjerenesančnih medicinskih priročnikov o kugi, je v smislu znanstvene obdelave ostal skorajda nedotaknjen. *De praeservatione corporum a pestilentia*, kakor je poimenovana de Albertisova razprava, sicer od podobnih traktatov svojega časa (ki pa jih v istrskem prostoru lahko preštejemo na prste ene roke) ne odstopa prav posebno, vendar kljub temu ponuja nadvse zanimiv vpogled v "znanstveni", medicinski miselni svet na prehodu iz 15. v 16. stoletje, v katerem se zrcali prepričanje, da je o kugi mogoče podati kar najbolj logično razlago. Ker se de Albertisova razprava loteva najrazličnejših vidikov človeškega telesa, njegovega zdravljenja in skrbi zanj ter načina življenja v zelo širokem smislu, omogoča poskus vsaj delne rekonstrukcije poznosrednjeveškega pogleda na telo kot "mikrokozmos" in tako služi kot izredno bogat zgodovinski vir.

Vznik "medicinskih priročnikov", kakršen je de Albertisov, je pomenil tudi "misliti kugo" kot nekakšen (ne)naraven pojav, hkrati pa jo s pomočjo razumevanja vsaj navidezno obvladati. Tovrstni priročniki so se zelo celovito in z različnih vidikov lotevali bolezni, ki je v preteklosti vzbujala predvsem strah, saj so kugo skušali tako razložiti kot tudi zdraviti, obenem pa človeka obvarovati pred njo. Pojavljanje teh priročnikov, še zlasti po "črni smrti" v 14. stoletju, je bilo manifestacija verjetja, da se je proti kugi možno (uspešno) boriti, odražalo pa je tudi željo po poskusu obvladovanja bolezni, pred katero je človek (posebno z vidika "srednjeveškega fatalizma") nemočen. Obenem je bolezenska etiologija začela izgubljati značaj nadnaravnega ali religioznega, namesto nje pa so se pojavljale razlage epidemij, ki so njihove vzroke iskale v materialnem oz. fizičnem svetu, hkrati pa je pod vplivom renesančne misli potreba po obrambi posameznika in skupnosti pred boleznimi postajala bolj zavestna (Plesničar, 1957, 345).

Pisci medicinske literature tedanjega časa so poznali dve osnovni obliki medicinskih priročnikov o kugi; prvi

so vsebovali navodila za obrambo pred kugo, drugi pa napotke, kako jo zdraviti, čeprav so bili traktati še pogosteje kombinacija obeh (Cohn, 2003, 233). Medicinski priročniki, ki so zajemali tudi traktate o kugi in drugih boleznih, so v času nastajanja prvih evropskih univerz in počasnega razkrajanja sholastičnega nauka pravzaprav sodili v eno od dveh vrst medicinskega slovstva; *consilia* (konziliji) so obravnavali primere iz medicinske prakse, podkrepjene s teoretsko razlago, *regimina sanitatis* pa so bili pravzaprav higienska navodila oziroma zdravstveni predpisi v verzih ali prozi, ki so jih pisci posvečali uglednim ("potencialnim" ali dejanskim) bolnikom, denimo vladarjem ali cerkvenim dostojanstvenikom (Borisov, 1985, 110–111). Po definiciji sodeč priročnik, ki je v tem prispevku predmet obravnave, sodi v drugo kategorijo, kar bo razvidno zlasti iz okoliščin, ki so botrovale njegovemu nastanku.

Te nikakor niso zanemarljive, saj so narekovala predvsem namembnost priročnika in določale njegovega "prejemnika" – pravzaprav zelo ozko ciljno občinstvo. Sprehod po ključnih temah, ki jih bralec sreča v besedilu *De praeservatione...* pa bo poleg tega odlično izhodišče za razvozlanje relacij telo – duh – okolje ter opazovanje človeka (skoraj) kot celote in njegovega odnosa do tega, kar ga obdaja in včasih tudi ogroža.

O DE ALBERTISOVI MEDICINSKI RAZPRAVI

Ozadje

Iz maloštevilne literature,¹ ki se bolj ali manj bežno dotakne de Albertisovega traktata, je mogoče izvedeti predvsem, da se je Johannes (Giovanni) de Albertis rodil v Kopru, verjetno v prvem desetletju 15. stoletja. Izhajal je iz plemiške družine, kar mu je omogočalo ugodno finančno stanje in zato tudi zagotovitev izobrazbe. Mladi Giovanni je namreč kmalu zapustil rodni Koper in se posvetil študiju medicine v Padovi, kjer naj bi kasneje kot rektor tudi nekaj let načeloval univerzi. Nato se je vrnil v Koper, tu pa je več let služboval kot občinski zdravnik, verjetno pa je svojo zdravniško prakso opravljal tudi v drugih krajih beneškega ozemlja. Umrl je leta 1488 v rodnem mestu (gl. Castiglioni, 1924, 17–20; Darovec, 1992, 432). Svojo razpravo o varovanju pred

1 Omembe de Albertisa se v razpoložljivi literaturi pojavljajo večinoma v obliki krajših navedb osnovnih podatkov o avtorjevem življenju (gl. Stancovich, 1971–1974, 410; Darovec, 1992, 432; Borisov, 1977, 146), včasih pa se dotaknejo tudi njegove medicinske razprave o kugi, saj v grobih potezah obnavljajo vsebino traktata (gl. npr. Plesničar, 1957, 347–348). Najcelovitejši pregled njegovega življenja in dela pravzaprav predstavlja kar sama spremna beseda k izdaji transkripcije de Albertisovega traktata (gl. Castiglioni, 1924, 3–30), ki zajema tako njegov življenjepis kot tudi krajši povzetek vsebine njegove medicinske razprave. Ob tem Castiglioni namigne tudi, da traktat ponuja obširen zbir podatkov, v katerem lahko vztrajen raziskovalec najde dovolj informacij za rekonstrukcijo medicinske mentalitete tistega časa (Castiglioni, 1924, 25). Nekaj drobnih (a dovolj relevantnih) omemb de Albertisovega dela pa srečamo celo v delu britanskega zgodovinarja S. K. Cohna (Cohn, 2003), ki med drugim primerja večje število ohranjenih medicinskih traktatov o kugi, v primerjavo pa vključuje tudi nekaj izsekov iz de Albertisove razprave.

kugo je posvetil in podaril vladarju Frideriku III.,² za katerega je želel "sestaviti knjigo, ki bi njegovo [vladarjevo] življenje obvarovala pred tolikšnim zlom". V tistem času je kuga prizadela Dunaj leta 1428, vendar pa ni zanemarljiv niti podatek, da se je Friderik pogosto zadrževal tudi v Trstu, kjer je vzdrževal stike z mnogimi italijanskimi literati in intelektualci. Burckhardt s kančkom ironije omenja, da je cesar hodil "v Italijo na obiske, ki so bili bolj podobni prazniškimi ali počitniškimi potovanjem na račun tistih knezov, kateri so želeli, da jim potrdi njihove pravice, ali pa drugih, ki jim je laskalo, če so mogli na zares razsipen način pogostiti samega cesarja" (Burckhardt, 1956, 19). Friderik je prijateljeval tudi s tedanjim tržaškim škofom Enejem Silvijem Piccolominijem, verjetno pa je de Albertis prav preko slednjega vladarju v dar poslal svoj traktat. Seveda niti Trst in Istra nista bila varna pred kugo, ki je tu izbruhnila tudi leta 1427, 1467 ter nato v letih 1475 in 1478.³ Kakor opozarja Castiglioni, je to poleg drugega pomenilo tudi, da so imeli tukajšnji zdravniki pogosto priložnost od daleč in od blizu opazovati nastop bolezni, njen vpliv na človeka, prenos in širjenje (Castiglioni, 1924, 18).

V Kopru je v 15. stoletju, kolikor je znano, delovalo vsaj osem⁴ "zdravnikov", vendar pa je polarizacija tega poklica na "zdravnike – fizike" na eni in "kirurge" oz. "brivce" na drugi strani prve postavljala više na hierarhični lestvici. V domeni "zdravnikov – fizikov" je bila namreč skrb za bolnike ter običajno tudi sanitarni nadzor, medtem ko so "kirurgi – brivci" opravljali manj "čista", rokodelska opravila, ki so – poleg britja – vključevala tudi manjše operativne posege, seciranje, puščanje krvi ter sodelovanje v sodnomedicinskih praksah, kakor na primer obdukcije žrtev zločinov ali pomoč sodišču v primerih mučenja.⁵ De Albertis je torej opravljal uglednejšo funkcijo šolanega zdravnika in obenem medicinskega "teoretika". Njegov traktat o kugi je napisan v akademski latinščini z dokaj bogatim besedjem, okrašen pa je z miniaturnimi, kar že na prvi pogled daje slutiti, da ni bil namenjen "preprostim uporabnikom" (ki pa bi ga zaradi oteženih možnosti umika pred boleznijo celo veliko bolj potrebovali), temveč primarno vladarjevi osebni rabi, kar je potrebno upoštevati. Kljub temu pa bo v nadaljevanju osrednja pozornost name-

njena sami vsebini de Albertisovega medicinskega traktata, sistematično razdeljenega na zaokrožena poglavja.

Struktura in vsebina priročnika

Vsebina priročnika, razdeljena na tematske sklope, se začne z razpravo o dobrodejnosti zraka oziroma njegovemu učinkovanju na telo (*de juvamento aeris ad corpora nostra et eius bonitate et malitia de intentione*),



Sl. 1: Naslovna stran de Albertisovega medicinskega traktata (vir: Kramar, 1995).

Fig. 1: Title page of de Alberti's medical handbook (source: Kramar, 1995).

2 Friderik III. Habsburški (1415–1493), med letoma 1435 in 1440 vojvoda Avstrije, Štajerske, Koroške in Kranjske, nato pa izvoljen za naslednika nemškega kralja Alberta II. ter leta 1452 v Rimu okronan za cesarja Svetega rimskega cesarstva nemške narodnosti. Ukvarjal naj bi se tudi z astrologijo in botaniko, čast pa so mu posredno, tudi preko darov, izkazovali tako italijanski literati in pisci kot tudi koprski humanisti (Castiglioni, 1924, 19–21).

3 Koper so epidemije kuge v 15. stoletju prizadele v letih 1457, 1465, 1468 in 1478 (Schiauvuzzi, 1912, 264–268).

4 Okrog leta 1426 je tu deloval kirurg Bonajunta, 1430 kirurg – brivec Giovanni Nuzio / Muzio iz Udin, 1445 kirurg za sodnomedicinske primere Giovanni fu Ambrogio, 1450 Filippo Muzio, 1461 znani koprski zdravnik Panfilo Castaldi da Feltre, nato do leta 1471 Antonio Pianella, ki ga je nasledil Giovanni de Albertis, po njegovi smrti pa je okrog leta 1498 medicinsko prakso v Kopru opravljal Luigi Carreiro (Schiauvuzzi, 1892, 370–371).

5 To je bil tudi razlog, da je beneška oblast izvajala strog nadzor nad dejavnostjo zdravnikov in zahtevala korektnost njihovega delovanja; omejila je njihov "mandat" na eno leto, pogosto pa je v mesta pošiljala tuje zdravnike (Lipovec Čebren, 2003, 51).



Sl. 2: Kužni bolniki z značilnimi simptomi na okončinah. Votivna podoba iz Basla s preloma 15./16. stoletja (vir: Borisov, 1985).

