¶ Incipit tabula libri ſequētis

De electione aeris	Cap̄ i.
De exercitio corporis	Ca ii.
De balneo	Ca iii.
De refectionibus	Ca iiii
De regimine potus	Ca v
De quiete et dormitione	Ca vi.
De ira et triſticia	Ca vii.
De nutrimentis in cibis et potibus	Ca viii
De pane	Ca ix.
De leguminibꝫ	Ca x.
De vſu fructuū	Ca xi.
De oleribus	Ca xii.
De radicibus	Ca xiii.
De carnibus	Ca xiiii.
De lacticiniis et ouis	Ca xv.
De piſcibus	Ca xvi
De ſaporibus et cōdimentis	Ca xvii.
De potibus	Ca xviii.
Remedia emoroydarum	Ca xix

¶ Explicit tabula

o

¶ Incipit liber de cõſeruatione corporis ſeu de regimine ſanitatis cõpoſitus per magiſtrũ Arnoldũ de villa noua

PRima pars vel cõſideratio ſanitatis cõſeruãde pertinet aerꝫ electioni nam inter ea que neceſſario approximãt humano corpori nihil eſt quod immutet fortius ipm̃ ꝗ̄ aer cum per os et nares ad cor et arterias inſpirãdo peruenit cum qualitatibus ſuis et per õnes arterias immiſcetur ſpiritibus corporis per quos omnes actiones vite corporalis perficiũtur Iõ regalis prudentia que ad proprie ſanitatis cõſeruationem ſtudere debet propter ſalutem regni nunꝗ̄ negligat quãtum facultas cõcedit eligere aerem tam in partibus regni ꝗ̄ in manſionibus locorum ad que inhabitando declinat

¶ De electione aeris Capitulum p̃mũ

Am cum in parte regni elegerit diutius habitare iuxta differentias ꝑtium anni in qua ſalubrior et purior viget aer dupliciter prouidet vtilitati cõmuni Primo quidem in cõſeruatione proprie ſalutis a qua diriuatꝛ ſalus totius multitudinis cui preeſt Secũdo vero qm̃ prouidet multitudini quo ad eius p̃ñtiam / non ſolum ãt corpori eſt accõmodus aer purus ꝫ etiam menti / nam omnia mentis oꝑa ſiue in apprehẽdendo ſiue in iudicando clariꝰ et ꝑfectius exercentur in aere puriori. Ex qua cõſideratione non modice regis prudentia ſublimatur cũ per hoc pub/

lice vtilitati prouideat valde in procurādo claritatem cog/
nitionis et induſtrie naturalis non ſolum mente propria ſꝫ
totius conſilii vñ manat gubernationis influentia toti reg
no ad quod bonum procreandum quātum ei poſſibile fue
rit ipē rex obligatur ex proprio maieſtatis officio / cum nō
tātum naturalibus documentis ſed quotidianis conſtet ex/
perientiis ꝙ aeris impuritas atq̃ groſſicies ingenium ebe
tat apprehenſionem obtundit / iudicium obſcurat / cogni/
tiones infatuat et obligat affectiones Ea igitur pars ad ha
bitandum diutius eligatur / vbi fuerit in ſubſtantia purus
aer et in qualitatibus temperatus iuxta differentiam tem/
poris Nam in eſtate querendus eſt purus et ex circumſtan
tiis habitationis declinans ad moderatam frigiditatem et
econtrario in hyeme / vbi autem purus eſt aer / ibi ver ⁊ au
tumnus exiſtunt in qualitatibus temperati Sed quia fre/
quenter contingit ꝙ vbi purus eſt aer ſubitis ventorum fla
tibus agitatur Jdeo tunc corpus rarum de facili leditur al
terationibus repentinis cum leuiter ad eius interiora pene
tret ventus / maxime ſi flauerit veluti per canalem propter
quod expedit in locis ventoſis veſtibus operiri Sed coleri/
cis et ſanguineis congruit veſtis ex lino vel ſerico interdu/
ſa bombace / nam talis veſtis ſanguinem inflāmat nec eſtua
re facit ⁊ a ventorum ingreſſu partes protegit circumtectas
etcetera Jn māſione vero que precipue deputabitur ad ia
cendum cauebitur ne ſit aer concluſus et non habens libe/
ras exſpirationes ſicut in aliquibus domibus teſtudinoſis
que pauca et parua habent ſpiracula vel reumaticis / ſicut
in ſubſolariis quorum ſolum non eſt pauimentatum

¶ Jn talibus enim manſionibus atq̃ domibus aer eſt ni
mis groſſus et iacentes maxime dormientes in eis multū

grauat in capite ⁊ in pectore facit enim eos obtuſos pigros et ſomnolentos cor conſtringit anhelitum indurat facien/do reſpirationē difficilem et vocem āputat et obſcurat Preterea ſi neceſſitas vrgeret i tali domo iacere ſubtilit' in hyeme depuret aer cū igne maximo facto de vitibus ſiccis aut rore marino vel bruſco vel ſimilibus lignis non fumātibꝫ ſed facientibus flāmam claram In eſtate vero cūcta ſpira/cula teneātur aperta vt ſolum irrigetur et in ea parte iacea/tur per quā liberius egredi pōt aer Et ſi ſterni debuerit virentibus plantis caueatur ne ſint aquoſe ⁊ iuncus groſſus ſꝫ bona et mollis herba ſcꝫ mirto vel ſalice aut ſimilibus et talis domus poterit in hyeme cum ligno aloes aut thure ſubfumigari aut ligno iuniperi vel cipreſſi · Eſtate vero cū ſandalo aut foliis mirti ſiccis aut virgis eius vl' roſis ſiccis quibus etiam ſi copia ſuppetat ſolum ſternetur aut ſaccelli repleātur ex eis et collocentur circa puluinar lecti · Cum āt frigora cogent vti bñficio ignis cauendum ē ne nimis ap/proximetur aut diu ſedeat' ad ipm̄ et maxime ſumpto cibo et vultu appoſito /nam rara corpora depauperat ſpū ⁊ eorum impedit digeſtionem et ebetat viſum et acuit ſanguinē et cauſat vertiginem Sed dorſo ad ignem cōuerſo eiꝰ bñ/ficium moderate ſumatur · Si vero fuerit coram oculis et maxime prope cōuenit aliquid ꝓpter oculos interponi

¶ De exercitio corporis · Capi ii ·

p Oſt cōſiderationem aeris ideo cōſideratio ſequi/tur exercitii quoniam naturaliter debet refectionē precedere propter duo/quorum vnum eſt quia calorem excitat naturalem per quem eſt cibi digeſtio celebrāda Unde expedit ꝙ cibus qui ſumitur eum inueniat excitatum et nō ſopitum /aliud eſt quia ſuperfluitates corporis reſoluit et

preparat expulſioni quibus in corpore manentibus natu/
ra nequit ſuas perficere actiones Etenim calorem natura/
lem obtundunt et meatus impediunt per quos debet ali/
mentum tranſire. Unde natura corporis impedita manet
donec ſupfluitates ibi preteriti fuerint excluſe pfecte Quã/
uis autem groſſe ſuperfluitates vt inteſtinales et veſicales
ab aliquibus corporibus egrediãtur abſq3 exercitio tñ ſub
tiles que per poros cutis habent expelli ⁊ que vt plurimũ
aggregãtur inter lacertos membrorum et inter cutem ⁊ car
nem raro niſi per exercitium educũtur a corpore ſano / tum
quia raro ſudat / tum quia rariſſimũ eſt ꝙ aliquis ita parce
viuat ſiue cibetur ꝙ calor naturalis poſſit mẽbrorum ſup/
fluitates propter paucitatem conſumere vel ꝙ ita ſit fortis
ꝙ poſſit quãtaſcũq3 ſuperfluitates vaſtare cognouit enĩ an
te cibum exercitari / ſ3 comedentibus parum ſufficit exerci/
tium modicum Habentis autem qui copioſe reficiũtur ma/
ius ẽ neceſſarium et ecõuerſo / nam his qui parum exerci/
tãtur ſufficit modica leuiſq3 refectio. His ergo attentis in
prandio et cena premittatur exercitium moderatum et vni
forme Moderatum quidem ẽ ex q̃ alacrior quis efficitur ⁊
mẽbra etiam leuiora nam ſi doluerint aut inde fatigata ꝑ/
manſerint proculdubio fuit immoderatio / ⁊ iõ cum fatiga
tio incboat ceſſandum eſt ab eodem Uniforme vero dici/
tur quãdo inferiora et ſuperiora proportionaliter excitan/
tur ſiue peditãdo ſiue equitãdo vel aliter exercitium pera/
gatur Unde qui peditando exercitatur debet aliquãdo in
clinari ad colligendum manib3 aliquid placidum vel ope/
randum Equitans vero ſiue aſcendendo vel deſcendendo
mouendo equum non ſolum pedũ columnas ſed dorſum

moueat et man⁹ et brachia maxime ſi venationi opam de/
derit Illa tñ in ꝓpoſito ſpecies motus vel exercitium eligi
debet per quam ſemp illeſa permaneat regalis maturitas
et honeſtas Quapropter ludus pile aut lucte cum coeta/
nis nullo modo regi congruit quoniam perſonam ipius cō
temnibilem reddit · Iſtud etiam publice vtilitati nimium
derogat

De balneo Cap iiii·

Oſt cōſiderationem exercicii / conſideratio balnei
ſequitur Ideo quia defectum ſupplet ipius nam
in regimine ſanitatis illi ſolum balneātur in quibus ꝑpter
omiſſionem exercitii et copioſam refectionem multitudo ſu
perfluitatum aggregatur in lacertis et intercutaneis regio
nibus aut quibus poſt multitudinē ſudoris in exercitio vel
alia cauſa lotio corporis ē neceſſaria · Et iō balneū ſtuphe
cōpetit p̄mis ad ꝓuocandum ſudorem Aliis vero balneū
aque ad abluendum Sed in propoſito neutrum balneum
locum habet nam corpori temperato vel ſanguine habun
danti ſi moderate cibetur et exercitetur nec cōgruit ſudare/
nec neceſſarium ē ablui ꝑpter ſudoris veſtigia Qđ ſi prop
ter ei⁹ exercitium ſudoris ꝓuocatiuum aliqñ ſequeretur ne
ceſſitas abluendi· Cauendū eſt ne corp⁹ mergatur in aqua
notabiliter calida / ſ; ſit tepida velut illa que ſolis feruori/
bus eſtate caleſcit et roſe vnico feruore bullite proiciātur in
balneo Columne tñ pedū ad cōſeruationē ſanitatis viſus
et auditus / atq; memorie ſepe lauentur et fomententur cū
aqua temperate caliditatis / ⁊ talis lotio fit in ſero circa in/
troitum lecti diebus illis in quibus non cenare contingit lo
tio vero capitis non tradetur vltra viginti dies nec in ebdo

mada plus ꝙ ſemel fiat / nec vnq̄m ſtomacho repleto / ſed
ante prandium vel poſt ipſum et ante cenam ſi preponatur
cenare Et maxime euitandum eſt capitis lotio dum egro/
tatur ⁊c.

¶ De refectionibus Ca. iiii.

Oſt cōſiderationem exercitii ſequitur cōſideratio
refectionis duplici rōne / quarum pͥma eſt quoniā
exercitium corpus inanit / ⁊ inanito corpori debetur refec/
tio Secūda vero eſt quoniam exercitium in aniendo pro/
uocat appetitum cibi qui nominatur fames que nihil aliud
ē ꝙ preco nature ad iudicandum neceſſitatem cibationis de
corpore nāq̧ ſano tunc ē certum ꝙ indiget cibo qn̄ manifeſ
te fameſcit Et iō ſpecialiter habentibus tēperatum corpus
et ſanguinem habundantibus pre aliis non expedit ſume/
re cibum donec eſuriant / natura eīn mēbrorum non āplec
titur ſed reſpuit ipm̄ Et ideo cibus qui ſumitur abſq̧ appe
titu nature velud grauis ſarcina fertur in ſtomacho et aliis
mēbris Preterea magis corrūpitur in eis ꝙ cōuertatur in
ea nam reſpuūt ipm̄ vel conātur tepide in ſubſtantiam ſuā
cōuertere Quāobrem patet ex eis ꝙ ſanis corporib; in q̄/
libet parte anni nulla ſecūdum naturam eſt alia cōgrua ho
ra cibationis ſiue in prandio ſiue in cena niſi quando natu/
ra comedere appetit Et hoc teſtatur ꝙ vulgaris obſeruan
tia tempeſtiue cenandi / non habet in ſanis exiſtentiam ra/
tionis Sed ex leui conceptu manauit imperitorum / et ob
ſeruatur ex indiſcreta cōſuetudine populari. Sumendus ē
ergo cibus appetente natura / nec diu etiā poſt eſuriem atq̧
famelicam paſſionem debet ſumptio tardari / niſi quia ſanc
te conſtitutionis noſtre eccleſie / vel etiā honeſta occupatio

aut religioſa deuotio qñcq3 ſuggerũt ipſam eſuriem tollera
re / debet etiam taliter mẽſurari cibatio ne ſtomachus ten/
tione grauetur Sicut enim nocet cibus ſumptus añ tempꝰ
predictũ / ſic etiam nocet ſi ſumatur immoderate / ad quod
vitãdum expedit vt duo vitentur / primum eſt imperfecta
maſticatio per quam magna fit nature iniuria cum nõ red/
datur ei quod ex p̃ma inſtitutione debet Ad hoc enim dẽ/
tes a natura ſunt ordinati vt ꝑfecte comminuatur cibus an
teq̃ tranſmittatur in locum digeſtionis Cũ enim cibus nõ
eſt liquidus aut per artificium cõminutus valde naturam
ſui corporis defraudat qui ſuis dentibus ꝑfecte non conte/
rit / nam aptitudo cõterendi nec ſtomacho nec ceteris mem
bris interioribus eſt cõceſſa Quapropter neceſſe eſt vt ledã
tur a cibo imꝑfecto maſticato dupliciter · primo quia plꝰ iñ
ſumitur ex quadam degluciendi voracitate Secũdo quo/
niam deglutitus imperfecte digeritur / ⁊ per cõſequens cor
pus ad multas preparat paſſiones / et iõ voraces frequen
ter egrotãtur et nunq̃ ad naturalem ꝑueniunt ſenectutem
Scđm aũt ꝙ metu refectionis immoderate debet vitari eſt
varietas ferculorum in vna mẽſa et maxime ſi fuerint deli
cata Citius enim laſſatur at deficit appetitus in ſumptione
vnius cibi q̃ diuerſorum quoniam blandimẽta ſaporis ꝓ
uocant eum ad plus ſumendum q̃ ſtomachus poſſit dige/
rere propter hoc etiã quãdo difformitas ferculorum eſt tan
ta ꝙ vnum ẽ facilis reliquum vero difficilis digeſtionis ne
ceſſe ẽ vt debita nutritio mẽbrorum impediatur / quia cum
peius digeratur vnum q̃ aliud et cõmiſceantur adinuicem
aut cum digeſto illabitur indigeſtum / aut ſi vſq3 ad perfec
tam digeſtionem alterius remanſerit corrumpetur veluti ſi

carnes pulloꝝ ⁊ vaccine inſimul decoquerētur Accidit etiā ꝙ qn̄ fercula varia multa ſunt numero duobus modis im peditur pfectio digeſtionis. p̄mo quia comedēs ad frequē tius potādum inducitur/ frequens āt potus digeſtionē im pedit queādmodum frequēter ſupfundere aquam olle im pedit eius feruorē Secūdo quia inter p̄mum ferculū et vl/ timū magnū ē interuallū propter quod inchoata digeſtio primi a cruditate ſupuenientium impeditur que oīa nocu menta vitātur per ſumptionem vnius ferculi aut duoꝝ ad plus cū inter ea non cadit notabile interuallū ⁊ ꝙ non ſint valde diſſormia quātum ad habilitatem digeſtionis Et iō qui paucis veſcūtur ad extremā et mundā pueniunt ſenec/ tutem Qui vero ſtudent ad multitudinem ciborum incar/ cerādam vel añ ſenectutem extingūtur/ vel eoꝝ ſenectꝰ in/ tempeſtiua erit et valde immūda ſicut in habitationibꝫ ſep tentrionis frequēter occurrit et non ſolum ora refectionis ⁊ quātitas. ſed etiam qualitas ciboꝝ debet attendi ſic ſcilꝫ vt illi ſumātur qui corpori cōgruunt ſcd̄m exigentiam nature ipſius et tēporis et qui non cōgruūt euitentur Vn̄ qui natu raliter diſpoſitus ē ad patiendum fluentes emorroydas et pulſantes vitare debet acuta et ſalſa nimium et dulcia que/ cūqꝫ cōſtipant de quibus infra dicitur.

¶ De regimine potus. Ca v.

Nnc aūt conuenit de regimine potus in generali tractare circa quod breuē natura prebet ſanis cor/ poribus regulam ſcꝫ vt potetur qn̄ ipſa requiret/ hoc eſt qn̄ veram ſitim aliquis patietur Tūc āt eſt vera ſitis qn̄ in ore ſtomachi percipitur eſtuatio quod nunꝙ in ſanis corpori/ bus niſi ſumpto cibo cōtingit Vn̄ cum talis ſitis ē manifeſ ta ſumēdus ē potus et ſobrie qualis nature corporis et tē/

pori debetur. Eſt em̄ in propoſito cauendum ne ſit vinum acutum vel igneum aut groſſum et dulce / ſꝫ in eſtate albuꝫ val roſeum in hyeme ſubrubeum et in ſubſtantia ſemꝑ cla rum atqꝫ ſubtile cui⁹ ſapor ſit ſimplex et amicabilis et odor ſuauis et ex talibus eligātur ſemꝑ debiliora que min⁹ tol/ lerare poſſint aque mixturam Corporibus enim tempera tis ſanguineis et colericis vtilius ē vinum debile naturali/ ter cum modico aque q̄ꝑ vinoſum fractum cū multa aqua. Sic igitur in propoſito patet qꝫ expedit omnino vitare q̄/ cunqꝫ vina que cōficiūtur gipſo vel calce vel que cōſeruant in vaſis pice linitis et eadem ratione vitandum ē nectar niſi cōficeretur ſecūdum formā inferius ſcriptā patet etiā ex pre dictis qꝫ vinum nouum perfecte clarificatum ē in propoſi/ to veteri ſemꝑ vtilius In ſiti vero mendoſa in qua nō eſtu at orificium ſtomachi ſꝫ areſcit vel os aut palatum propter puluerem aut motum aut aeris calorem et ſiccitatem nō ex pedit bibere / ſed ſufficit gargariſando vinum bn̄ limpha/ tum aut aquam partes predictas humefacere vel emūdare vel ſi magis placeret ſuccoſos fructus maſticare et abicere/ vel modicum ſucci deglutire propter gutturis ariditatē erit expediens