Fig. 2: Patients infected with the plague exhibiting typical symptoms on their extremities. A votive image from the turn of the 15th and 16th century (source: Borisov, 1985).

sledijo – zlasti s slabim zrakom povezani – vzroki kuge (*de causis pestilentiae et febris pestilentialis, principaliter ex corruptione aeris*), opis nastanka kužne mrzlice⁶ (*de*

modo generationis febris pestilentialis), nato pa avtor traktata razlaga, v katerem času je verjetneje, da kuga nastopi (*in quo tempore magis accidit pestilentia*), podaja definicijo bolezni ter razpravlja o tem, čigava oziroma kakšna telesa so v slučaju kuge bolj ogrožena (*de quibus corporibus magis nocere potest*) ter pri kateri starosti je bolezen nevarnejša, nato pa se posveti znakom bolezni nasploh (*de signis pestilentiae*) ter tudi njenim "skritim" znakom (*signa occulta*), potem pa preide h ključni sestavini tovrstnih priročnikov, ki jo zaobjema izraz *regimen* (režim).⁷ Gre za razpravo, ki združuje navodila in napotke, kako naj človek poskrbi za svoje zdravje (ga ohranja in/ali pridobi), tako s pomočjo pravilne prehrane (o tem govori o poglavju *de cibis*), pijače (*de potu*), pravilne količine gibanja in oddiha (*de motu et quiete*) ter spanja in bedenja (*de somno et vigilia*), pravega razmerja med lakoto in sitostjo (*de inanitione et repletione*), nato o primernih "strasteh" in emocijah (*de accidentibus animae*), zmernosti spolnega občevanja (*de coitu*), pravilni rabi kopeli (*de balneatione*) in otiranja (*de fricatione*), od koder preide k razpravi o zdravilih, namenjenih zaužitju ter določenih pijačah in sirupih. Temu so dodani tudi številni recepti in navodila za njihovo pripravo, pa tudi nasveti za izdelavo "pripomočkov", namenjenih zlasti odišavljenju oziroma preprečevanju "kužnega smradu". Sledijo poglavja o zdravljenju bolezni s pomočjo medicinskih postopkov in tudi zdravil, nazadnje pa se zvrstijo še opis bivališča obolelih za kugo (*de mansione infirmorum*) ter nekaj drugih napotkov in receptov za ukrepanje v primeru bolezni, na primer izdelava obližev za "črne lise" (tj. temno obarvane vnete dele kože), mazila za brazgotine ter napotek za zdravljenje "smrtonosnih (gnojnih) mehurjev – karbunklov" (*carbonculi mortificativum*). Na tem mestu – zadnjemu delu kodeksa, ki vsebuje pretežno recepte – sicer pozornost ne bo posvečena, pač pa bodo predmet razprave predvsem napotki, ki narekujejo človekov način (zdravega) življenja v precej širokem smislu, kar lahko marsikaj pove tudi o koncipiranju zdravja in bolezni iz srede 15. stoletja.

Ob navedenem vsekakor ne moremo mimo ključnih intelektualnih avtoritet, ki so bile v času de Albertisovega pisanja še trdno zakoreninjene v miselnih tokovih tedanje medicine, saj so prav te pomenile podstat in

6 Na nekaterih mestih pisec traktata pušča bralca v negotovosti, ali je res govora (samo) o kugi; izraz *pestilentia* je bil namreč dolgo splošna oznaka za različne epidemične bolezni (gl. npr. Cohn, 2003, 135; Borisov, 1985, 120). Pri definiciji kužne bolezni (*morbis pestilentialis*) namreč navaja, da "kužni zrak" povzroča številne bolezni, na primer pet vrst mrzlice, pet skupin nekakšnih turov, pet vrst grižavosti, razjede črevesja ter izpuščaje, kar nedvomno kaže na širok spekter bolezni. Kljub temu pa se skozi razpravo vendarle osredotoči na kugo, kar je razvidno iz opisa simptomov, njenega širjenja idr.

7 Izraz *režim* je uporabljen v smislu predpisanega načina hranjenja in načina življenja, saj je prevod "dieta" preozek. Gre namreč za "obvladovanje telesa" (in tudi "duha"), poleg dietetike pa obsega tudi splošnejša navodila o (pravilnem) načinu življenja, ki vodi do zdravja. Lahko bi govorili o higienskih in dietetičnih napotkih v najširšem smislu, saj gre torej za higieno kot nauk o življenjskih pogojih, ki vplivajo na zdravje, in o ukrepih za ohranitev zdravja oziroma za dietetiko (gl. DeHart, 1999, 365) kot znanje o tem, kako uravnnavati vsakdanje življenje, zlasti ravnovesje prehrane, aktivnosti in počitka.

temelj, na katerem so se gradile medicinske razprave.⁸ Že v zadnjem desetletju 15. stoletja pa naj bi se v evropskem intelektualnem svetu začel upad avtoritete arabskih avtorjev ali vsaj njihovo degradiranje v primerjavi z grško-rimskimi, med slednjimi pa se je pozornost preusmerila od dolgo oboževanega Galena⁹ k Hipokratovim razpravam, saj prvi ni imel veliko prispevati k boleznim, kot sta kuga in sifilis. Poleg tega so poznosrednjeveški, še zlasti pa novoveški humanistični avtorji – od prvotne nekritične recepcije antičnih tekstov ter zgolj njihovega prevajanja – prešli k interpretaciji, obenem pa so se začeli vse bolj opirati tudi na nove pristope svojih sodobnikov (Mikkeli, 1999, 25–27).

Johannes (Giovanni) de Albertis se je v svoji razpravi odkrito opiral na grške, rimske in arabske pisce, zlasti na Hipokrata, Galena, Avicenne, pa tudi na Rhazesa, Averroesa idr.¹⁰ Posebno obravnavo bi ob tem zahtevalo vprašanje vpenjanja antičnih medicinskih razprav v poznosrednjeveški kontekst in njihova prilagoditev novemu časovnemu, prostorskemu, miselnemu okviru, vendar pa se ji bomo tu izognili. Prav tako na tem mestu ni namen razpravljati o avtorjevem posnemanju, povzemanju ali interpretacijah omenjenih tradicij,¹¹ dotakniti pa se jih vendarle moramo zlasti zaradi razumevanja osnovnih potez, ki se zarisujejo tudi v de Albertisovemu načinu pojmovanja bolezni, zdravja ter človeka in njegovega telesa. Tu gre omeniti predvsem hipokratski sestav štirih temeljnih elementov (ognja, vode, zemlje in zraka) ter štirih lastnosti (vroče, mrzlo, mokro in suho), prav tako pa tudi iz tega izvirajočo delitev na temeljne telesne sokove (kri, sluz ter rumeni in črni žolč), katerih razmerje naj bi pogojevalo zdravje oziroma njegovo odsotnost ("humoralna patologija"). Opozicionalnost telesnih tekočin, katerih neravnovesje je nenehno predstavljalo grožnjo telesu, pa naj bi obenem implicirala ambivalentnost sil znotraj telesa, ki so bile enkrat benigne, drugič maligne. Harmonija telesnih tekočin in njihovo ravnovesje sta po tem pojmovanju namreč tista, ki telesu omogočata zdravje. Dinamični procesi, povezani s telesnimi tekočinami, ki so se dogajali v telesu, pa

so obenem predstavljali racionalni temelj za bolezen in patologijo. Nevidna notranjost telesa je bila zaradi odsotnosti neposrednega (anatomskega) opazovanja pravzaprav le "teoretični" prostor, nekakšen oder, na katerem so potekali fiziološki in humoralni procesi (DeHart, 1999, 368–369).

Galen je Hipokratove razlage razvil še nekoliko dlje, ko je izpostavil jasnejše relacije med omenjenimi shemami, poleg tega pa je telesnim tekočinam pridal še intelektualno oziroma emocionalno komponento. V srednjeveških razpravah, ki so se opirale na teorijo Galena in Avicenne, se je poleg teh osnovnih struktur, ki omogočajo kombiniranje, oblikovala tudi nekakšna tripartitna shema. Ta je dejavnike, ki vplivajo na zdravje oziroma bolezen, ločevala na "naravne", "nenaravne" in "protinaravne".¹²

Naravne reči (*res naturalia*) so pri tem tiste, ki tvorijo osnovno sestavo človeškega telesa, torej življenjsko pomembni dejavniki, zmožnosti in aktivnosti zdravega organizma. Poleg omenjenih, v pare urejenih binarnih opozicij (temeljni elementi, telesne tekočine, ...), so to tudi ključni organi (srce, možgani, jetra), duh (naraven, vitalen, živalski) ter delovanje telesa (lakota, prebava, izločanje in zadrževanje) (Mikkeli, 1999, 16). Omenjena delitev (ki elemente hkrati hierarhizira) je prisotna tudi v de Albertisovi *De praeservatione...*, ki omenja "*sex rerum non naturalium*", med katere uvršča zrak, hrano in pijačo, spanje in bedenje, gibanje in počitek, prebavo (*inanitio et repletio*) ter strasti oz. emocije (*accidentia animae*), k seznamu pa pripiše še "dodatke" ne-naravnim rečem, kamor uvršča spolnost ter kopanje in otiranje. "Nenaravne reči" so namreč tiste, ki so zmožne sprožiti spreminjanje in predrugačenje naravnega sestava in funkcij ter tako ustvarjajo bodisi zdravje ali bolezensko stanje (Mikkeli, 1999, 16) oziroma se v splošnem vežejo na "okolje" (Turner, 1996, 205). Izraz sam torej eksplisitno nakazuje, da gre za nekaj, kar ni urejeno "po naravi", temveč ima nanj vpliv človek (Mikkeli, 1999, 20). Čeprav se pri različnih avtorjih pojavljajo tudi različne variacije¹³ seznama "nenaravnosti", se de Albertis

8 Potrebno pa je ločevati med akademsko in "popularno" (poljudno) medicinsko tradicijo; priročniki naj bi sodili k slednji, vendar pa Mikkeli (1999, 89) ugotavlja, da sta obe sledili ključnim principom galenovske teorije. Poleg tega je za angleške pisce 16. stoletja veljalo, da navadno niso bili poklicni zdravniki, temveč le teoretiki, česar pa za de Albertisa ne moremo trditi, saj Castiglioni (1924, 19) poroča tudi o njegovem izvajanju zdravniške prakse.

9 Galenovska doktrina je vrh svoje moči v smislu medicinske avtoritete dosegla prav v 15. in 16. stoletju (Grmek, 1996, 260).

10 Nedvomno je de Albertis dela teh piscev spoznal na študiju v Padovi, saj so univerzitetni kurikulumi (denimo v Bologni na začetku 15. stoletja) zahtevali teoretično poznavanje del Avicenne, Galena, Hipokrata in Averroesa.

11 Praktično nemogoče je slediti tokovom medsebojnih vplivov med pisci na tem področju, saj so bile smeri kroženja znanja vse preveč prepredene, še najpogosteje pa so se zdravniki – teoretiki neposredno sklicevali na izvorna dela antičnih in zgodnesrednjeveških piscev.

12 Stvari "contra naturam" nekateri avtorji prevajajo s "contra-naturals" (gl. Mikkeli, 1999), drugi s "preternaturals" (prim. Turner, 1996; French, 2003), pri čemer slednje pomeni nadnaravno, vendar pa v tem primeru nima teološke, religiozne ali magijske konotacije, zato se prvi prevod morda zdi nekoliko bolj smiseln.

13 Spolna združitev je denimo pri nekaterih avtorjih uvrščena h gibanju, pri drugih pa je razumljena kot tip izločanja (prav tako tudi kopanje), po tretjih pa sodi med "*accidentia animae*" (Mikkeli, 1999, 57). V tem smislu so omenjene različice lahko tudi zelo zgovorne.

posluhuje klasične delitve, v katero vključi še omenjene dodatne "nenaravne" elemente, ki pa jih obravnava v enaki meri kot druge.

Ključne lastnosti, povezane z nenaravnim, so pravzaprav naslednje: prvič, za ohranjanje zdravja je po tej teoriji nujno potreben primeren nadzor nad temi šestimi rečmi; drugič, te so razumljene kot nekaj, kar obstaja izven¹⁴ telesa; in tretjič, njihovo število je omejeno, običajno prav na šest.¹⁵ Nadzor je torej mogoče opravljati zlasti z načinom njihovega "upravljanja", kar je tudi glavni predmet tovrstnih razprav; glede na način življenja, ki ga posameznik izbere, pa lahko bodisi škodijo, pomagajo ali pa nanj sploh ne vplivajo. Tudi branje de Albertisovega besedila namiguje, da je za svoje zdravje odgovoren vsak posameznik, saj s svojim ravnanjem oziroma načinom življenja ustvarja ali ruši "ravnovesje snovi"¹⁶ v svojem telesu. Poleg tega je individualna nota prisotna tudi pri galenovskih značajskih tipih, saj naj bi se ravnovesje telesnih sokov ter posledično prevladujoči značaj (kolerični, melanholični, ...) pri ljudeh razlikovala. Nenezadnje velja omeniti tudi, da je imelo teh šest nenaravnih reči pravzaprav dvojno vlogo; na eni strani preventivno, na drugi pa terapevtsko oziroma kurativno (Mikkeli, 1999, 17–20).¹⁷

Ostaja torej še kategorija "protinaravnih" reči (*res contra naturam*), ki vključuje bolezni, njihove vzroke in simptome. Bolezensko stanje je torej nasprotno naravi – Mikkeli dodaja, da je govora o bolezni kot "motnji", ki pa jo je mogoče pozdraviti prav z njenim nasprotjem, z naravo samo (Mikkeli, 1999, 17; gl. tudi Turner, 1996, 205), hkrati pa tovrstno pojmovanje bolezni implicira človekovo sposobnost, da si s "pravilnim" ravnanjem zagotovi zdravje (Mikkeli, 1999, 17). To je pravzaprav tisti *režim*, o katerem govorijo de Albertis in pisci podobnih priročnikov in ki ne zajema le "obvladovanja telesa"¹⁸ s pomočjo ustrezne diete, temveč tudi s pomočjo regulacije širšega človekovega vedenja, pa tudi "upravljanje duha". Vse je namreč odvisno, pravi de Albertis, prav od pravilne rabe šestih nenaravnih reči ter njihovih "dodatkov", pri katerih pa ljudje pogosto na različne načine "grešijo".¹⁹ Zdravstvena priporočila oziroma pravila zdravega življenja, ki so jih vključevali higienski priročniki, so odsevala močno prisotnost srednjeveške dietetike in njenih prizadevanj tako v znan-

stvenem kot praktičnem, didaktičnem smislu. Seveda tudi de Albertisova medicinska razprava odraža omenjene tendence, saj zajema tedanja načela higijene v smislu nauka o – za zdravje ugodnih – življenjskih pogojih ter ukrepah za ohranitev zdravja.