¶ De quiete et dormitione Ca vi

P Oſt refectionem ordine naturali quieſcere cōuenit atqꝫ dormire Cibus em̄ ad hoc recipitur vt dige/ ratur et digeſtus cōuertatur in mēbroꝝ ſubſtantiam Digeſ tio vero cibi et maxime in ſtomacho / vbi recipitur cum to/ talitate ſue difformitatis ad mēbra nequit cōpleri niſi calor naturalis per quem digeſtio celebratur quātum poſſibile ē coadunetur circa locum digeſtionis Quapropter immode rate non cōuenit refectis ambulare ſumpto cibo vel vigila

re vel laborare Maxime ſi corpus eorum non habundas/
uerit naturali calore quoniã in motu et labore diſtrahitur
calor ad mẽbra que motu exercẽtur · ſimiliter in vigilãtibꝫ
dato ꝙ non moueant colũnas pedum et manuũ nihilomi
nus ad organa ſenſuum vt audit⁹ et viſus ad ipm cerebruꝫ
vbi meditationis opatio exercetur calor naturalis diſtrahi
tur qm̃ ſine ipo nulla vite opa pñt in corpore pficí Que õ/
nia recte cõſiderantes phiſiá dixerunt cõcorditer ꝙ potior
hora maioris refectionis ad obſeruãdum ſanitatẽ ẽ veſpti
na / propterea quia nox refectioni ſuccedit · Ex qua multa
bona ꝑueniunt neceſſaria digeſtioni pficienda · Primũ eſt
frigiditas aeris in aere etenĩ frigido fortior eſt digeſtio ꝙ
in calido qm̃ per frigiditatem aeris coadunatur calor natu
ralis in dibano corpis et per calorem ipius aeris diſgrega
tur ꝟſus exteriora ꝑpter quod vt plurimũ comedunt am/
plius in frigidis habitationibus in hyeme Scdm eſt tran/
quillitas mentis et corporis / quoniam de nocte ceſſant me
ditationes et occupationes diurne Tercium ẽ ſomnus qui
etus / nam ſub ſilentio noctis nec ſtrepitu vel clamoribus
interrũpitur nec occupationibus impeditur / nec luce ferien
te oculos breuiatur · Ergo qui moderate reficitur ſumpto
cibo ſedeat et quieſcat / tam mente ꝙ corpore / ſedendo au/
diat nõ amara nec ſubtilia ſed placida que fuerint facilis in
tellectus / vt ſunt regum et ſanctorum hyſtorie vel muſice
melodie Cum autem ſomnus aduenerit protinus dormi/
at · Sed de die maxime in eſtate dormiatur in loco frigidi/
ori et obſcuriori et maxime tranquillo dum tamen non ſit
reumaticus · Pedes quoqꝫ diſcalcientur et cooperiantur/
nam dormire calciatis pedibus et tibiis / maxime enim in
eſtate fumos reflectit et totũ corpus eſtuare facit et inquie/

tari propter quod impeditur digeſtio / viſus obſcuratur et
mens ebetatur / cooperiendi vero ſunt ne nimiū infrigiden
tur et ſimiliter caput in ſomno plus ꝙ̄ in vigiliis cooperien
dum / nam cum calor naturalis in eo coadunetur circa me/
diam corporis regionem extrema remanent modico calo/
re munita / et iō tunc facili⁹ poteſt a frigore ledi maxime ſi
aer frigidus quaſi ꝑ canalem propulſus a ventis penetrat
mēbra cauendum ē etiam ne in directo capitis feneſtra ł ſpi/
raculum ſint aperta Qui vero ſani ſunt corpore debēt in ꝓ
mo ſomno ſuper dextrum latus dormire vt epar quod cir/
ca cor plus habundat naturali calore ſubiacet ſtomacho tā
ꝙ̄ ignis ſuppoſitus lebeti Cum aūt fuerit primus ſomnus
expletus non eſt neceſſarium his qui tꝑate reficiūtur ampli
us dormire Sed ſi qn̄ plus debito ſumeretur aut aliquid
quod eēt graue ad digerendum tunc dormiens non excita/
retur a ꝓmo ſomno ꝓpter perfectionē digeſtionis ꝫ ꝓpter
ſtimulum ſuperfluitatis aggregate in mēbris ſicut vrine in
veſica vel fumoꝝ in lacertis aut ſcreat⁹ in pectore aut ſimi/
lium quibus expulſis vrinādo vel tuſſiendo vel mēbra tē
dendo adhuc expediens erit ad ſomnū redire quod perpen
detur ex ponderoſitate capitis et grauedine palpebrarum.
Et tunc ne fumis cōcluſis epar ſupcaleſcat cōuenit iacere ſu
per latus ſiniſtrum nam cibo fere digeſto multo minor ca/
lor ſufficit ad perficiendū digeſtionē ꝙ̄ crudo Supin⁹ autē
nunꝙ̄ debet ſanus dormire / ne ſupfluitates que fluunt ad
palatum et nares refluant ad cerebrum et ſubiungant me/
moriam Sed excitatus pōt expandi dari ſupinus et paruꝫ
quieſcere ad mēbrorum equationē ⁊ maxime iuncturarꝫ
ſpinalium Similiter ſanis et ſtomachum habentibus cali
dum vel temperatum non expedit ſupra ventrem dormire

propter ceruicis ꝯtorſionem et ſtomachi cōpreſſionē Illis quibus ꝓpter ſtomachi frigiditatē neceſſarium precipit vt ſuper molliſſima puluinaria ventrem collocent et ingemen tur quātum minus poterūt collum torq̄re licet melius eſſet vētri ceruical molliſſimū et calidū applicare ac brachiis am plecti / vel cum lata faſſia lini ſupfirmare vt in ſomno adhe reat Sicut autem his qui moderate reficiūtur non expedit ſumpto cibo deambulare / ſic immoderate refectis erit ex/ pediens priuſq̄ dormiant deambulare ſuauiter et diu quo uſq̄ depreſſum fuerit pondus orificii ſtomachi Et cū ōnis refectus debeat in ſomno tenere caput et pectus ceteris par tibus altiora magis tñ hoc expedit immoderate repletꝭ ne regurgitatione cibi grauetur orificium ſtomachi / ⁊ per con ſequens caput et mēbra ſpiritualia Sōno itaq̄ cōpleto ſtu dendum ē diligenter emūdare corpus a ſupfluitatibꝫ mul/ tiplicatis in eo non ſolum p ſeceſſum aut vrinādo / ſ; etiam per alias ptes vt tuſſiendo et ſcreando et nares mungendo caput pectinādo et faciem mentū aqua tepida lauādo Coi/ tus etiam qui ad nature cōmoduꝫ ordinatur exerceri debet expleto ſomno et corpore tēperato His āt quoꝝ iuncture ſunt debiles aut quos emoroyde ſepe vexant ſiue fluentes fuerint ſiue ſurde cauendum ē diligenter ne famelicī coeant vel immediate poſt repletionē ⁊ maxime ſi ſtimulis volun tariis excitaretur ad hoc ſtudioſe natura ſemp eñi ſpectāda eſt vt ipā ſponte requirat et ex debitis interuallis vt natura poſſit effundere ſemē abſq̄ diſſolutione corporis et tormē to violentus eñi coytus eſt a cunctis hominibꝫ cum terrore vitādus qm̄ omnes vires corporis āputat et in extremā p̄/ cipitat ſenectutem

De ira et triſticia — Ca vii.

Expradictis igitur per ordinē obſeruatis ſcire cō/
uenit inſup ꝙ accidentia corpus efficaciter mutant
ſeu alterant et in operibus mentis faciunt manifeſtā impreſ
ſionem Et iō que nociua ſunt debent ſtudioſe vitari et ſpe/
cialiter ira et triſticia qm̄ ira ſupcalefacit omnia membra et
ꝑpter feruorem cordis ōnes actus rōnis cōfundit Et iō ca
uende ſunt eius occaſiones niſi quātum ex ꝑcepto rōnis ad
uerſus illata cōcitatur Triſticia vero corpus infrigidat ⁊ ex
ſiccat et ꝑpterea maxime exterminationem inducit quia cor
cōſtringit et ſpiritū obtenebrat et ingroſſat ingeniū /ebetat
apprehenſionem impedit iudiciū obſcurat et obtundit me/
moriam Et iō vitanda ſunt eius obiecta niſi quātum rō ꝑ
ſuaſerit ad deteſtationē vicioꝝ et mentis pulchritudinē re
formandam Qui vero multis curis et ſollicitudinibus diſ
trahūtur et crebro punguntur gaudio ſepe vacare debent·
et honeſtis ſolaciis vt animus refloreat et ſpiritus recreen/
tur