Mogoče je torej razbrati, da človek po eni strani s svojim načinom življenja do določene mere vpliva na zdravje, po drugi pa je njegova dovzetnost za bolezen odvisna tudi od njegovih ("vrojenih") telesnih lastnosti. Telesa, ki jih kuga po njegovem mnenju prej prizadane, so namreč tista, ki se ne držijo pravil "primerne življenja" (zmerne prehrane, dela ipd.), po drugi strani pa tudi tista telesa, ki ne premorejo "pravilnega" sorazmerja med štirimi temeljnimi lastnostmi (so npr. preveč vlažna in topla).

SESTAVINE (NE)ZDRAVEGA ŽIVLJENJA IN PREVENTIVA

Zrak

Naravno, nenaravno in protinaravno niso le lastnosti človeškega telesa samega, temveč tudi tega, kar počne, in tega, kar ga obdaja. De Albertis meni, da se zlasti v zraku (ki sodi med *non naturalia*) lahko dogajajo različne spremembe; naravne spremembe ustrezajo letnim časom, nenaravne povzročijo vpliv nebesnih teles (prim. Plesničar, 1957, 347), spremembe proti naravi (neravnovesje med vlažnim, suhim oziroma toplim in hladnim) pa so tiste, ki privedejo do razkrajanja, trohnjenja oz. gnitja (*putrefactio*), povezanega s kugo. Spremenjen, modificiran zrak, ki prehaja v telo, pa tudi neposredno učinkuje nanj, saj s svojo neugodno sestavo razkraja telesne sokove, po zdravnikovih besedah še zlasti tiste okrog srca. Takšno razumevanje učinkovanja zraka (teorija miazme), še zlasti pa predstava o tem, da je človeško telo prepustno oziroma v veliki meri odprto za zunanje vplive, je bilo prisotno tudi kasneje, v 16. in 17. stoletju, ko je – zavoljo zdravja – še vedno veljal "ideal zaprtosti" telesa, varnega pred kužnim zrakom in vdori nevarnih zunanjih snovi skozi telesne odprtine (Vigarello, 1999, 14–15).

"Slab zrak", kakor ga razumejo de Albertis in pisci medicinskih priročnikov, bi lahko označili kot zrak, v

14 V nasprotju z naravnimi rečmi, za katere je veljalo prepričanje, da so znotraj telesa (Mikkeli, 1999, 20).

15 Čeprav se je ta omejitev na šest in dokončen seznam uveljavil šele pozneje in se pri Galenu še ne pojavlja (Mikkeli, 1999, 17).

16 Uravnoveženost elementarnih tekočin po humoralni teoriji in hkrati harmonija med redom mikro- in makrokozmosa je navadno izražena kot numerična harmonija (DeHart, 1999, 360).

17 Kasneje, v 16. stoletju se začne jasneje opredeljevati tudi medicina kot veda, ki se deli na več podpodročij, med katerimi se z naravnimi rečmi ukvarja fiziologija, z nenaravnimi higijena, protinaravne pa so vključene v etiologijo, katere del je tudi terapevtika (Mikkeli, 1999, 35).

18 V besedilih, ki se ukvarjajo z zdravjem in boleznijo, je tako ves čas mogoče slediti niti stalno prisotne dihotomije med preventivo in kurativo kot nalogama medicine (Mikkeli, 1999, 46), zato je zanimivo opazovati tudi razmerje med njima.

19 "[...] *indebita administratio sex rerum non naturalium et eis annexarum, in quarum usu homines diversimode peccant*" (v: Castiglioni, 1924, 36).

katerem se dogajajo nenadne (denimo temperaturne) spremembe, zlasti pa je to tak zrak, ki je nasproten "pravi mešanici" toplega, hladnega, suhega in vlažnega oziroma v katerem ena od teh lastnosti odločno prevladuje. De Albertis poleg tega zrak opisuje kot sestavni element človeškega telesa in "duha", celo kot nekakšen dejavni element, ki lahko izboljša stanje znotraj telesa.²⁰ Podobno je veliko renesančnih avtorjev verjelo, da zrak z vstopom v telo postane del njega in ga lahko tudi spreminja (Mikkeli, 1999, 59). Zelo pomembna pri tem pa je, meni de Albertis, usklajenost zunanje zraka in "vrojenih duhov" (*spiriti*).²¹

Človek naj bi se za izbiro boljšega zraka trudil tudi sam; zdravnik zlasti močno odsvetuje izpostavljanje pretirano toplemu in vlažnemu zraku. Strah je vladal predvsem pred slednjim; vlaga, ki se je ustvarjala navadno ob stoječi vodi, zlasti močvirjih, je v besedilih pogosto celo neposredno povezana s kužnim zrakom.

Tudi de Albertis med drugim opozarja, da se je potrebno izogibati "nemirnega" in vlažnega zraka in izbirati "odprt" zrak (tj. biti zunaj, na prostem) oziroma zrak dobre sestave in s čim manj "tujimi" primesmi.²²

O pomembnosti ("dobrega") zraka pa pišejo tudi mnogi kronisti, ki so se v svojih besedilih dotaknili Istre, ki naj bi še v začetku 14. stoletja slovela po svoji zdravilnosti. Vendar pa so se že v naslednjem stoletju tudi okrog Kopra začela nevarno širiti močvirja, iz katerih je močno zaudarjalo (Schiavuzzi, 1892, 361), kronisti pa so tedaj poročali o smrdljivem, "slabem" (torej "zdravju škodljivem") zraku tega območja. Zveza med smrdljivim in kužnim zrakom je na primer prisotna v zapisih škofa Naldinija iz leta 1700, ki meni, da je kuga v Kopru 1511. leta "izbruhnila zaradi izkopov v bližnjih morskih plitvinah na južni strani mesta". Šlo je za čiščenje morskega dna z izkopavanjem blata, s katerim "so galejam in čolnom zelo olajšali dostop do Levjega gradu. Vendar so neprijetni hlapi, ki so se dvigali iz gnilega blata, postali kužni. Nova postelja, ki so jo pripravili za morje, je mestu prinesla mrliška nosila, iz ostudne umazanije pa se je rodilo pretresljivo žalovanje," zaključuje Naldini (v: Darovec, 2001, 146–147).

V svojem delu pa Pietro Coppo o istrskih krajih že leta 1529 piše: "Tukajšnji zrak ni posebno zdrav; pravzaprav je bolj slab ob vsej morski obali, od Savudrijskega rta tja do Raše, stopnja škodljivosti zraka pa niha glede na lego posameznih krajev. Strabon meni, da so tega krivi nezdravi vetrovi, vzhodnik, jugo in jugozahodnik, ki pihajo ob obali, in obrežje samo, ki je iz žive skale, na kateri se zadržuje morska voda oziroma deževnica; ta se kviri, na soncu izhlapeva, vetrovi pa s temi hlapi kužijo zrak. Više ležeči kraji, ki temu niso izpostavljeni, so zato bolj zdravi" (v: Darovec, 1999, 52). Kjer se je naselil tak "slab", kužen zrak, pa tudi po de Albertisovih besedah ni dobro živeti, zato *sub silentio* (torej potihoma, da ne bi povzročal dodatnega vznemirjenja) priporoča beg iz krajev, ki jih je dosegla kuga, saj edino to lahko predstavlja gotovo rešitev pred "zlom".²³

Če "izbira" okolja s "čistim" in svežim zrakom ni možna, je le-tega mogoče tudi "očistiti". Z izboljševanjem "slabega" zraka je tesno povezano zlasti odišavljanje prostora, ki nima le funkcije prekrivanja, temveč tudi vlogo prečiščevanja (prim. Vigarello, 1999, 110).²⁴ De Albertis svetuje zažiganje brinovega ali cipresovega lesa, priporoča pa tudi prezračevanje, zlasti takrat, ko piha severnik (razen če se kužni zrak ni že preveč razširil), saj slednjemu pripisuje celo moč odpravljanja kuge. Ob boleznih je torej nenehno v igri "gnijoč zadah" (miazma), ki ga je potrebno odpraviti, smrdljiv zrak, ki mora biti "prečiščen". V ta namen na več mestih svetuje fumigacijo, prekajevanje (tako prostora kot tudi bolnikov) ter podaja seznam rastlin in snovi, ki jih je mogoče v ta namen uporabiti (med drugim so to žafran, lavdanum, indijsko dišeče grmičje, ambra, kolmež, brin, lovor, mira, kafra, skorja ebenovine itd.). Množica (tudi eksotičnih) začimb, dišav in dišavnice daje slutiti, da so navodila za omenjene postopke namenjena tistim, ki so imeli do njih dostop. To se dejansko izkaže tudi v kratkem poglavju z naslovom *Pauperes autem odorari possunt. Pro hiis, qui sunt medicres, fiat hoc opus...* (v: Castiglioni, 1924, 58), kjer avtor podaja kratek recept, prilagojen za nižje sloje; tem

20 "Aer est elementum nostrorum corporum et spirituum et praeter hoc, quod elementum nostrorum corporum et spirituum, est etiam emanatio nostris adveniens spiritibus, et est causa meliorationis eorum non tantum sicut elementum, sed etiam sicut faciens scilicet temperans" (v: Castiglioni, 1924, 32).

21 Dodaja, da pojma *spiritus* nikakor ne gre enačiti s tem, kar filozofi imenujejo "duša" (*anima*) (v: Castiglioni, 1924, 32), vendar podrobnejše razlage "duha" ne poda. Izhajajoč iz galenovske tradicije pa je mogoče sklepati, da gre za "dih" kot vir življenja, bodisi tisti "vitalni", povezan s srcem (ki naj bi uravnaval kri in telesno temperaturo), ali "naravni", povezan z jetri (ki naj bi deloval na hranjenje in metabolizem).

22 "Eligatur aer bonae substantiae, cui non admiscetur ex fumis res extranea mala et sit constrictus intus parietes et non discopertus [...]" (v: Castiglioni, 1924, 39).

23 "Et notandum [...] quod relinquere civitates et loca, in quibus pestilentia regnat et transferre se ad loca sana in quibus pestilentia non est nec futura, optimum remedium [...] Et iste est bonus modus eligendi aerem bonum et fugendi malum" (v: Castiglioni, 1924, 41). Tak nasvet pa ni bil osamljen primer (prim. Cohn, 2003, 118).

24 Vigarello ta pojav sicer povezuje še s parfumom 17. stoletja, seveda pa je bila tedaj teorija miazme oziroma prepričanje, da je smrdljiv zrak tudi kužni zrak, še močno prisotna (prim. Cipolla, 1989).

svetuje rabo nageljna, smole, cimeta, sandalovine, mahu, aloje, zlasti pa česna.