¶ De nutrimentis in cibis et potibus Ca viii·

Oſt generalia conuenit ſpecialiter loqui de nutri/
mentis et remediis contra lapſus et intermittieñ·
Primo de cibis Secundo de potibus Sed quia ciborum
quidam ſumuntur in alimentum quidam vero in ſaporem
et condimentum Ideo prius erit ſermo de alimentis Que
dam enim ſumūtur ex terre naſcentibus / quedam vero ex
animalibus Et licet animalia dignitate priora ſint plantis
tamen quia materia ſunt animalium in eo ꝙ nutriuntur ex
eis Ideo terre naſcentia priora ſunt animalibus per natu
ram et rationem nutritionis Ex terre vero naſcentibus aſ/
ſumūtur in alimentum quinqꝫ per ordinem ſcilicet Primo
grana panifica vt frumentum ordeum et ſiligo milium aue

na panicum et riſi· Secundo legumina· Tertio fructus·
Quarto folia ſcilicet olerum et herbarum Quinto radices
vt ſunt porri et cepe et cetera que ſub terra ſuſcipiunt incre/
mentum Frumentum autem coctum frequentari non de/
bet /quoniam lumbricos multiplicat et opilationes gene/
rat et diſponit ad calculum in renibus et veſica Et ſimiliter
pultes de farina frumenti /et quicquid fit de paſta frixa vel
elixa Et idem eſt iudicium de tritico quod vulgariter dici/
tur alatera et amido / licet ſit levius ceteris temperato ta/
men corpori non expedit iſtis vti Et ſi forte diebus ieiunio
rum interdum placuerit ſumere condiantur cum multo lac/
te amigdalorum et prius forte coquātur Simula vero ō/
nibus predictis minus eſt nociua Et adhuc minus colatur
a furfuris que ſi prius cum multa decoquatur aqua/ dein
de cum lacte amigdalorum erit in diebus ieiuniorum para
tis atq̧ colericis cibus leuiſſimus et vtilis Vtilius tamen
erit ferculum ex ordeo factum mundato pri⁹ cocto vſq̧ ad
rupturam Deinde autem loto cum aqua frigida poſtmo/
dum piſtato et cocto cum multo lacte amigdalorum/ vſq̧
ad mediocrem denſitatem Talis etenim cibꝫ ē valde con/
ueniens patientibus emorroydas pulſantes Et ſimili mo
do debet fieri ferculum ex auena mundata ſi magis placue
rit licet ſit minus vtilile ꝙ predictum · ferculum autem ex ri
ſi ſi fiat cum multo lacte amigdalorum ſemper eſt vtile cor
poribus temperatis ad vitandum tamen ad conſtipationē
vltimo debet ſumi· Etiam in omnibus eſt cauendū ne om
nia ṗdicta grana vetuſtate vel alia inutilitate corrupta ſint
vel appropinquent corruptioni et ideo farina et furfur et ſi
milia et triticum que plus ꝙ ſex menſibus fuerint reſerua/
ta /omnia enim talia et huiuſmodi cōſimilia vitari debēt a

corporibus tẽperatis atqȝ colericis Et amidũ ſi pluſqȝ xii· menſes habuerit et riſi ſi plus octo menſibȝ fuerit extra corticem reſeruatum et maxime in regionibȝ calidis Generaliter vero tenẽdum ẽ qȝ ſi predicta omnia fumoſi odoris percipiãtur vel acuti ſaporis aut terrei ſp̄ ſunt euitãda·

¶ De pane Ca ix·

Panis aũt ſemp̄ debet eſſe mediocriter fermẽtatus et parum ſalſus et nequaqȝ farina imbutus et ad vitãdum cõſtipationem prodeſſet vt ſextam vel ſeptimam p̄tem furfuris cõtineat Cauẽdum tñ eſt ne ſumatur calidus aut induratus · Si vero neceſſitas vrgeret aliqñ veſci bis cocto ſumatur a p̄ncipio remollitum in pingui brodio ſiue fuerit pinguedo carnium ſiue fuerit dulcis olei oliuarũ aut amigdaloꝝ et in diebus carnium fruſta lardi baconis cum eo ſumãtur vel aliqua vẽtrem humectantia ſeu mollificantia de quibus infra dicetur

¶ De leguminibus Ca x·

Legumina ãt nunqȝ cõgruunt temperatis corporibus qȝ diu manent in ſanitate ꝑpterea conuenit in propoſito vt eoꝝ ſubſtantia vitetur et maxime ſiccoꝝ Sed ſi de recentibus aliqñ placuerit ſumere gratia nouitatis expedit qȝ coquatur cũ ʒinʒibere et croco et in fine ꝯdiantur cũ lacte amigdalorum niſi cum pinguibus carnibus coquerẽtur / quia tunc non opȝ addere lac amigdaloꝝ Et inter cetera legumina minus ſunt nociua ſanis corporibȝ piſa rotũda et cicera et fabe Et iſtoꝝ etiam triũ minus nociua ſunt piſa rotũda et alba Generaliter ãt qñcũqȝ legumina ſicca ſine carbonibus preparãtur debet cepe rotũdum et albũ cõminutum frixari cũ multo et dulci oleo et eis adiũgi et vltimo lac amigdaloꝝ et hoc ẽ maxime neceſſarium ſi faba de

beat comedi et pͣcipue ſi fuerit de faba fracta / legumina ve
ro que cum lacte animalium preparantur omnino vitanda
ſunt in propoſito Sed in quadrageſima qn̄ diuturnus eſt
opitulantium vſus alimentorum vt piſcium et planetaruꝫ
vtile ē ad conſeruationem ſanitatis in principio refectionis
interdum ſumere puretam cicerum aut piſorum Et hec eſt
illa aqua quam ſapientes comedunt ſcilicet vt piſa vel cice/
ra in aqua dulci remolliantur per noctem et in eadē aqua
ſequenti die bulliantur duabus aut tribus feruoribꝫ/ et tūc
colentur et colatura reſeruetur et appropinquāte hora re/
fectionis addatur ei parum vini albi et modicum de pulue
re ſpicenardi.et croco et ſale in moderata quātitate / deinde
vnico feruore bulliātur et propinētur in principio refectio/
nis vel ad pacandum vel ſi magis placuerit fiant offe / tale
nanqꝫ brodium mundificat venas capillares epatis ⁊ vias
vrinales et ideo preſeruat a calculo in veſica/ et in renibus
precipue ſi piſa vel cicera remolliantur et coquātur in aqua
predicta cum petrocillino Vulgares aūt nimis decipiūtur
in eo ꝙ credunt hanc vtilitatem ineſſe brodio cicerū remol
litorum in lixinio nam tota ſubſtantia ſubtilis et apertiua ꝑ
primam remollitionem ſeparatur exinde

¶ De vſu fructuum Ca xi.

v Sus fructuū tꝑato corꝑi non ꝯgruit in via cibi ſꝫ
poti⁹ medicine videlꝫ ad ꝑſeruādū ipm̄ ab aliq̄ ac
cidēte nociuo qđ ex cōcurrentibꝫ pōt timeri Et idō mode/
rate et ordinate cōuenit vt eis vtat̃ cōſiderata ſꝑ vtilitate q̄
ſperat̃ acquiri ꝑ ſumptionē ipoꝝ Eſt igit̃ aduertēdū ꝙ cor
pora q̄ fructibꝫ nō vtūtur ꝓ alimēto debēt in q̄libet ꝑte an/
ni conſidarare q̄lia poſſint accidētia nociua incurrere vel ex
qualitatibus aeris vel ex nutrimentis illius tēporis et ſecū

dum hoc fructibus magis vti cōgruit ad obuiandum acci/dentibꝫ illis meliori modo Quoniam igitur in eſtate ſan/guis feruore aeris inflāmatur in ipa vero et antumno ficci/tate acuitur Ideo tunc expedit ad temperādum ſanguineꝫ vti frigidis et humidis fructibus · Similiter quādo eſtiuo feruore mēbra rarificātur et facilius ab eiſdem exalant calo res naturales et ſpiritus Ideo tunc expedit vti fructibꝫ cō/ſtringentibus poros quales ſunt ſtiptici · Similiter tunc cō petit vſus acetoſoꝝ ad frangendum colerarū acumen Sic citas etiam tēporis q̄ ventrem cōſtipat ſepe requirit frequē ter eſtate et antumno vſum ipſorum Et ſimiliter quoqꝫ ꝓ/ſunt ad ſomnum prouocādum vbi a ſiccitate temporis im peditur / vel ad ſitim cōpeſcendam vel ad eſtuationem cor dis et epatis et orificii ſtomachi mitigādum Quibus om/nibus diligenter cōſideratis facile quiſqꝫ poterit eſtate ⁊ an tūno vſum fructuum moderare ad regimen ſanitatis Qui cunqꝫ ad cōſeruationem ſanitatis intendit debet hāc regu/lam generaliter obſeruare ſcilꝫ ꝙ nunꝙ vtatur fructibꝫ tam coctis ꝙ crudis donec in arbore fuerint cōſecuti ꝑfectā ma/turitatem exceptis moris quibus vtendum non ē / poſtꝙ ex perfecta maturitate nigreſcūt / quoniam ſunt cibus ara/niarum et ſanguinem inficiunt ac putredini preparant ⁊ bu bones et carbūculos et antraces multiplicant · Et iō in re/gionibus calidis āno quo talium moroꝝ copioſus ē vſus epidimia regnat niſi per fluxū ventris impediatur Secun/da vero regula ꝙ abſtinēdum ē a fructibus qñcunqꝫ multi plicātur in eis vermes aut interius tabeſcunt quod in vul/gari cathalanorum dicitur endecar et cognoſcitur per hoc/quia fruct⁹ exterius non eſt naturaliter coleratus nec habet

naturalem medullam Tales enim fructus generãt conti/
nuas febres niſi forte ſupfluitates eorum per fluxum ven/
tris aut fortem laborem et copioſos ſudores a corpore re/
ſoluãtur Tertia vero regula precipit ne fructus diuerſi ſu
mãtur ſimul quãtumcũqꝫ ſint in naturis vel effectibꝫ pro/
pinqui · verbi gratia/ ſi debuerint praua ſumi ad ventrem
mollificãdum non expedit cum eis ceraſa ſumere ſimul ſed
ſufficit vt hec vel illa ſumãtur in principio refectionis· Si/
militer quoqꝫ tempore quo ficus et vue reperiũtur nõ ex/
pedit vt ſimul ſumantur ·licet vtraqꝫ proſint ad ventrem
mollificandũ ſed ſufficit alterũ et maxime ficus ·Quibꝫ ad
hoc vt efficaciter mollificent debet brodium ſuperbibi /vel
alius liquor Sed habentibꝫ epar et ſtomachum calidum
et cunctis colericis quales ſunt habitatores affrice et libre·
tutiꝰ eſt aquam frigidã ſuperbibere· Ceteris aũt vinũ lim/
phatũ · Si vero debuerit vua ſumi propter ventris ſolu/
tionem Cauendũ erit ne ſumatur in menſa ſed longe ante/
maxime ſi fuerit recens /qm̃ non ſolũ generat ventoſitateꝫ
ſed etiam facit bullitionem Et ideo ſubuertit cibum et per
turbat digeſtionẽ Et vuis ſumptis nullo modo vinũ ſu/
perbibat̃ ſed brodiũ tantũ vel aqua frigida· Si tamen in
menſa debuerint vue ſumi conuenit vt multis diebꝫ poſt
collectionem fuerint reſeruate vel cũ aqua feruenti ſuper/
fũdant̃ /primo et ſecũdo cũ aqua frigida Idem quoqꝫ de
perſicis et anteperſicis comparatis ficubꝫ et vuis debet in/
telligi nam perſica ſumunt̃ interdũ in principio prandii ad
ventris ſolutionem ab his maxime quorũ epar calidum ẽ
et ſiccũ ſed non expedit vt tũc ficꝰ ſumantur ⁊ multo minus
vue / ſed ſufficit vt ante perſica vel perſica tantũ ſumantur

⁊ maxime duratiua que maiori habundant aquoſitate Et ecõuerſo vero in his quorum viſcera frigida ſunt et humi/da quia plus eis molliora cõpetunt / et ſi pdicta neceſſitate cogãtur aliqñ duratiua ſumere prius remolliãtur in vino puro maxime ſi fuerint ipo die collecta / nã que poſt collec/tionem ſoli biduo vel triduo exponuntur ſapidius et ſalu brius tunc ſumũtur Si tamen habentes viſcera calida de/berent ſumere ficus in notabili quãtitate tunc expediret eis premittere perſica vel anteperſica ficubus vel poma bñ ma tura et aromatica cruda eſtate et cocta in hyeme vel ſaltẽ eli gant ficus muſas ſcilicet quarum ſapor participat manifeſtã acredinem per naturam Electiſſime namq̧ ſunt ficus qua rum rubea eſt medulla et ſapor muzus et tales competunt maxime iuuenibus et quarum ẽ complexio calida vel tem/perata Predicta vero regula ſimiliter locum habet in fruc tibus qui ſumũtur ad mitigãdum feruorem ſanguinis / vt ſunt cucumeres et melones vel citrulli vel ad frangendum acumen caloris vt ſunt acetoſi fructus Nã cucumeres me/lones vel citrullos ſimul non cõuenit ſumere ⁊ ſi in menſa ſumãtur parum debet ſumi ex eis et ex cucumerib; ſola me dulla Et ante cibum iuuenibus dico et habentibus viſce/ra calida / verũtamen eſtiuis temporibus non incõgrue ſu mũtur ab eis in fine cene vt diafragmati ⁊ ſuperioribus mẽ bris eſtuantibus propter precedentis diei feruorem et ari/ditatem efficatius mitigium prebeatur maxime cum ſomn⁹ debeat ſubſequi et ex hinc patet ratio propter quam perſi/ca et malagranata dulcia plus conferunt ſumpta in fine ce/ne cum moderamine q̃p in principio licet ſint fructus aquo/ſi / nam ariditatem et eſtuationem ſuperiorum partium ef ficaciter mitigant et ſuauẽ atq̧ delectabilem procurãt ſom

num In his etiam qui acutis et crudis veſcun' in cena vt
aſſaturis obtūdunt humoris acumen Tamen ſi longe ante
cenam ſumeretur medulla cucumeris aut melonis ad miti
gādum ſanguinis feruorem vtilius eēt In fine vero cene
ſumātur perſica vel malagranata vel poma electa cruda l
aſſata et infrigidata cū modico panis Acetoſi quoq; fructꝰ
qui ſumūtur ad coleram obtūdendam et excitādum appe/
titum longe añ prādium ſumi debent vt malagranata · vel
in ꝑncipio ſicut ceraſa tātum aut mora imꝑfecte matura Si
ue tñ in ꝑncipio ſiue longe añ nihil ſuperbibendū ē niſi for
ſitan timeretur in his qui longe añ ſumūtur qꝛ eoꝝ acetoſi
tas offenderet guttur et orificium ſtomachi vel ſpiritualia
tunc eñ expedit parū brodii vel vini bñ limphati aut zuca/
ram puram immediate poſt ſumere Et iō tales ſi ſumpſe/
rint in ieiunio acetoſitatem malagranati aut citrāguli vel li
monis debent cum ſucaro ſumere Predicta ſimiliter regu
la tenet in fructibus qui cōprimūt vel cōſtringūt quia mul/
ti ſimul non debent ſumi Et ideo ſumptis ſarmeneis nō de
bent pira ſumi et ſumptis piris ē abſtinendum a coctanis et
ſumptis coctanis reſpuenda ſunt ſorba et meſpula et econ/
uerſo Sed circa fructus cōprimētes multe occurrunt diuer
ſitates nam quidam cōprimūt ſola groſſicie atq; grauitate
ſubſtantie ſicut auellane crude Quidā vero cōprimūt quia
potentiam habent cōſtringēdi et iſtoꝝ cōprimētium quedā
ſunt que debiliter conſtringunt et vocātur ſtiptica et ſarme/
nia et pira / quedam vero fortiter vt coctana ſorba et hmōi
pontica nominātur Item iſtoꝝ omniū quedā ſunt aroma/
tica quedam non / et quedam dulcia et quedam non dulcia
De ꝯprimētibus ergo datur regula generalis qꝛ ſi ſola gra
uitate cōpreſſerint et nullam habeant potentiam cōſtringē

di vel aggregandi partes mēbri cui obuiāt / nec aromatici
tatem aut dulcedinē nullo mō ſumi debent. Maxime a cor
poribus temperatis Et iō auellane recentes vitande ſunt.
licet poſſint cibum ſumptū cōprimere quia nec dulcedinem
habēt que placeat ori ſtomachi nec aromaticitatem qua cō
fortent et foueant ſpiritum eius nec ſtipticitatem aut poten
tiam qua corroborent aggregādo ptes ipſius Et iō gene/
raliter ſunt nociue ori ſtomachi quia ſua grauitate et frigi/
ditate percutiunt nullū cōferendo iuuamen Sicce vero mi
nus frigide ſunt Et iō minus nocent Et ſi aliquātulū tor/
reantur minus nocebunt et acquirunt ſtipticitatem atqꝫ dul
cedinem per quam poſſunt prodeſſe Sicut et caſtanee quā
do aſſantur nam ſtipticitas et dulcedo vigorātur in eis Et
iō ſumpte poſt cibum cōprimunt ipm orificiū ſtomachi con
fortando maxime ſi in vino aromatico calide immergātur.
De conſtringentibus aūt dantur regule plures. Et prima
ē ꝙ ſi ſumātur an̄ cibū cōſtipant Si vero poſt cibum laxant
nam qn̄ precedunt cibum cōſtringunt partes inferiores qui
bus obuiant et feces ciborum ꝑ meatus conſtrictos diffici/
lius expellūtur Quādo vero ſequūtur cibum quia cōſtrin
gunt meatum ſuper feces exprimūt eas per ptem inferiorē
Secūda regula ē ꝙ conſtringentia pontica nunq̄ ſumenda
ſunt cruda niſi fuerint condita vel per diuturnam morā pō
ticitatem amiſerunt Omnia enim pontica ledunt immedia
te panniculos pectoris Et iō coctana debent priuſq̄ ſumā/
tur in pingui brodio carnium decoqui / vel in paſtillis cum
carnibus aut ſi magis placerent aſſari ſub prunis aut in fur
no quod ē melius vel coquātur in vino puro ſed aſſa / vel
in vino puro cocta fortius ſtringunt q̄ que cum pinguedi/
ne carnium coquūtur Sorba vero et meſpula que raro ma

tureſcunt in arbore per diuturnā moram poſt collectionem
amittunt ponticitatem Et ideo tūc ſi predicta neceſſitas vr/
geat vt ſumantur vel ipā meſpula que carent notabili ama
ritudine poſſunt aſſari vel coquātur cum mero. Illi vero
fructus pontici qui cōdiuntur per ꝯdimentum amittunt no
ciuam ponticitatem ſicut nuces que cum cortice condiuntur
et oliue in ſulſo / et iō hec moderate ſtringunt plus tm̄ oliue
ꝙ nuces / qm̄ condiuntur abſq; melle vel zuchara et iō par
tius debent ſumi quoniam lederent ſpiritualia Tertia re/
gula ē ꝙ conſtringentia ſuccoſa vt pira magis cōgruunt ſic
cis temporibus / vt eſtate et autumno ꝙ hyeme Succo ve
ro carentia et maxime ſi fuerint dulcia hyeme et vere plus
cōpetunt ſicut caſtanee et dattili Omnes enim dattili habēt
aliquam ſtipticitatem ſed manifeſtior ē in dattilis inſulari/
bus et affricis ꝙ alexandrinis Et hyeme et vere ſi neceſſi/
tas vrgeat vti fructibus ad laxandum ventrem cōuenien/
ter ſumūtur poſt cibum ſicut vue paſſe cum ſuis granis du;
tamen nihil ſuperbibat et efficatius venter mollificat ſi fi
cus ſicce ſumātur in principio abſq; pane. In fine vero vel
dattili vel oliue et poſt oliuas poterūt abſq; potu ſumi ali
que vue paſſe. Sed ſi fructus ſuccoſi magis placerent illis
tēporib; vitari debent magis nociui ſicut ſunt vue bruma/
les que valde nocent inteſtinis renibus et veſice Vn̄ ſi ſu/
mere placuerit in principio refectionis ventris mollificati/
ua ſuccoſa melius ē vt pomū aromaticū aſſum et frigidatū
ſuma' l' coctū in vino ā vue vineales maxime albe et abiciā
tur cortex et gna Si ſdo neceſſitas vrgeret ſumere bruma/
les imergātur pri⁹ in aqua feruēti deīn ſupfūdāt cum frigi
da et parum iñ ſumantur Si vero conſtringentia vel com
primentia ſuccoſa in fine placuerit ſumere ſicut pira ſuman/