Podobno kot ogenj ali vonj (dišeč dim) pa v tem medicinskem univerzumu prečiščevalno deluje tudi voda. Avtor večkrat omenja močenje z rožno vodo (ali kisom), obenem pa je iz njegovih besed razvidno, da naj bi tovrstno "čiščenje" prostora oziroma zunanosti telesa neposredno učinkovalo tudi na notranje organe. Hkrati naj bi omenjene metode delovale tudi kot zaščita, saj pravi, da je pred odhodom od doma potrebno nekaj časa stati ob ognju ali si obraz in roke umiti (omočiti) s posebej pripravljeno vodo.²⁵

Hrana in pijača

Drugi "nenaravni" element predstavlja par, ki ga tvorita hrana in pijača; de Albertis ju obdela ločeno, saj se posveti posameznim živilom, ki bodisi ugodno ali neugodno učinkujejo na zdravje. Pri poglavju o hrani se odpira pogled v delček tedanjega "prehranjevalnega univerzuma", ki pa je vse preveč kompleksen, da bi ga bilo mogoče zajeti v nekaj stavkih. Poleg tega je ob golih navedbah hrane potrebno upoštevati tudi celoten družbeni, gospodarski, politični in kulturni kontekst, s katerim so bili prehranjevalni vzorci pogojeni. To bi seveda zahtevalo posebno razpravo, zato bo na tem mestu hrana opazovana bolj skozi njeno razmerje do zdravja.

Lahko bi povzeli, da je de Albertisov ključni napotek pri prehranjevanju ta, naj se človek drži zmernosti, posebno pri živilih, ki so teže prebavljiva²⁶ (npr. opresni oziroma nekvašen kruh – *panis azimus*), mastna (denimo sir, maslo, salame, ...) ali pretopla. Bolje je namreč po njegovem mnenju uživati hrano, ki je mrzla in suha (omenja proso, za katerega meni, da preprečuje gnilobo),²⁷ ter jesti le takrat, ko se pojavi lakota. Zmernost, tako v kvaliteti kot v kvantiteti pa naj bi bila na impliciten način tudi širše vprašanje "družbenega in političnega nadzora, ki bi zagotovil in ohranjal obstoječo institucionalno ureditev in skrbel, da določene zadržne in poklicne skupine ne bi dobile prevelikega ugleda in ogrozile obstoječega ravnovesja" (Montanari, 1998, 111).

Retorika "dietne" prehrane kot temelj higienskih razprav namreč ni govorila le o potrebi po očiščenju, temveč tudi po nadziranju; "treba je bilo nadzorovati

hrano, kajti od nje je bilo odvisno vse, kar zadeva telo. Njena sestava je določala telesne sokove in njihove lastnosti in s tem tisto, kar je zdravo" (Vigarello, 1999, 55). Temo (družbenega) nadzora nad telesnimi funkcijami, kakršna je hranjenje, je mogoče delno navezati tudi na proces "sekularizacije" telesa, značilnega za renesanso, oziroma na spreminjanje odnosa do telesa, na katerega ni več vezana asketska ideja o telesu kot "sovražniku", temveč se krepi njeno nasprotje – renesančna nocija lepega, dobrega, osebnega, "privatnega" telesa (Synnott, 1993, 18–19), ki si, mimogrede, zasluži tudi skrb in ne le kaznovanja. Morda pa gre zgoraj omenjeno težnjo po nadzoru telesa iskati tudi v zavestnem hotenju po postavljanju jasnih distinkcij med naravo (telesnimi funkcijami) in kulturo (človeškim oziroma družbenim vplivom na njihov potek), pri čemer se na hierarhični lestvici vse bolj krepi vrednost kulture.

Če se vrnemo k rabi hrane, ki jo navaja de Albertis, opazimo, da na več mestih svetuje rabo kisa oziroma uživanje kisle hrane, kar je mogoče razlagati z dobrodejnimi lastnostmi, ki so jih pripisovali kisu (osvežilnost, preprečevanje "gnilobe"; prim. Vigarello, 1999, 110). Nekatera druga živila so v razpravi prepovedana ali odsvetovana brez dodatnega pojasnila,²⁸ iz česar je mogoče sklepati, da so v tedanjih kolektivnih predstavah in prehranjevalnih kodih že imela določeno mesto, morda celo tabuizirano vlogo ali status nečistega, vsekakor pa določene družbene pomene, ki so bili tedanjemu bralcu znani.

Avtor poleg tega omenja, da se opušča meso, ki je prešlo v splošno rabo, npr. svinina, govedina, gosje, golobje meso, ovčetina ter tudi meso gozdnih živali (zajci in vodne ptice); slednjega naj bi se tako uživalo manj kakor mesa domačih živali. Kot kaže, v de Albertisovem času in okolju še ni prišlo do spremembe, ki se je zgodila drugod po Evropi in se je manifestirala v medicinskih nasvetih, ki so izražali nezaupanje do hlevskih živali in svetovali uživanje divjadi, ki pa so si jo – zaradi (ne)pravice do lova – lahko privoščili le redki (Montanari, 1998, 105).

Iz naštetega bi bilo mogoče sklepati, da gre za sestavni del prehrane višjega sloja, posebno zato, ker vključuje predvsem meso (ki je dolgo veljalo za statusni simbol) oziroma celo meso "višje rangiranih" živali, kakršne so ptice. Ptice naj bi bile namreč zaradi bližine

25 Zlasti tisti, ki so prišli v stik z bolniki, so morali poskrbeti za zaščito lastnega zdravja; pred okužbo naj bi jih prav tako varovale dišave. De Albertis pa omenja tudi, da je vselej pametno imeti pri sebi terjak (*tiriaca*). Šlo je za nekakšno splošno protikužno zdravilo, ki je izviralo že iz antike, v srednjem in novem veku pa je zanj obstajala množica receptov. Terjak je veljal tudi za panacejo, univerzalno zdravilo, saj se je oznaka oprijela številnih zdravilnih sredstev za razne bolezni, okužbe, zastrupitve ipd. (gl. Pertl, 1986, 52; Borisov, 1985, 117 in 406).

26 Taka hrana naj bi se bolj podala podeželanom oziroma kmetom, ne pa občutljivi plemiški prebavi (Montanari, 1998, 117).

27 "*Milium et panicum cum sit frigidae et siccae complexionis, satis bene concidi possunt, quoniam recte contradicunt causis putrefactionis*" (v: Castiglioni, 1924, 42).

28 Med pticami so na primer med nezdravo prehrano navedeni mladiči poljske jerebice in čopastega škranca, med živalmi, ki živijo "na tleh", pa meso volov, dojenih živali in telice.

nebu "na vrhu lestvice živalskega sveta" in so zato (po analogiji med naravo in človeško družbo) veljale za prefinjeno – plemiško – hrano (gl. Montanari, 1998, 119–120). Morda pa ni zanemarljivo niti "načelo bližine", ki ga je predlagal R. Bulmer in temelji na oddaljenosti živali (npr. ptic) od človeških bivališč oziroma njihovemu stiku z le-temi. Pri tem je seveda ključna predpostavka, da "vsaka skupnost skonstruira svoje naravne vrste ptic, ki temeljijo na uporabnosti in na oddaljenosti od človeških bivališč" (gl. Douglas, 1999b, 151–154).

Sicer pa naj bi meso že sredi 14. stoletja začelo izgubljeni status "elitnega" živila,²⁹ saj se je njegova poraba precej razširila (gl. Montanari, 1998, 101). Iz podatkov o gibanju cen v severozahodni Istri bi lahko celo sklepali, da sta se ceni mesa (junetine) in kruha od prve polovice 14. stoletja (ko je bila v Kopru cena junetine skoraj dvakrat višja od cene pšenice) do prve polovice 16. stoletja (ko je bila cena pšenice celo malenkost višja) postopoma izenačevali (gl. Darovec, 2004, 80–84), kar pomeni, da je meso počasi izgubljalo mesto enega najprestižnejših živil.³⁰ Pri ribah, ki so pomenile nekakšen nadomestek za meso, še zlasti v času posta, pa de Albertis priporoča vzdržnost. Zlasti bele ribe, ki so bile med 14. in 16. stoletjem v severnoistrskem prostoru dražje od pšenice in mesa (gl. Darovec, 2004, 80–82), so hkrati s tem, ko so privzele pomen "postnega" živila, postale tudi nasprotje mesu, obe živili pa sta imeli ob tem točno določeni kodificirani vlogi, zato se tudi nista nikoli smeli mešati (Montanari, 1998, 107).

O pijačah avtor medicinske razprave trdi, da je njihov namen pogasiti resnično (in ne "pogrešno") žejo. Meni, da je najbolje piti vino, razredčeno z vodo (očiščeno odvečnih snovi, prim. Mikkeli, 1999, 60)³¹ ali mešanico kisa in vode; vino samo je namreč premočno in lahko razdraži in razgreje želodec, poleg tega pa omaja razum oziroma povzroči nerazsodnost. Ne gre torej zgolj za škodovanje *telesu*, temveč tudi *umu*, obe komponenti pa v tem primeru postaneta predmet medicinske razprave.

Gibanje in počitek ter spanje in bedenje

Naslednji "nenaravni" par v razpravi sta gibanje (vadb) in počitek. Prvo je – seveda ponovno v zmernem obsegu – v podobnih medicinskih priročnikih služilo več namenom: krepitvi udov in povečanju telesne in življenjske moči, povečevanju telesne toplote in s tem pospeševanju prebave,³² nenazadnje pa kot pomoč pri čiščenju telesa preko odvajanja (Mikkeli, 1999, 60). Ne bo odveč dodati, da je v tem razumevanju zdravja odločilno vlogo igralo prav izločanje odvečnih snovi, ki se nabirajo v telesu (torej *čiščenje* telesa), saj je njihovo zadrževanje veljalo za nezdravo. Poleg tega naj bi bilo za gibanje značilno, da segreva in izsušuje telo, zato morata biti s počitkom, ki hladi in vlaži, v pravem razmerju.

Opisu počitka sledi razprava o naslednji dvojici, spanju in bedenju; prvo – tako kot počitek – ohlaja telo, zato zdravnik svetuje, naj bodo zlasti glava in noga med spanjem pokriti. Spanec pa je predvsem koristen zaradi že omenjenega čiščenja z odvajanjem odvečnih snovi; ne le z izločanjem prebavljene hrane in tekočine (ekskrecijo), temveč tudi preko drugih telesnih delov (kože, ust, nosa), s kašljanjem, usekavanjem, tudi česanjem ter otiranjem in umivanjem (rok, obraza).³³ Seveda pa spanje ni koristno in dobrodejno v vsakem trenutku; dnevno spanje, pravi de Albertis, nikakor ni priporočeno, saj je poleg vsega tudi izguba časa, zato meni, da je v skrbi za zdravje potrebno to *navado* spremeniti. Dnevno spanje naj bi imelo več negativnih učinkov tako na telo kot na duha (ta dihotomija, ki pa ni tako rigidna in ločevalna, kot se zdi, se tudi sicer pogosto pojavlja); povzročalo naj bi bolezn, revmatizme, brazgotine, pogoste vročine, vplivalo na živce ter tudi ošibilo "željo".³⁴ Morda se je smiselno vprašati tudi, ali je imela ta prepoved (še zlasti v času kuge) kakšen poseben namen, oziroma, ali je dnevno ohranjanje budnosti skušalo preprečiti "prihod smrti", ki se je velikokrat zgodil ravno med spanjem. Kakor pri vsaki dejavnosti pa naj bi tudi tu veljalo načelo zmernosti, saj spanja nikakor ne sme biti premalo, ker bi to izzvalo "jezo" (najbrž razdražljivost). "Nepravilno" spanje skratka negativno učinkuje

29 Eden teh simbolov družbene identitete je bilo tudi sadje, ki je veljalo za najplemenitejši del rastlin (prim. Montanari, 1998, 119). Vendar de Albertis ponovno preseneti, saj uživanje (zlasti sladkega) sadja odsvetuje: "*Et etiam a confectionibus de mele factis et fructibus recentibus et dulcius secundum eundem ibidem abstinendum est [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 42).

30 Res pa je, da se je v prehranjevalni shemi 14. in 15. stoletja oblikovala dokaj jasna hierarhija tudi med samimi vrstami mesa; za najodličnejše sta veljali govedina in teletina, medtem ko je bila ovčatina najmanj cenjena, kar je bilo posledica njene prevelike razširjenosti v tem času (Montanari, 1998, 104–105).

31 Omenja "čiščenje" s pomočjo kovin ali destilacije, pri čemer je zaznati droben segment alkimije.

32 Ravno zaradi tega de Albertis zapoveduje, naj se vadba izvaja pred obedom, saj "prebudi naravno toploto", kar izboljša prebavljanje.

33 "*Somno autem complecto, studendum est diligenter mundare corpus a superfluitatibus non solum evaquandis per viam intestinorum aut per viam urinalem, ymo etiam evacuandas per alias partis ut tussiendo, screando et nare emungendo, si expedit et caput pectinando vel fricando moderate et faciem et manus lavando...*" (v: Castiglioni, 1924, 46).