tur cum caſeo veteri electo vel aſſentur et in vino ponatur Caueant tñ ab eis qui frequēter patiūtur torſiones aut iūc turarum dolores Ultima vero cōſideratio que de fructi/ bus eſt habenda pertinet ad fructus oleaginoſos / vt ſunt amigdala auellane nuces pinee fiſtici de quibus due regu/ le dātur Et pͥma eſt de crudis Secūda de coctis De crudis quidem ſciendū eſt ꝙ omnes offendūt ſtomachū ſed amig/ dale et nuces et fiſtici minus offendunt in ſua recentia et te/ neritate Auellane vero et pinee tunc pluſꝗ ſunt mediocrit exficcate Uñ corporibus tēperatis / ⁊ quoꝝ cōplexio ad ca liditatem declinat nō expedit his fructibus crudis vti quia multum nocere poſſunt ſed parum prodeſſe Amigdale nā ꝗꝫ recentes et tenere poſſunt aliqualiter eſtuationē ſtoma/ chi tēperare Sicce vero et remollite non pſunt niſi ad pro/ hibendum aſſenſum vaporis vini ad caput / nuces aūt te/ nere et indurate non ſolum ſtomachum ꝫ caput ⁊ viſum of fendunt et ſolum a venoſitate piſciū tuentur Auellana pa/ rum epar cōfortant ſua proprietate ꝫ ſtomacho nocent ⁊ ca piti Pinee vero inter cetera grana plus ſtomacho inimicā tur ꝫ proſunt palicitis habentibus ſcreatū fumoſum in pec tore / fiſtici vero efficaciter pſunt epati frigido et ſtomachū ceteris minus offendunt / ꝫ capiti nocent. Si vero predicti fructus cōdiantur cum melle vel zuchar o ſicut pineatū vel nucatum ſtomacho quidem minus nocebunt p̄dictis tamē corporibꝫ non expedit eis vti precipue cum magis ad volū tatem condiātur ꝙ ad vtilitatē.

¶ De oleribus Ca xii.

Jeſub oleribus cōprehēduntur largo nomine ꝗ ꝗꝫ naſcentia ſup terrā ex quibꝫ coquina ſeu fercu/ lum preparatur ſiue ſint herbe vt caules et ſpinargia ⁊ ſimi

lia ſiue fructus herbarũ vt cucurbite ⁊ melongene q̄ vulga
riter albergine nomĩnãtur / de oleribus vero breuiter ē ſci
endum q̄ nunq̄ expedit corpori temperato q̄ cruda ſumã/
tur exceptis lactucis ⁊ portulacis tēporibꝫ feruidis ad cōpeſ
cendum ſanguinis feruorem et eſtuationē in ſtomacho et
in epate. ita q̄ añ cibum cum modico limphato aceto ſumã
tur Amare tñ lactuce ſunt omnino vitāde a corporibus tē
peratis / et quoꝝ cōplexio ad caliditatem declinat / fercula
vero poſſunt ex his omnibꝫ fieri exceptis melōgenis qua/
rum vſus nullo mō prodeſt illis ſed in ceteris cadit diſtinc/
tio nam borago et bugloſſa domeſtica propter ſui tēpera/
mentum omni tēpore cōgruunt maxime quibus venter ē
ſtipticus quibus ad tollendum aſperitatem poſſunt adiun
gi ſemp ſpinargia vel bliti tenerrimi et non rubei et in eſta
te lactuce vel etiã atriplites aut blete In hyeme vero creſ
ſones aut petrocillũ et pauca folia mente vel oculi caulium
alborum Spinargia vero et bliti ſupradicti qui vicinãtur
tēperamento poſſunt mixtim vel ſeperatim ſumi qualibet
parte anni et cetera que tempori cōgruunt adiungi Eſtati
eñi cōgruunt lactuce dulces et portulate blete atriplites et
cucurbite Hyeme vero creſſones et vrtica tenera et petro/
cillum et caules rubei aut criſpi et virides Albi vero quo/
rum caſta eſt lata et folium leue maxime ſi creuerint in ſolo
irriguo et vmbroſo vtiliter ſumũtur interdum eſtate ⁊ au/
tumno abiectis magnis et extremis foliis et oculis prepa/
ratis. In vere aũt teneritates ſperagorum poſſunt adiungi
vel per ſe preparari poſtq̄ fuerint prebulliti In vſu tñ pre/
dictoꝝ tria cōuenit obſeruare Primũ ē vt cum ſpicata fue
rint reſpuãtur Secũdum ē ne cum lacte aiãlium cōdiantur
q̄m nimia fumoſitate lederent corpora ſupradicta ſcilꝫ tem

f

B.N. L.d.

perata vel calida ꝟ cū brodio carniū maxime gallinarū aut cum lacte amigdaloꝝ vel oleo dulci et maxime recenti In cucurbitis vero ſpecialiter conuenit obſeruare vt pro lacte animalium lac ponatur amigdalorum / ne renibus noceāt et veſice Similiter quoqꝫ ne noceant inteſtinis cōuenit eis aliquas cepas albas et rotūdas adiūgere / ꝟ vt non obſint ſtomacho / debent eis adiūgi oculi cauliū / vel in ſcutella cō ſpergi cum cinamomo Tercium ē ꝙ ante omnia fercula de bent ſumi Exceptis caulibꝫ que pn̄t vltimo ſumi ꝓpter ſtip ticitatem quam habent et maxime criſpi et virides ſiue ru/ bei Si tamen ſumeret̄ tn̄ eoꝝ brodium cōuenit vt primo ſumatur propter vim quā habet apertiuā vt brodiū cicerū ſupradictum / nam ꝓpter eoꝝ repugnātiam vexat̄ ſtoma/ chus et impeditur digeſtio ſi ſumātur ſimul ſcilꝫ ſubſtantia cicerū et p̄dictoꝝ cauliū et brodiū ipoꝝ Quāobrem expe/ dit ad vitādum hoc incōueniens ꝙ aut prebulliātur et poſt modū coquātur cū predictis aut feruenti aqua diu ſupfun/ dantur aut ꝙ coquātur vſqꝫ ad denſitatem ad hoc vt bro/ dium reſoluatur vel ꝙ brodium in p̄ncipio ſumatur et in fi ne ſubſtantia

¶ De radicibus Cap̄ xiii.

Radices quibus cōmuniter vtimur ſunt porri et ce pe et allea et rafanus napi et rape paſtinate et che rinie Et a p̄mis quatuor debent omnia corpora tempera/ ta et calida penitus abſtinere maxime ſi fuerint calores / ſed in algoribus hyemis poſſunt interdum fieri fercula ex por ris aut cepis Patientibus tn̄ fluentes emorroydas et pul ſantes cōuenit ſp̄ vitare porros allea rafanum cepas lōgas que vulgariter dicūt̄ ſcalomne Et ſimiliter rotūdas ſi fue/ rint rubee ꝟ ſi fuerint albe poteſt ex eis prebullitis fieri ce/

pulatum cum carnibus aut dulci oleo ⁊ ſiue ſic ſiue non de
bet eis lac amigdaloꝝ ſꝑ adiungi Et quia tale ferculum vē
trem mollificat debet ergo añ omnia fercula ſumi Rape q̄
q̄ȝ dulces et napi tenerrimi ſi cum carnibȝ coquātur et mel/
le et pipere et ciminino cōgruunt predictis corporibȝ ⁊ etiā
dato ꝙ nullo ſapore cōdiantur ſi tñ placuerit ſufficit vt co/
quātur cum gariophilis cōquaſſatis vel cū zinzibere et cro
co et cinamomo ventrē etiā mollificāt et vias vrinales mū
dificant et viſui proſunt Paſtinate quoqȝ ſi fuerint albe po
tuerunt aſſari vel cum carnibus aliqñ ſumi qm̄ eadem iu/
uamenta ventri et viis vrinalibus cōferunt ſꝫ expedit vt p̄/
dicte radices primo ſumātur Cherinie vero poſſunt a pre/
dictis in hyeme et vere ſumi ſi moderate aſſent̄ tñ ſi caput
et pulmonē vel pectus reumati finus vexaret non ſumerē
tur qm̄ nocent humido pulmoni et capiti.

De carnibus Ca xiiii.

Limenta que ſumūtur ex animalibus aut ſumū/
tur ex eoꝝ ſubſtātia vt ex mēbris vel ex humidita
tibus eorūdem ſicut ex lacte et ouis Animalia vero ꝉ greſ
ſibilia ſunt vt quadrupedes et aues vel natabilia vt piſces
greſſibilia vero vel domeſtica ſunt vel ſilueſtria / ⁊ tam de
his ꝙ de illis ſemꝑ ea ſumenda ſunt in alimentum que vi/
ciniora ſunt tēperamento vel q̄ magis cōgruūt qualitatibȝ
tēporis Unde gallina que parere incipit et capo ſex vel oc
to mēſium ad plus / et cuniculus iiii. vel vi. menſium ⁊ ca
priolus x. vel xii. dūmodo in ſuo genere ſint mediocrit̄ pin
guia poſſunt cōuenienter ſumi qualibet ꝑte anni et ſimilit̄
cōgruunt omni tempore corporibus temperatis aut cali/
dis carnes eduli lactantis aut vituli ſi poſſunt haberi qua/
libet ꝑte anni. ſed porci et porcelli magis congruunt eſtati

ꝛ antumno· Pulli quoqꝫ pardicum eodem tꝑe cõgruunt ſꝫ quia ſolum in antumno reperiuntur ſicut etiam ꝛ iuuenes coturnices et turtures ꝙ iõ tunc magis cõgruunt ſicut pulli etiam colũbini Sed galline veteres et agiones et grues veteres pauones et pardices cuniculi animales et lepores anſeres et carnes bidentis arietis caſtrati et auicule que capiuntur in breto et palũbi ſexelli turdones et gallina cuncta magis cõgruũt hyemi· Et ſimiliter carnes ſalſe et quecũqꝫ ſunt dure digeſtionis vaccine et apri Sed que de facili digerũtur propter laxitatem et raritatem et tñ ſunt frigide et ſicce cõplexionis vt carnes cerui caprei quocunqꝫ tꝑe poſſunt ſumi dũmõ fuerint animalis bone habitudinis Anates vero et fulce magis antumno cõueniunt Sed corporibꝫ temperatis nunꝙ expedit anatibus vti vel fulcis Eis etiam q̃s emorroyde crebro vexant et maxime pulſantes expedit vt diligẽter euitent grues et agiones et anſeres veteres pauones turdos merulas ſturnellos turtures turdones et coturnices His tñ corporibus maior vis facienda ẽ in artificio ꝑparãdi carnes ꝑdictas Debent eñ galline poſt occiſionẽ euiſcerari et ſuſpendi a mane vſqꝫ ad cenam vel econuerſo priuſꝙ coquãtur· Pardices aũt veteres et cuniculi debent ad minus ꝑ diem naturalem poſt occiſionẽ ſeruari· Grues vero et faſiani biduo in eſtate et in hyeme triduo Pauo q̃ qꝫ omni tꝑe debet ſeruari poſt occiſionẽ diebus duobꝫ / et ſi plus ꝙ annũ habuerit diebus tribꝫ ad minus debẽt etiã frequẽtare elixas vel coctas in paſtillis ꝙ aſſas frixas vero debent omnino vitare Similiter et cuniculos aſſos et auiculas que capiũtur in breto vel ſimiles aſſas ꝛ in eſtate mutonem aſſum et omnis aſſatura ſumatur in fine ꝑter aſſaturam porci et eduli· Procellus etiam aſſus vitãdus ẽ ſemꝑ

Sed de condito inſulſo tpe eſtiuo pōt aliqñ ſumi Eſt etiā obſeruādum in ouum aſſatura et ſpecialiter in pardicibus ne marceſſant nam ſi nimis aſſentur ſunt nociue Quod etiā de aſſaturis fuerit in ſuperficie /torridum ſp in propoſito ē vitādum et iō cutis et pinguedo aſſature porcī debent vita ri /fercula vero que fuerint ex carnibus cōminutis et cū pin guedine colligatis atqꝫ denſatis vt morcerolium vitanda ſunt et maxime in propoſito Sed alba comeſtio de pulpis gallinarū poterit frequētari dum tñ non fiat ex pulpis epu latis ſꝫ ex trāſuerſo generaliter inciſis et poſtmodum cōtri/ tis et ligatis cum lacte amigdalorum tātūmō vel ſi amidū aut farina ciri iungatur quod ſi valde modicum Mēbroꝝ etiam diuerſitas debet attendi /nam licet partes viciniores cordi ſint puriores propter bñficiū copioſum naturalis co/ loris quod ab ipō recipiunt/ipm tñ cor in via cibi nō com/ petit tēperatis atqꝫ coleriċis vel habentibꝫ debilem digeſ/ tiuam cū ſit dure digeſtionis et groſſum generans ſangui/ nem Epar quoqꝫ ſimiliter debet vitari maxime ſi fuerit ꝑ fecte coctum qm̄ cōſtipat et terreum ac melācolicum gene/ rat ſanguinē Soluꝫ āt epar eduli cōpetit interdū predictis dum tñ moderate ſit aſſum Et ſimiliter cerebrum ipi⁹ tan/ tūmodo ſi perfecte aſſetur Cor āt ceruī et cerebrum lepori aut cuniculi ſi ſumātur ꝓſunt ꝑpter virtutē tiriacale Sꝫ ce/ terorum quadrupedum cerebra et cunctoꝝ aīaliū inteſtina ſtomachus renes et ſplenes debēt vitari /preter ſtomachū gallinarum anſeris atqꝫ gruis Extrema vero ſicut roſtra ⁊ pedes quadrupedum ex paucis aīālibus debent in vſu ali quādo ſumi a predictis ſicut ex porco et edulo nam coleri/ cis prodeſſet vſus ipoꝝ et tēperatis in feruido tpe maxime ſi cōdiantur in ſulſo /et idē debet de pulmone intelligi /dū

tñ ab edulo accipiatur / nam alioꝝ aïãlium pulmones ſunt eis inutiles / lingua vero ex vitulo vel ceruo tñmodo acci piatur Vbera vero ſemꝑ vitentur niſi deberent cũ fame ſu mi et abſqꝫ aliis ferculis

¶ De lacticiniis et ouis. Ca xv.

b Vmiditates aïãlium que cõmuniter maxime ſu/ mũtur in alimentũ ſunt lac iumentoꝝ et oua gal/ linarum et ea que ex lacte fiunt Sanguis enim nulli⁹ aïã/ lis cõgruit alimento ꝑcipue corporibus temperate ꝯplexio nis aut calide In ꝓpoſito vero ſalubris eſt vſus ouorum recentium fractoꝝ in aqua et ſemper mollium Ex quibus a medio autumni vſqꝫ ad medium veris ſufficit vitellũ ac/ cipere Reliquo vero tpe põt accipi album cum vitello Si placeret ſumere aliter preparata cauendum ē ne ſumantur cocta in ventribus gallinarum aut inuoluta et frixa / ꝫ aut ſint aſſa vel ſingulariter frixa et ſemper mollia lactis vſus omnino vitetur / preterq̄ a medio aprilis vſqꝫ ad finē maẏ nam in illo ſpacio proderit lac caprinum ſaltem ſumere per quindenam et maxime in ꝑma quindena maẏ. Sumetur aūt ſicut ab vberibus egredietur in ieiunio depoſitis ſuper/ fluitatibus et premiſſo aliquali exercitio dum tñ nullus ex traneus ſapor in ore ꝑcipiatur / aut tenebroſitas in oculis / aut dolor in capite / ſitqꝫ menſura mediocris ſcilꝫ cõtinens mediam libram vel ad plus vncias nouem vel decem poſt cui⁹ ſumptionem tam diu tardabitur prãdium donec mani feſtus aduenit appetit⁹ Inter ea vero que ſunt ex lacte bu tirum ſpecialiter et ſeratiũ ſunt a predictis corporibus eui/ tanda Si tñ placeret in hyeme aliqñ ſumere butirum cauē dum eſt ne ſit rancidũ aut nimis ſalſum ⁊ q̄ in modica quã titate ſumatur. Quod ſi fuerit melle cõditum / erit melius

ad ſumēdum crudū Serum āt recens et maxime caprinum bullitum et colatum eſſet putile frequentare in medio may vſq; ad finem iulii vel auguſti ſupradicta hora et quātitate Caſeus vero ſi fuerit vaccinus ꝛ butiroſus ac dulcis pōt frequētari aſſus vel elixus antūno et hyeme Ouinus autē pinguis ꝛ nundū rancidus nec nimis ſalſus poterit interdū in fine refectionis in modica quātitate ſumi multum āt non expedit nec eſt tutum niſi cum cucurbitis aut becbolato facto ex voraginibus ſpinargiis a tripliciibus ſumeretur et raro Caſei vero quicūq; fuerint cum coagulato facti debent a predictis corporibus euitari ſed lac cum flore coagulatū poſſit eſtiuis feruoribus aliqñ ſumi ad eſtuationem ſtomachi cōpeſcendam et ſitim in principio cene dummodo poſt vinum nō ſumeretur immediate Simili quoq; ratione poteſt tunc tēporis caſeus recens in fine ſumi vbi deeſſent fructus nominati ſuperius.

¶ De piſcibus Cap. xvi.