34 "*In die dormire est malum, generat enim aegritudines humectantes et reumatismos, et corrumpit calorem et gravat splenem et laxat nervos et efficit pigritiam et debilitat desiderium et generat apostemata et frequentat febres*" (v: Castiglioni, 1924, 45).

tako na telo kot na duha, saj je spanec namenjen počivanju obeh.

Ne le čas spanja, pač pa tudi lega oziroma položaj telesa sta pri tem igrala svojo vlogo – avtor natančno opisuje, v kakšnem vrstnem redu naj si sledijo pozicije telesa med spanjem,³⁵ da bo lahko dosežen najboljši učinek (npr. dobro prebavljanje). Morda bi vse to lahko razumeli kot nekakšno zahtevo po budnem nadziranju oziroma nenehnem discipliniranju telesa ter njegovi podrejenosti natančnim pravilom in (medicinskim) napotkom, ki jih je za zdravje potrebno vestno upoštevati.

O lakoti in izobilju³⁶

Čeprav je de Albertisovo poglavje o "hranjenju in izločanju" kratko, je v njem zajet velik del tedanjega razumevanja človekovega telesa, ki se prepleta skozi celotno besedilo. Ravnovesje med snovmi v telesu je bilo namreč po tedanjem pojmovanju odvisno predvsem od razmerja med zaužitim (oziroma v telesu proizvedenim) in izločenim. Izločanje "odvečnih"³⁷ snovi je tako vključevalo več stopenj oziroma načinov; potekalo naj bi preko prebave, s pomočjo segrevanja in znojenja telesa, človek pa izločanju "odvečnosti" preko kože pomaga tudi z otiranjem celega telesa³⁸ in umivanjem njegovih delov. Omenja se torej le umivanje rok in obraza z mlačno vodo (v kateri so se namakale npr. korenine iris ali vejice rožmarina), kar pa je potrebno umestiti v tedanje obstoječe sklope higienskih priporočil, norm in navad.³⁹

Retorika "očiščenja"⁴⁰ telesa nenehno poudarja izločanje odvečnih snovi, katerih zastajanje v telesu ima lahko negativne posledice; telesa, polna (neočiščena) odvečnih snovi, so namreč najbolj izpostavljena kužni mrzlici.⁴¹ Izločanje "odvečnosti" je bilo, če ni potekalo po medicinskih merilih, spodbujeno bodisi z odpiranjem por, spodbujanjem uriniranja, v medicinski praksi pa s puščanjem krvi (flebotomijo). Na drugi strani je moral

človek za uravnoteženost snovi poskrbeti tudi s "polnjenjem", ki pa je še posebno zahtevalo njegov trud in voljo, za "odvratanje požrešne želje".

Ob tem pa se poraja vprašanje, ali ni čiščenje človeškega telesa na mikroravni lahko pomenilo metaforo za "čiščenje" druge vrste na makroravni ali kakor je lucidno primerjavo med nevarnostjo odvečnih snovi, ki zastajajo v telesu ter mestnih odpadkov, ki mestu grozijo z nevarnimi hlapi in izbruhom epidemij, izpeljal A. Le Guerer (v: Vigarello, 1999, 110). Ali pa se je na telo prenesla tudi simbolika (o)čiščenja iz religiozno-moralne retorike, saj je telo v toku zgodovine privzemalo različne pomene in vloge, od alegorije za družbene hierarhije v krščanskem kontekstu do instrumenta božje volje (Synnott, 1993, 12 in 19), hkrati pa je bilo mesto nadzora in discipliniranja tudi preko – na medicini temelječe – ideološke retorike.

"Strasti duše"⁴²

Če je bilo do sedaj govora o rečeh, ki se (čeprav le na prvi pogled) dotikajo zgolj telesa, je nekaj sledečih tematskih sklopov namenjenih drugemu polu dihotomije – "duhu", v tem primeru psihološki plati oziroma svetu emocij, razpoloženja, vedenja, nenazadnje pa tudi morale. Čeprav Mikkeli omenja prepričanje, da so čustva v zdravnikovi domeni le, če vplivajo na zdravje in njegovo ohranjanje, ter da so vrednote stvar moralistov, v to ne moremo biti povsem prepričani. De Albertis denimo na več mestih govori z nekakšnim imperativnim tonom, ki se odraža v njegovih navodilih, prepovedih in zapovedih; potrebno se je vzdržati nezmernih strasti duše,⁴³ pravi. Čustva, kot so jeza, žalost, strah, nevoščljivost, je potrebno nadzorovati. Mnoga od njih so močno "nezdruva"; posebno žalost in čemernost sta v času kuge nadvse škodljivi. Ne le, da se je zato posebno razvedriti in se veseliti⁴⁴ – S. K. Cohn (2003, 242) meni, da je drobna posebnost de Albertisovega traktata tudi ta,

35 Podobno značilnost tovrstnih priročnikov nasploh opaža tudi Mikkeli (1999, 65), ki omenja nezdravo spanje na hrbtu ter spanje z odprtimi usti kot simptom smrti. De Albertis prvo utemeljuje s tem, da se pri takem položaju odvečne snovi, ki bi morale ven skozi usta in nos, stekajo nazaj proti možganom in "utaplajo spomin".

36 Dobesedni prevod naslova "*De inanitione et replectione*"; po mnenju Mikkelija (1999, 66) gre za tematiko metabolizma, ki pa je v drugih zgodnjenovoveških medicinskih priročnikih vključevala tudi "praznjenje" telesa preko uriniranja, bruhanja, menstruacije ipd.

37 Beseda "*superfluitates*" je ena najpogostejših v de Albertisovem besedilu.

38 Otiranje ali suho umivanje je bilo posledica spremenjenega pojmovanja čistoče in telesa, ki se ga voda zaradi svojega negativnega učinkovanja in nevarne poroznosti telesa pravzaprav ni smela dotakniti. Posledica tega – s kužnimi boleznimi tesno povezanega pojava – je bilo tudi izginjanje kopališč v 16. in 17. stoletju (Vigarello, 1999, 27).

39 Vigarello (1999, 57–61) sicer umivanje (zgolj) rok in obraza – značilno že za 13., 14. stoletje – povezuje najprej s spodobnostjo in moralo, šele nato s higieno in zdravjem. Čistoča vidnih delov telesa naj bi torej odražala primerno vedenje, vendar pa tega v de Albertisovem primeru pravzaprav ni mogoče trditi.

40 Še ena pogosta beseda traktata je namreč "*rectificatur*".

41 "[...] *quia aliqua corpora ad febrem pestilentialem quibusdam aliis sunt magis disposita ut corpora plena superfluitatibus respectu mundorum [?]*" (v: Castiglioni, 1924, 47).

42 Nekoliko težje prevedljiv "*de accidentibus animae*" v grobem zajema opis "močnih emocij" (prim. Mikkeli, 1999).

43 "*Oportet abstinere ab intemperantia harum animae passionum [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 47).

44 "*Quod vero facit tristari omnibus sanis nocumentum infert... Et laudo quod homines vivant in alacritate et saepe laetitia suppeditando timorem [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 47–48).

da obenem odsvetuje celo druženje s čemernimi ljudmi in udeleževanje dolgočasnih pogovorov.

Tudi "duh" namreč deluje na telo in tako vpliva na zdravje; morda gre za medicinsko utemeljena moralna pravila, vsekakor pa je meja med polji, ki se jih vztrajno potiska na dva pola, dokaj tanka in prehodna. O tem, da "močna čustva" vplivajo tako na mentalne kot na fizične težave, so pisali tudi mnogi humanisti,⁴⁵ ki so se obenem usmerili od povsem fizičnega zdravja (in stremjenja po dolgem življenju) k etičnim aspektom (in kakovosti življenja) (Mikkeli, 1999, 85).

Tako sta se stikala in kombinirala *režim* (dieta, skrb za telo) na eni ter morala (doktrina zmernosti, prepovedi, zapovedi, etika, nenazadnje religija) na drugi strani. Seveda teh dveh polov ne moremo razumeti kot edinih dejavnikov, ki naj bi imeli vpliv na prihod kuge. Všteti je potrebno tudi delovanje "višjih sil", na katere človek nima vpliva. Poleg "božje volje" ali "božjega kaznovanja" za človeške grehe (ki pa v de Albertisovem "profanem" priročniku nista omenjena) je tu še moč nebesnih teles – odtod pomen astrologije v medicinskih razpravah.⁴⁶ Preigravanje dualizmov v razlagah za nastanek kuge je sicer najpogosteje opazovano skozi nasprotje med boleznijo kot "božjo kaznijo" in boleznijo kot naravnim pojavom (prim. Pullan, 1995, 104), vendar pa tega "prepada" (ki najbrž niti ni bil tako oster) v de Albertisovem besedilu ni zaznati. Nikjer namreč ne navaja, da je kuga posledica "božje jeze", vendar pa posredno daje vedeti, da kršenje pravil oziroma greh lahko telesu škodi oziroma ga napravi dovetnejšega za bolezen. Zveza med grehom in boleznijo pa zato postane nekoliko izrazitejša v naslednjem poglavju njegovega priročnika.

Spolnost

V razpravi o "spolni združitvi" (*coitus*) de Albertis zapiše, da spolnost "izprazni bistvo duha" in povzroča (duhovno in telesno) šibkost, zato je nezmernost pri tem lahko škodljiva.⁴⁷ Na povezavo z grehom opozarja zlasti citat, ki ga avtor povzema po Almansorisu: "*Nolli te inclinare ad coitum multum, quia coitus est quaedam proprietates et ludus porcorum; quae igitur erit gloria tibi, si exerces vitium irrationabilium bestiarum et actus brutorum?*" (v: Castiglioni, 1924, 48). Da je spolno občevanje "lastnost in igra prašičev, neracionalnih bitij" ter da je vrlina v tem, da se z vzdržnostjo to željo zatre, je najverjetneje posledica katoliškega indoktriniranja, ki je delovalo s pomočjo podobne retorike. V tem primeru pa je bila nevarnost (nezmerne, pogostega) spolnega občevanja še dodatno podkrepljena oziroma medicinsko utemeljena. Ta "aktivnost" naj bi namreč škodila živcem in telesu, ošibila srce, negativno vplivala na oči, pospeševala staranje, pretirano segrevala telo ipd.⁴⁸

Obenem pa se spolne sle (in moškega semena) ne sme zadrževati v telesu, saj to sodi k odvečnim snovem, ki se morajo izločiti.⁴⁹ Prisilno zadrževanje namreč, tako trdi de Albertis, škodi srcu in možganom, pri moških povzroča stanja podobna epilepsiji in nezavesti, pri ženskah pa udušitev maternice; omenjeno naj bi celo povečevalo željo po hrani, oteževalo gibanje, povzročalo bolečine v glavi in drugih telesnih delih ter pretirano ohlajalo telo.⁵⁰ Verjetje v posledice nezmerne spolnosti je bilo prav gotovo vsaj delno pogojeno z ideologijami, ki so po eni strani prepovedovale "pretirano" spolnost, po drugi pa so jo zaradi "reproduktivne nuje" spodbujale, kar odseva v strahu pred zadušitvijo maternice kot temeljnega ženskega organa ali že kar metonimije za žensko, ki ji je v družbi pripisano točno določeno mesto in vloga – rojevanje. Moškim naj bi kot posledica neizživete spolne sle grozila izguba sposob-

45 Na primer Sir Thomas Elyot v 16. stoletju, ki ga omenja Mikkeli (1999, 84–85). Moralistični ton pa je prišel še bolj do izraza zlasti v protireformaciji (Mikkeli, 1999, 89).

46 De Albertis je prepričan, da mora zdravnik verjeti "astronomu", saj ta lahko marsikdaj napove bližajočo se kugo, zato je astrologija pomemben del medicine: "*Aliquando ex vicinitate pestiferi aeris in omnibus quoque praedictis et similibus hiis, medicus astronomo credere debet. Nam secundum Ipcratem astrologia non est minima pars medicinae. Plura possent tamen dici in hac parte [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 39).

47 "*A coitu immoderato abstinedum est [...] Coitus evacuat de substantia spiritus rem plurimam propter delectationem et propter istud illi, qui plus delectantur, plus sunt cadentes in debilitatem.*" (v: Castiglioni, 1924, 48).

48 "*[...] a coitu multo et frequenti cavendum est quia nervis magnum nocumentum infert, oculos quoque fortiter laedit, corporis vires destruit corque corrumpit et debilitat, ad senium quoque cito deducit et sic ad extremam praecipitat senectutem*" (v: Castiglioni, 1924, 48).

49 Vendar pa se kljub temu to razlikuje od izločanja drugih vrst odvečnih snovi, saj vključuje užitek, naslado (*delicia*); vključen je torej tudi "duh".

50 "*Ex quibus apparet, quod si sanitas debeat conservari, sperma, cum sit superfluitas nutrimenti utilius et ultimi quam non indiget individuum, et ea species et omnis superfluitatis, sit corruptiva naturae, nisi resecetur et evacuari debet a corpore sicut aliae superfluitates eius est naturae studium in evacuando illam in somno. Et si coarctetur in corpore tum surgunt ex ea ad cor et cerebrum vapores mali de genere veneni corrumpentes sanitatem et inducentes similitudinem quandam epilepsiae et sincopis in viris, in mulieribus autem soffocationem matricis, et sequitur retentionem eius debilitas, appetitus cibi et gravitas motus et frigiditas corporis et tenebrositas vixus et dolores capitis et emunctoriorum et ancarum*" (v: Castiglioni, 1924, 49).

nosti racionalnega mišljenja, kar ponovno odslikava zrcalno sliko pričakovane moške vloge. Vendar pa naj bi se ljudje spolnosti posluževali tudi iz drugih (zdravstvenih) razlogov, saj ta v pravi meri "dvigne dušo", prinaša veselje in dobro voljo, ustvarja lahkotnost, umira jezo, izostri čute ipd.⁵¹ Morda so prav omenjene utemeljitve botrovale prepričanju, da se je v času hudih bolezni, zlasti kuge, potrebno "razvedriti" in ob tem pozabiti na kruto stvarnost.

Zametki "medikalizacije" področja spolnosti ali, boljše, utemeljevanje doktrin in ideologij tudi s pomočjo medicine pa so, kot kaže, služili tudi utrjevanju ideala "zmerne", nadzorovane spolnosti, v katerem so se preigravala širša družbena pričakovanja, interesi in pravila delovanja skupnosti.

Kopanje in otiranje

Da bi se telo v celoti očistilo (lastnih) odvečnih snovi, mu je bilo po mnenju (renesančnih) piscev medicinskih priročnikov potrebno tudi nekoliko pomagati; z otiranjem se je pore odprlo in očistilo, medtem ko je bilo pri kopanju potrebno ravnati veliko previdneje. Nevarnost kopeli in vode, za katero so verjeli, da je zmožna učinkovati na notranjost telesa (telesne tekočine, notranjo temperaturo, ...) oziroma jo spreminjati, se zarisuje tudi v de Albertisovem besedilu. Na več mestih sicer omenja umivanje vidnih telesnih delov (rok, obraza), vendar pa nekaj besed nameni tudi pravi kopeli. Postopek kopanja (za katerega meni, da mora biti izveden pravilno, če se želi človek izogniti škodljivim učinkom) natančno opiše, čeprav svetuje, naj bo raba kopeli prej izjema kot pravilo. Zlasti v času bolezni (kuge) naj bi kopanje telesu močno škodilo,⁵² saj oslabi srce in v telesu pospešuje gnitje, ki vodi h kugi, poleg tega pa naj bi obstajala nevarnost, da človek med kopanjem izgubi zavest ali umre.⁵³ Škodljiva je tudi z drugega vidika; telo se v njej preveč sprosti, postane mlahavo in (zaradi druženja, s čimer morda namiguje na izogibanje javnih kopalšč bodisi zaradi nevarnosti okužbe ali pa celo zaradi njihove "moralne" spornosti) "rahlih kreposti".⁵⁴ Skratka, voda po eni strani ruši red in ustvarja kaos, po drugi pa je njen učinek tudi nasproten, saj lahko v določenih pogojih deluje celo terapevtsko.

S kopeljo je v tem primeru potrebno ravnati skrajno previdno: kopel, ki naj služi krepitvi telesa oziroma izboljševanju zdravja, naj bo (po zgledu Arabcev) npr. kopel sladke in tople vode; kdor jo uporablja, naj bo med kopanjem miren, tih, nikakor ne živahen ali aktiven, v bližini pa naj ima pripravljeno posteljo, namenjeno počitku takoj po kopeli. Poleg tega de Albertis priporoča, naj kopalec med kopanjem ne jé ali pije, niti naj ne stopa v kopel s polnim želodcem.⁵⁵ Omenjen opis je mogoče povezati tudi z evropskim kontekstom in obstoječim strahom pred kopeljo, ki odpira pore, skozi nje pa prehajajo škodljive snovi ter odhajajo "življenjske moči", zato je počitek po njej nujno potreben (Vigarello, 1999, 17). Zapletenost in domnevna škodljivost kopeli sta seveda privedli do njene "marginalizacije", ki se je ohranjala celo do 17. stoletja, ko so nekateri pisci o njej še vedno imeli podobno mnenje kakor de Albertis in njegovi sodobniki: "*Kopel – razen medicinske uporabe v nujnih primerih – je ne le odvečna, temveč ljudem zelo škodljiva. [...] Kopel telo uničuje in napolnjuje in ga tako naredi dovzetnega za učinke slabih lastnosti zraka [...]. Bolj mlahava telesa so bolehnjša in krajšega življenja kakor jedra. Kopel glavo napolni s hlapi. Je sovražnica živcev in vezi, ki jih rahlja, tako da marsikdo ni nikoli občutil skrnine [protin, vnetje sklepov, op. U. Ž.], dokler se ni okopal"* (Renaudot v: Vigarello, 1999, 19). Kopanje se je torej izvajalo le ob izjemnih priložnostih (posebnih okoliščinah), saj "voda sama po sebi samo pokvari ravnovesje" (Vigarello, 1999, 21).

Poleg kopanja pa je znotraj pojmovanja čistoče in čiščenja telesa pomembno mesto (pravzaprav pomembnejše kot voda) zavzemalo otiranje (brisanje, drgnjenje, ...). Izhajati je mogoče iz predpostavke, da ta higienska praksa ni bila namenjena zgolj čistoči zaradi "spodobnosti", temveč tudi čistoči zaradi zdravja. Sestavljala je namreč pomemben del mozaika, ki je združeval že omenjene postopke izločanja odvečnih snovi. Slednje je bilo za zdravje ključnega pomena, saj bi zadrževanje teh snovi v telesu privedlo do bolezni. Takšno koncipiranje bolezni in zdravja torej išče vzroke bolezni (ali, bolje, večje dovzetnosti za bolezen) tudi *znotraj* človekovega telesa, v porušenem redu v njegovi notranjosti, saj je patološko stanje posledica nastalega neravnovesja. Najbrž je prav ta komponenta v tesni povezavi z močno

51 "*Coitu vero temperato est utendum, quia corpus alleviat replectim animam ilarem et lectam [laetam] facit eiusque levitatem augit, iram quoque sedat et cogitationes removet et sic ex illo homo incurrit levitatem alleviat anelutum et bonos facit sensus*" (v: Castiglioni, 1924, 49).

52 Preko vode naj bi potekala tudi sama okužba (prim. Cohn, 2003, 117).

53 "*Neque balneo utatur tempore pestilentiae, quia balneum debilitat cor et maxime si quis diu utatur vel moretur in eo et facit sincopim et nauseam et humores quietos movet et ad putredinem praeparat [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 50).

54 "*[...] in balneo propterea cum multis eius iuvementis adsunt nocumenta, facit enim superfluitates ad membra, in quibus est debilitas, leviter descendere et laxat corpus et impedit nervos et resolvit calorem innatum et comedendi desiderium deicit et coeundi debilitat virtutem*" (v: Castiglioni, 1924, 50).

55 Jesti (zmerno!) je dovoljeno šele po kopeli: "*Sit stomachus vacuus, cum intrat balneum nec comedat nec potet in balneo, sed postquam balneum exiverit post aliquantulum intervallum sumat cibum suum temperatum et temperate*" (v: Castiglioni, 1924, 50).

poudarjeno individualno odgovornostjo človeka za lastno zdravje, saj je varovanje zdravja v veliki meri v domeni posameznika; ta namreč lahko sam poskrbi za to, da se v njegovem telesu ne bodo ustvarjali pogoji za nastanek bolezni.⁵⁶

Notranji vzroki se v de Albertisovem besedilu pokažejo tudi pri opisu otiranja, kjer je ponovno v igri odprtost telesa (kože), skozi katerega se izločajo odvečne snovi; da pa bi preprečili tudi obratno smer izmenjave (vstopanje škodljivega, zdravju nevarnega), se je bolje posluževati "suhega umivanja" (prim. Vigarello, 1999, 23–27), kakor sumljivega kopanja. To je skratka retorika medicinskih priročnikov, značilna zlasti za 16. in 17. stoletje, videti pa je, da je bila v igri že vsaj v 15. stoletju.

"KLINIČNA SLIKA" KUGE IN KURATIVA

Etiološke razlage

Vse to seveda še ne pomeni, da je etiološka razlaga kuge temeljila zgolj na notranjih vzrokih ("pospeševalcih") bolezni; ob prebiranju de Albertisovega besedila se izkaže, da je na pomembno mesto postavljeno tudi učinkovanje zunanega okolja na telo (vpliv kužnega zraka), nenazadnje pa je razprava preostalo "praznino v kavzalni razlagi" zapolnila tudi z astrološko-astronomskimi dejavniki (sfere nebesnih teles ipd.)⁵⁷ oziroma tistimi dejavniki, za katere posameznik ni "odgovoren", saj nanje ne more vplivati. Da bi si ogledali de Albertisovo razlago vzrokov za kugo, pa se je potrebno vrniti na začetek njegove razprave, kjer je posebno poglavje namenjeno prav razlagi vzrokov za nastanek kužne bolezni.

Njegova razlaga tako temelji na učinkovanju nečesa *od zunaj* (spremembe, ki se dogajajo v človekovem okolju oz. v zraku, ki ga obdaja, ter učinkovanje nebesnih teles), kar neposredno vpliva na človeško telo, v njem pa sproža nevarne procese ("strupeno gnitje" okrog srca in pljuč ipd.), ki naposled privedejo do bolezni.⁵⁸ Glede na to, da pod "etiologijo" bolezni vključi le vpliv škodljivega – kužnega – zraka, bi lahko trdili, da slednjega razume kot primarni vzrok bolezni. Ker pa se v nadaljevanju posveča razpravi o tem, katera (kakšna) telesa kuga prej oziroma bolj prizadene, se prvi razlagi pridruži še vsa nadaljnja razprava o možnosti vpliva na bolezen "od znotraj", iz telesa. Morda bi lahko zadevo razumeli še nekoliko drugače; znotraj človekovega telesa se sicer pripravijo *pogoji* za nastop bolezni, vendar pa ta vedno pride od zunaj. De Albertis je prepričan, da kuga najbolj škodi podhranjenim oziroma takim telesom, ki so polna "slabih sokov, pripravljenih na gnitje", poleg tega so kugi najbolj podvržena telesa, katerih *režim* je slab, bodisi da pretiravajo s hrano, pijačo ali z delom ipd.⁵⁹ Vzpostavljena je torej kavzalna zveza med boleznijo in tem, kar človek (s svojim telesom) počne, obenem pa se zdravnikov traktat loteva tudi zveze med človekovo starostjo in obolevnostjo. Njegovo mnenje je, da je kuga človeku najbolj nevarna v času *adolescencie*; ključni značilnosti tega obdobja v človekovem življenju sta namreč "vlažnost" in "toplota", poleg tega pa je to čas "požrešnosti", "nenasitne želje" (zaradi česar se ustvarjajo mnogi presežki oziroma odvečnosti) ter silovitosti, "ki zaide v strast".⁶⁰ Iz tega, zadnjega razloga so po njegovem mnenju za kugo bolj "dovzetne" tudi ženske in manj moški, kar očitno nakazuje na preigravanje distinkcij med lastnostmi,⁶¹ pripisanimi spoloma, v katerih odseva tudi obstoječe utemeljevanje položaja in vloge žensk ter njihova degradacija preko retorike o ženskah kot "grešnih bitjih".

56 Na tem mestu gre dodati, da etiologija bolezni, ki le-to razlaga z notranjimi vzroki, lahko obsega (vsaj) dve kategoriji: fiziološke oziroma organske procese na eni ter čustveno in mentalno delovanje na drugi strani (prim. Lipovec Čebren, 2003, 103), oboje pa rezultira v bolezenskem stanju. Smiselno je dodati tudi kategorizacijo vzrokov bolezni (sicer le z vidika povzročitelja), ki jo je podal George Foster. Ta govori o naturalistični etiologiji bolezni (v nasprotju s personalistično), ki naj bi bila bodisi posledica naravnih sil ali pa izgube ravnovesja med osnovnimi elementi v telesu (gl. Lipovec Čebren, 2003, 103), to pa je mogoče aplicirati tudi na pozno-srednjeveško koncipiranje bolezni, zdravja in telesa.

57 Na zrak po mnenju mislecev, ki jih povzema, vplivajo sfere planetov (Saturna, Jupitra, Marsa, Venere in Merkurja), medtem ko Sončeva sfera vpliva na ogenj, Lunina na vodo ipd. Astralno delovanje je torej eden od povzročiteljev nevarnih sprememb v zraku, hkrati pa so nebesna telesa tudi kazatelji bližajočih se sprememb (ki jih napovedujejo), zato je treba biti nanje pozoren. To so zlasti kometi, položaji nebesnih teles ali mrki v določenih ozvezdijih, konjunkcije nekaterih planetov ipd.

58 "[...] *Ex quo apparet huius pestilentiae febris causam particularem immediatam fore quasdam materias venenosas, quae circa cor et pulmonem generatur et quarum impressio non semper est excessu graduum qualitatum primarum, sed ex proprietate venenositatis, unde comunicatum venenosis vaporibus per expiratum et attractum aerem sit*" (v: Castiglioni, 1924, 34–35).

59 "*Corpora, quibus magis nocere potest, sunt corpora cachetica, plena malis humoribus paratis putrescere [...] Corpora etiam utentia malo regimine et cibus et potibus et laboribus superfluis citius incurrunt febrem pestilentialem quam alia [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 36–37).

60 "*Adolescentiae plus nocere potest, quoniam est callida et humida. Et humiditas vincit, ut dictum est de rationibus naturalibus et plus pueris, quia ipsi utuntur malo regimine propter eorum gulositatem, unde in corporibus eorum multae superfluitates generantur. Ex quarum multiplicatione sunt vehementius parati hanc incurrere passionem*" (Castiglioni, 1924, 37).

61 Cohn (2003, 129) navaja nekaj piscev, ki so bili podobnega mnenja in so večjo umrljivost žensk pripisovali njihovi "šibkejši naravi".

Zdravljenje kuge

De Albertis v povezavi z bojem proti bolezni izrazi nadvse optimistično misel, da se je pred kugo mogoče obvarovati, če ji človek "ne dovoli vstopiti",⁶² kar pomeni, da upošteva vsa v razpravi opisana navodila. Tu gre dodati, da je bila prav dihonomija med *preventivo* in *kurativo* že v srednjeveških besedilih te vrste ena temeljnih rdečih niti, medtem ko je v renesansi oziroma šele v drugi polovici 16. stoletja ideja preventivne medicine pridobila nekakšen primat (Mikkeli, 1999, 46–47). Seveda to še ne pomeni, da so priročniki kasneje povsem zanemarjali postopke kurative, torej zdravljenje bolezni, temveč je "svet znanosti" očitno uvidel, da ima za učinkovito zdravljenje kuge le malo možnosti.

V de Albertisovem priročniku s konca 15. stoletja sta torej oba pola oz. nalogi medicine še dokaj uravnoteženo zastopani,⁶³ vendar pa že naslov traktata nakazuje, da je njegov primarni namen opisati načine preventive.

Temeljno načelo zdravljenja v priročniku pa je (kakor tudi v hipokratski medicini) alopatsko načelo *contraria contrariis*, saj je naloga zdravniških ukrepov ponovno vzpostaviti porušeno ravnovesje bodisi z odvzemanjem odvečnega ali z dodajanjem manjkajočega. De Albertis namreč opozarja, da je ob nastopu kuge potrebno ukrepati takoj, zlasti z "izpraznjenjem", čemur v zadnji instanci ustreza predvsem postopek puščanja krvi (*flobotomia*) in praznjenje želodca (*solutione ventris*). Meni, da je potrebno vselej začeti s flebotomijo, da bi bila "strupena snov kar najhitreje pregnana iz telesa",⁶⁴ saj naj bi ta postopek predstavljal "univerzalno praznjenje telesnih sokov", ki pri mnogih vodi do ozdravitve.⁶⁵ Nadalje si je bilo potrebno prizadevati, da se nevarnost, ki je že prišla v telo, ne bi širila naprej, še zlasti ne proti srcu.⁶⁶ Po opravljenem postopku de Albertis še priporoča, naj bolnik zaužije posebno zdravilo (za katerega poda tudi nekaj receptov⁶⁷), se dobro pokrije z odejo in počiva.

Takojšnje ukrepanje s puščanjem krvi se torej kaže kot poskus razstrupljanja (čiščenja) telesa; skupaj s krvjo naj bi se torej izločile tudi snovi, ki povzročajo bolezen, ker pa bi telo ob tem zapuščale tudi življenjske moči, mora bolnik po opravljenem postopku počivati.

Preplet fizičnega in moralnega

Galenovska medicina je v svojem tridelnem sistemu razumevanja pojavov, ki jih je delila na naravne, nenaravne in protinaravne ("nadnaravne"), skrb za zdravje razumela kot prizadevanje za red naravnih reči (telesnih sokov itd.) oziroma pomoč naravi v boju proti nadnaravnemu (bolezni) preko upravljanja nenaravnega (okolja, načina življenja, ...), ki je bilo tudi v domeni zdravnika. V antični medicinski teoriji (ki je hkrati podlaga za srednjeveško) je denimo imela kategorija božjega le zelo omejeno vlogo, posledica tega pa je bila premestitev "moralne odgovornosti" za zdravje na posameznika samega (Turner, 1996, 205). De Albertis kot nadaljevalec (predvsem) galenovske tradicije in znanilec renesančne miselnosti je omenjen poudarek ohranil, tovrstno razumevanje pa je implicitno pomenilo tudi zametke ločevanja medicine od religije in prava (oziroma bolezni od greha ali deviantnosti), ki je izrazitejšo obliko dobilo nekoliko kasneje z večjo profesionalizacijo in (družbenim) ločevanjem domen religije, prava in medicine (Turner, 1996, 203).

Po drugi strani pa je de Albertisov kontekst mogoče umestiti v fazo pred opaznejšim umikom religije z mesta moralnega varuha in njene zamenjave z medicino,⁶⁸ kar se s pomikom proti bolj sekulariziranemu konceptu bolezni zgodi v moderni (evropski) družbi (Turner, 1996, 203–205). Vendar pa te zveze niso bile tako zelo enoznačne, saj se je konfliktnost med religioznim (krščanskim) in medicinskim modelom bolezni poznala tudi v prepričanju, da bolezen ni moralno nevtralna kategorija, ker je obenem znak stanja (zdravja) duše. Reševanje takih paradoksov je nenazadnje privedlo do nekakšnega kompromisa med religioznim in medicinskim pojmovanjem, saj je medicina pod svoje okrilje prevzela skrb za "naravnosti" in njihovo znanstveno razlago, domena "nenaravnosti" pa je bilo področje, kjer sta se religija in medicina tesno prepletali (Turner, 1996, 206).

Lahko bi dodali, da se v primeru de Albertisovega besedila te poteze zarisujejo le bežno, saj je nakazovanje na moralo dokaj fragmentarno, medtem ko sklicevanja na religijo (konkretno na krščanskega Boga) praktično ni. Ravno zato o "primarni" fazi (ko razlik med boleznijo, grehom in deviantnostjo skorajda ni bilo in so

62 "[...] *imprimis itaque in omni pestilentia studendum est, ut corpora sint [h]umida et a malis et superfluis humoribus vacua et evacuata, ne pestem incurrere valeant ac, si acciderit, pestis facilius curari possint [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 60).

63 Potrebno pa je upoštevati tudi opažanje, da so bile meje med *preventivo* in *kurativo* pravzaprav zelo nejasne oziroma da razločevanje med "profilaktiki" in "medikamenti" tedaj ni bilo dosledno, zato sta se ti dve vlogi prepletali (Pertl, 1986, 152).

64 "[...] *materia venenosa et pestifera cito debet expelli extra corpus [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 61).

65 "[...] *et ideo in peste laudatur flobotomia quoniam flobotomia est universalis humorum evacuatio et a multis liberans aegritudinibus*" (v: Castiglioni, 1924, 61).

66 De Albertis o tem: "*(materia venenosa) [...] non debet moveri per corpus ex flobotomia, quoniam ex sui motione possit reverti ad cor et magnum facere nocumentum [...]*" (v: Castiglioni, 1924, 61).

67 Sestavine, ki jih navaja za omenjena zdravila, kažejo še na močan vpliv alkimije, saj gre za drage kamne (biseri, smaragdi, berili ipd.), ki jih je – zdrobljene v prah – potrebno zmešati s kako tekočino, na primer z vinom, rožno ali okisano vodo.

bile vse te "grožnje družbi" hkrati religiozni, moralni, medicinski in zakonski fenomeni) v taki strogi obliki pravzaprav ni mogoče govoriti. Pomembno pri vsem tem pa je, da je imela bolezen v teh procesih ves čas nekakšen "negotov", "mejni" status, saj se je vedno gibala med "naravo" na eni in "kulturo" na drugi strani⁶⁹ (Turner, 1996, 214).

Nenazadnje pa bi bralca de Albertisove razprave lahko nekoliko zamikalo, da bi v njem zaznal idejo o holizmu oziroma v razpravah, ki se lotevajo tako človekovega telesa kot duha, opazil "zametke" holistične medicine. Vendar pa je pri tem, kakor trdi Mary Douglas, potrebno nekaj previdnosti. Nevarno je v prvi vrsti to, da bi sodobno pojmovanje holizma nekritično prenašali na preteklost, saj današnji medicinski holizem po njenem mnenju niti ni naslednik tradicije oziroma razvoja zahodne medicine. Težava se pojavi v razliki med definicijami, problematična pa je tudi predpostavka, da je razvojna pot (holistične) medicine ena sama: "Holizem naših zdravnikov se konča na mejah telesa in ostaja v mejah zdravniškega poklica, medtem ko se holistična medicina globalno zanima za bolnikovo osebnost v celoti in za njegovo duhovno okolico" (Douglas, 1999a, 35). Vendar pa je pripisovanje takih oznak velikokrat problematično, zato vprašanje o "sledih" holizma v de Albertisovem besedilu ostaja odprto. Ravno tako pa so problematične tudi redukcionistične dihotomije in binarne opozicije, ki opozarjajo na obstoj zgolj dveh izključujočih se polov in nujno predpostavljajo njuno nasprotje. Takih binarnosti je tako v besedilu kot tudi v razpravah o zgodovini medicine veliko, na tem mestu pa je najrelevantnejša prav povezava telo – duh (ali tudi materialno – duhovno). Seveda je težava že v samih polih te zveze, še najbolj pa v pojmu "duh" kot zelo nejasni kategoriji, za katero je težko vedeti, kaj vanjo uvrstiti in česa ne. Če ta "duh" zajema le mentalno, emocionalno, torej psihološko človekovo plat, je s tem izključena dodatna, moralna dimenzija (duh kot "vest", npr. upoštevanje družbenih pravil, ki definirajo, katera mentalna in emocionalna delovanja so v skupnosti, ki jih določa, (ne)sprejemljiva, grešna itd.). Zadnja dimenzija je pri de Albertisu nedvomno prisotna, pomembna pa se zdi zlasti zato, ker polarnosti telo – duh dodaja še tretjo komponento, družbo. Če definiciji holizma zadostuje ta trodelnost, lahko morda tudi v priložnostih,⁷⁰ kakršni je de Albertisov, iščemo nekakšen "holizem". Vsekakor pa je družbeno dimenzijo pomembno vključiti v obravnave preteklih medicinskih sistemov, posebej zato, ker se ji pridružuje predpostavka,

da so *družbeno* telo in percepcije *fizičnega* telesa lahko spremenljive in zelo raznolike (Synnott, 1993, 37).

Če pa holizem razumemo kot vpetost človeka v celotni kozmos, ne moremo mimo idej o enotnosti kozmosa, značilnega tudi za renesančno misel, saj te govorijo o sozvočju makro- in mikrokozmosa, ki ju povezuje tudi korelacija z enostranskim vplivom prvega na drugo (Lipovec Čebren, 2003, 130). Poleg tega naj bi že sama hipokratska dietetika s sistematičnim razumevanjem tega, kako telo kot mikrokozmos uboga red *režima*, težila k usklajenosti z urejenim makrokozmosom (DeHart, 1999, 366).

Morda ta ideja v de Albertisovem traktatu ni tako izrazita, jo je pa vendarle mogoče zaznati, saj množica poglavij z navidez nezdržljivimi tematikami govori



Sl. 3: Postopek puščanja krvi. Prikaz s konca 16. stoletja (vir: Borisov, 1985).

Fig. 3: The procedure of blood-letting. Illustration from the end of the 16th century (source: Borisov, 1985).

68 S tem medicina pridobi vlogo določanja "kriterijev normalnosti" (Turner, 1996, 205).

69 Pri tem ne gre pozabiti, kakor opozarja tudi Turner, da sta obe kategoriji seveda družbena konstrukta (Turner, 1996, 214).

70 Holistično dojemanje zdravja naj bi se denimo pojavljalo v priložniku Arnaldusa de Villanove z začetka 16. stoletja, ki tradicionalnim šestim nenaravnim faktorjem dodaja vpliv letnih časov, spola, poklica, navad itd., kar naj bi vključevalo celoto osebnih dispozicij in dejavnosti oziroma vedenja, pri čemer so z medicinskega vidika relevantni vsi (Mikkeli, 1999, 57–58).

prav o vpetosti človeka med številne sile, ki se ne nahajajo le v dosegu njegovega fizičnega telesa. Tudi to, kar človek počne, ali kar se dogaja okoli njega, namreč lahko rezultira v strašnih fizičnih posledicah na njegovem telesu. O telesu je torej nedvomno mogoče govoriti na več nivojih, ki med seboj tvorijo korelacije; če je v nekaterih medicinskih sistemih možno govoriti o zvezi fizičnega, psihičnega in metafizičnega (prim. Lipovec Čebren, 2003, 102), pa lahko pri de Albertisovem besedilu govorimo vsaj o dokaj opazni korelaciji "fizično – psihično" ali pa na nekaterih mestih dodamo še dimenzijo "moralno". Vsekakor pa, na kratko, de Albertis velja za enega tistih raziskovalcev v zgodovini Istre, ki so "sistematično iskali povezavo med geografskimi, klimatskimi in higienskimi pogoji posameznega kraja ter načinom življenja okuženih ljudi" (Lipovec Čebren, 2003, 55–56).

SKLEPNE MISLI

Medicinski traktat *De praeservatione corporum a pestilentia* Giovannija de Albertisa podaja kopico zanimivih izhodišč, ki pa na tem mestu niso bila dokončno izčrpana. De Albertisova razprava slika podobo človeškega fizičnega telesa kot mikrokozmosa, znotraj katerega se lahko ustvarjajo pogoji za nastop bolezni (kuge). Hkrati govori tudi o človekovem mentalnem telesu, ki lahko v fizičnem telesu prav tako pripravi "teren" za bolezen oziroma "poruši (notranji) red", vendar pa govori tudi o tem, da bolezen sama pride od zunaj; pripotuje preko kužnega zraka ali pa jo prinesejo "neugodni" pojavi na nebu.

Človekova vloga pri tem pa nikakor ni pasivna, saj ima človek dve možnosti vpliva na to, kar se dogaja z njegovim telesom. Po eni strani je celo sam odgovoren za obrambo pred boleznijo (s skrbjo za pravilen način življenja, ki ga narekuje *režim*, ali za zavarovanje pred kužnim zrakom, ki ga obdaja), po drugi pa je ob nastopu bolezni primoran ukrepati (delno sam, še bolj pa z zdravnikovo pomočjo ali vsaj nasveti). Bolezen sicer pride od zunaj, vendar pa vstopi v telo; skladno s takim

etiološkim koncipiranjem bolezni zdravljenje poteka v obliki "čiščenja" oziroma "praznjenja", katerega namen je iz telesa pregnati bodisi tujek ali presežek oziroma odvečnost.

Preventiva na drugi strani je osnovana na "doktrini zmernosti" (ki hkrati implicira tudi zavest o nadzoru telesa in duha), s čimer se vpenja v antično tradicijo, o kateri pa še toliko bolj govorita temeljni ideji, ki delo povezujeta; to sta miazmatična teorija in humoralna patologija. Zaradi močne prisotnosti hipokratsko-galenovske doktrine se de Albertisovo delo uvršča v kontekst tik za srednjeveško medicinsko mislijo in pred t. i. "znanstveno" medicino 17. stoletja, ki je temeljila na eksperimentiranju in opazovanju, in ne toliko na razpravah predhodnikov. Kljub temu pa se v njem že zrcali renesančno-humanistično pojmovanje posameznikove odgovornosti za lastno telo in aktivne skrbi za ohranjanje zdravja.

Medicinski priručnik, ki je bil predmet analize, predajo mnoge dihotomije, ki pa še zdaleč niso rigidne, temveč se velikokrat prepletajo in prehajajo iz enega "pola" v drugega. Med njimi so konceptualni pari zunan/notri, polno/prazno, čisto/umazano, dišeče/smrdljivo, red/kaos, varno/nevarno, zmerno/nezmerno, ravno-vesje/neravnovesje, preventiva/kurativa, telo/duh ali celo tridelne sheme, naravno/nenaravno/protinaravno, fizično/psihično/moralno in druge zveze, ki se preigravajo skozi celotno razpravo in na nasprotjih ter odnosih hierarhije gradijo sliko o razumevanju zdravja in bolezenskega stanja. Seveda pa besedilo pušča še veliko neodgovorjenih vprašanj, omogoča množico drugačnih interpretacij, vsak od vsebinskih delov pa tudi svojo poglobljeno razpravo, saj zgodovina govori o veliki raznolikosti in spremenljivosti medicinskih konceptov in sistemov, o katerih si zgolj delamo utvare, da jih zares razumemo.

ZAHVALA

Za prijazno pomoč pri prebijanju skozi latinsko besedilo se iskreno zahvaljujem Jadranki Cergol.

HEALTH AND DISEASE IN DE ALBERTIS' BOOK ON THE PLAGUE

Urška ŽELEZNIK

University of Primorska, Science and Research Centre of Koper, Institute for Historical Studies, SI-6000, Koper, Garibaldijeva 1
e-mail: urska.zeleznik@zrs.upr.si

SUMMARY

The medical handbook De praeservatione corporum a pestilentia, written at the end of the 15th century by the physician Giovanni de Albertis from Koper, provides a variety of interesting data depicting the universe of medicine in the examined period. In particular, through a clear review of ways to avoid the risk of plague contagion by living healthily, the book reflects late medieval conceptions of body, health, and disease. The presence of humoral pathology and the miasma theory in the representations of the effects of the plague on the body, as well as of adequate preventive measures, reveals a particular conception of the disease. The tripartite scheme of 'naturals' (bodily fluids, organs, etc.), 'non-naturals' (food, movement, bathing, etc.), and 'contra-naturals' (disease) generates a picture of causal relations wherein non-natural elements trigger changes of natural elements, which results in a contra-natural condition. The etiology of the plague that can be understood from the treatise describes a disease that enters the body from the outside, through 'bad air', but only settles in under favourable conditions (internal imbalance of the body). If the body is to be healthy, for instance, it has to be cleaned of all waste and redundant matter. The active role of man in taking care of his health is viewed primarily as the attempt to maintain the balance of the body, which can generally be achieved through the application of the principle of moderation in food and drink, movement and rest, sexuality, proper hygiene, and other elements of daily life. Disciplining and 'management' of the body (and soul) are covered in the rules of the regimen, which represent an attempt to describe an integrated way of life.

Key words: Giovanni de Albertis, medical handbook, plague, dietetics, humoral pathology, late Middle Ages

VIR IN LITERATURA

Castiglioni, A. (1924): Il libro della pestilenza di Giovanni de Albertis da Capodistria (A. D. MCCCCL). Bologna – Trieste, Licinio Cappelli.

Borisov, P. (1977): Od ranocelništva do začetkov znanstvene kirurgije na Slovenskem. Ljubljana, SAZU.

Borisov, P. (1985): Zgodovina medicine: poskus sinteze medicinske misli. Ljubljana, Cankarjeva založba.

Burckhardt, J. (1956): Renesančna kultura v Italiji. Ljubljana, DZS.

Cipolla, C. M. (1989): Miasmi ed umori. Ecologia e condizioni sanitarie in Toscana nel Seicento. Bologna, Il Mulino.

Cohn, S. K. (2003): The Black Death Transformed. Disease and Culture in Early Renaissance Europe. London, Arnold; New York, Co-published in the United States of America by Oxford University Press.

Darovec, D. (1992): Albertis, Giovanni de (geslo). V: Jevnikar, M. (ur.): Primorski slovenski biografski leksikon. 18. snopič. Gorica, Goriška Mohorjeva družba.

Darovec, D. (ur.) (1999): Stari krajepisi Istre. Koper, Zgodovinsko društvo za južno Primorsko, Znanstveno-raziskovalno središče Republike Slovenije, Pokrajinski muzej.

Darovec, D. (ur.) (2001): Cerkevni krajepisi ali opis mesta in škofije Justinopolis, ljudsko Koper. Koper, Zgodovinsko društvo za južno Primorsko, ZRS, Škofija Koper.

Darovec, D. (2004): Davki nam pijejo kri. Gospodarstvo severozahodne Istre v novem veku v luči beneške davčne politike. Koper, Univerza na Primorskem – Znanstveno-raziskovalno središče – Zgodovinsko društvo za južno Primorsko.

DeHart, S. M. (1999): Hippocratic Medicine and the Greek Body Image. Perspectives on Science, 7, 3, 349–382.

Douglas, M. (1999a): Izbira med grobim in duhovnim: Nekaj medicinskih preferenc. V: Douglas, M.: Miselni slogi. Kritični eseji o dobrem okusu. Ljubljana, Založba /*cf., 33–59.

- Douglas, M. (1999b):** Uvrščeno pod užitno. V: Douglas, M.: Miselni slogi. Kritični eseji o dobrem okusu. Ljubljana, Založba /*cf., 151–166.
- French, R. (2003):** Medicine before Science. The Rational and Learned Doctor from the Middle Ages to the Enlightenment. Cambridge, Cambridge University Press.
- Grmek, M. (1996):** Il concetto di malattia. V: Grmek, M. (ur.): Storia del pensiero medico Occidentale 2. Dal rinascimento all'inizio dell'ottocento. Roma – Bari, Laterza.
- Kramar, J. (1995):** Epidemije v slovenski Istri. Zgodovinski časopis, 49, 1. Ljubljana, 99–112.
- Lipovec Čebren, U. (2003):** Tradicionalni zdravilci in duhovni posredniki v Istri (neobjavljeno magistrsko delo). Ljubljana, Filozofska fakulteta.
- Mikkeli, H. (1999):** Hygiene in the Early Modern Medical Tradition. Helsinki, Academia scientiarum Fennica.
- Montanari, M. (1998):** Lakota in izobilje. Ljubljana, Založba /*cf.
- Pertl, E. (1986):** Zdravljenje za kugo bolnih v razobju od 1349 do 1716 v severovzhodnem delu današnje Slovenije (SRS). Zdravstveni vestnik, 55, 3. Ljubljana, 151–153.
- Plesničar, S. (1957):** Kuga v Istri. Zdravstveni vestnik, 26, 8. Ljubljana, 345–350.
- Pullan, B. (1995):** Plague and perceptions of the poor in early modern Italy. V: Ranger, T., Slack, P.: Epidemics and ideas. Cambridge, New York, Cambridge University Press.
- Schiavuzzi, B. (1892):** Le istituzioni sanitarie Istriane nei tempi passati. AMSI, vol. VIII, f. 3–4, 315–407.
- Schiavuzzi, B. (1912):** Le epidemie di peste bubbonica in Istria. Pagine Istriane, X, 231–275.
- Stancovich, P. (1971–1974):** Biografia degli uomini distinti dell'Istria. Fiume – Trieste, Unione degli Italiani dell'Istria – Università popolare.
- Synnott, A. (1993):** The Body Social. Symbolism, Self and Society. London – New York, Routledge.
- Turner, B. S. (1996):** The Body and Society. London – New Delhi, SAGE Publications – Thousand Oaks.
- Vigarello, G. (1999):** Čisto in umazano. Telesna higiena od srednjega veka naprej. Ljubljana, Založba /*cf.