Piſces quicunq; fuerint lacuales vitandi ſunt niſi cōſtaret locum eſſe limpidiſſimū in profundū vt ſaxoſum vel calculoſum vel arenoſum et maxime q ex trāſitu magni fluminis crearetur vel ex magna ſcaturigine fōtium aut ex magno et frequēti refluxu maris ſimiliter ſunt vitādi qui ſunt ex riuulis lente fluentib; ꝛ maxime ſi receperint putredines canapis et lini aut putridarū herbarū ł linioſitates coriorum aut ↄdimēta ipoꝝ ł ceteras ſupfluitates villaꝝ ā opidoꝝ Et vñcūq; fuerint hō ē marini ſiue fluuiales vel lacuales / attēdendū ē pncipaliter q habeant ſbām purā q̄ nō ſit in odore ǵuis nec in ſapore nec in tactu et in ſeparatione limoſa Et eoꝝ qui purā habent hoc modo ſubſtantiam ſemper exiſtunt ſalubriores qui pulpam habent

candidam vt argentũ Et inter hec etiã ſquamoſi ſunt ſp̄ p̄/
ferendi / tñ ſi ſquamis caruerint ſaltem obſeruãdum erit vt
ſubſtantia ſit qualis ē dicta Erit etiam cauendum ne piſces
magni et duri comedãtur recenter capti ȝ tñ reſeruentur et
maxime euiſcerati ꝙ abſqȝ corruptione tenereſcant · debent
ãt predictis corporibȝ piſces recentes vt plurimũ aſſari vel
elixari Sed aſſatura magis ē frequētanda in hyeme ꝙ̄ in
eſtate ſiue in furno ſiue in prunis aſſent̄ · Elixatura vero
ecõuerſo Sed illa que fit cũ vino albo cõgruit omni tēpo/
re / et ē obſeruãdum ne in aſſando piſces oleo liniãtur ȝ vi/
no in quo ſal fuerit diſſolutum Si vero fricãtur aut multo
liniãtur oleo dũ aſſant̄ expedit nõ ſumere cutem Vniuer/
ſaliter tñ cutis piſciũ ē vitãda et de ipoꝝ auxungia · Piſces
aũt perfecte ſalſi et maxime pre ſalſedine arefacti non cõgru
unt p̄dictis corporibȝ / licȝ brodiũ ſimplex cõgrui ſicci ſump
tum interdum precipue in quadrageſima qñ frequantant̄
opilatiua ſit vtile in principio menſe qm̄ aperit meat⁹ atqȝ
mundificat Sed ex ſubſtantia vel nihil ſumatur vel paruȝ
et raro et circa finem refectionis Si vero piſcis p̄fecte ſalſus
fuerit lardoſus vt balena ſiue cauina poterit in quadrage/
ſima parum aliqñ ſumi cum ſpinargiis in p̄ncipio qñcunqȝ
neceſſitas occurreret cõſtipationē ſoluēdi · Sed ex piſcibus
ſemiſalſis et maxime pinguibus elixatis largius põt ſumi
nam piſces pingues et groſſi qui biduo vel triduo fuerint
ſale conditi ſi elixentur ſapidius et ſalubri⁹ comedēt̄ ·

¶ De ſaporibus et cõdimentis Ca xvii ·

De ſaporibȝ ⁊ condimentis cõuenit ſcire · ꝙ nunꝙ̄
p̄dictis corporibus acuta cõueniunt Et iõ fortia
ſalſamenta vt piperatas ⁊ alleatas ⁊ acutas ſapores vt ſi/
napium et erucã eis expedit vt vitent niſi taliter poſſent re/

primi ꝙ eoꝝ nocumentū nō timerētur ſicut eruca reprimit qñ paſtillum eius diu in aqua ſimplici coquitur quātum ſcꝫ coquerētur vaccine carnes deinde piſtata cum paucis amigdalis diſtemperetur cum puro aceto nihil aliud adiūgendo niſi forte modicum cinamomi Mel aūt vitare debent corpora ſupradicta et multum etiam vſum zucare Si tñ erute vel alicui acido ſalſamento placeret interdū iungere quicꝙ̄ dulce melius eſt zucara albiſſima vel parum ſape iungatur que vulgariter dicitur arab Semper tñ ē memorādum ꝙ valde dulce acuta et aſſa patientibus emorroydas vexatiōnes inimicātur et iō non expedit eis vt cōfectiones et ſalſamenta frequēter maxime ſi fiant de pipere quocunqꝫ vel cū multo zinzibere galanga ł gariofilis aut etiam multo croco. Sed vt error omnis poſſit euitari portabitur ſequens puluis ℞ zinziberis albiſſimi ·ʒ· ii· corrandri bulliti in aceto et exſiccati ·ʒ· i· cardamomi ben albi añ ·ʒ· ß· raſure eboris lote ·ʒ· ii· gariofilorū croci añ ·ʒ· i· cinamomi electi ·ʒ· vi· fiat puluis et de ip̄o cum amigdalis piſtatis fiat ſalſamē tum cū modico aceto vel aggreſta poterit addi · de ip̄o etiā in moderata quātitate cōdiantur paſtilla et per totam eſtatem imponatur paſtillis cū de furno extrahātur lac amigdalorum factum cum agreſta vel cum ſucco maloꝝ granatoꝝ aut limonū vel citranguloꝝ que vulgariter dicūtur terongie vel arangie/ tales eñi ſapores acetoſi facti cum amigdalis raro vel nunꝙ̄ poſſunt ledere ſpiritualia poſſit etiā acetoſitatum q̄ ponūtur in paſtillis caueri offenſa ſi totuꝫ ouū cum eis agitetur fortiter poſtmodūqꝫ paſtillis imponatur cū fuerint extracta de furno Similiter quoqꝫ ſi lacte amigdaloꝝ facto cum predictis acetoſitatibus aſſature cōſpergātur ſp minus nocebunt Sed ſi placuerit eſtiuis feruoribus

vti ad ſaporem ſimplici acetoſitate cauẽdum ẽ ne nimiũ fre
quẽtetur ſuccus limonum qm̃ valde neruis et neruoſis mẽ
brum inimicatur Acetoſitas vero citranguli quia vicinior
temperamento ſemp̱ ẽ minoris offenſionis. Et in his etiã
fructibus obſeruari debet regula ſupradicta ſcꝫ vt ſumãtur
in vſum donec in arbore maturauerint / limo enĩ tunc per/
fecte maturauit cũ amiſerit õnino corticis duriciem atq̱ vi
riditatem Citranguli aũt ad ſui pfectam maturitateꝫ debẽt
per annũ integrum in arbore pmanere Omnibꝫ aũt aceto
ſitatibus melior ẽ que ſumitur ex malogranato muzo an/
ni preteriti / tum quia debilior / tum quia modicum habet
ſtipticitatis que põt cõfortare ſtomachum et mẽbra interio
ra Et hac etiam rõne pre ceteris ꝯmendatur agreſta que ſit
ex tenuitatibus vitium Et ab omnibꝫ aliis abſtinẽdum eſt
cum de ipã copia reperiatur que poterit acui cum ceteris ace
toſitatibus ſi placuerit cum aſſaturis tñ auium eſtiuo tẽpo
re ſufficit ad ſaporem vt ꝯquaſſentur in mixtura vini ⁊ mul
te aque roſacee cum modico ſalis Aſſaturis etiam quadru
pedum ſi placuerit ſaporem alium a ſale cõiungere ſufficit
eruca predicto mõ parata vel ſalſamentum viride factũ ſo/
lũmodo cũ aceto vel amigdalis et petrocillo et modico mẽ
te et cinamomi Uel ſi carnes aride fuerint quas tñ opꝫ di/
ligenter vitare ſufficit parum ſalis cũ multo vino limpha/
to Sed in propoſito põt ex cinamomo electo et amigda/
lis atq̱ aceto fieri ſapor cõueniens omnibꝫ aſſaturis nõ ſo
lum quadrupedum ſꝫ etiam piſcium et hyeme põt addi pa
rum zinziberis Sed ille ſapor qui fit tñ ex optimo cinamo
mo et multis amigdalis atq̱ aceto poteſt omni tp̃e frequẽ
tari ſi cõſuetudo requirat vti ſaporibus / quod ĩdo dicitur
quia corpora temperata non indigent alieno ſapore nã cuꝫ

appetitu regulato ſemper ab eis ſumitur alimentum Et iõ niſi qualitates alimentoꝝ vel tẽpoꝝ ab equalitate receſſe/rint non indigent medicato ſapore niſi ſale tm̄modo. Sed cõſuetudo nature ſꝑ imponit neceſſitatem Et iõ teſte ypo/crate dãdum ẽ aliquid conſuetudini ⁊ aliquid nature corpo ris et aliquid tẽpori ſicut docetur in propoſito ꝑ regulas ꝑ̄dictas De his ãt quibus cibaria cõdiuntur ſicut ſal oleum acetum carnes ſalſe ⁊ ſimilia ꝑ predicta ſufficienter datur in telligi quod cõueniat obſeruare.

De potibus Ca xviii.

De potibus vero ſciendum ẽ ꝙ ea que bibuntur a ſanis cõmuniter aut ſumũtur tãtum in ratione po tus aut in ratione ſolũmodo medicine preſeruatiue/ vel in ratione potus et medicine. In ratione quidem pot⁹ bibit̃ omnis liquor ſumptus ad extinguendum ſitim cauſatã ex cibo et ad reddendum ipm̃ moderate fluxibilem ſicut bibi/tur vinum vel aqua in hora refectionis De vino ergo qua le cõueniat in propoſito et qñ debeat ſumi dictum eſt ſupra in generalibus In ratione vero medicine ſumitur tantum qñ in eſtate bibitur aliquis liquor ad mitigãdum eſtuatio nem interiorum mẽbrorum qua intentione bibitur a pluri bus tunc in feruore iuleb Et ẽ ſyropus factus ex aqua ro/ſacea tãtum et pane zucare qui ſyropus eſt tunc tẽporis val de vtilis temperatis /quando pre feruore temporis eſtuãt Et adhuc quoniamquidem magis vtilis eſt habentibus complexionem naturaliter calidam / ſpecialiter in epate et in corde /bibitum enim cum aqua frigida non ſolum infri/gidat ſed humectat etiam et confortat Simili quoqꝫ ratio ne habentibus ſtomachum ſiccum et etiam inteſtina ſicca / talibus enim ſpecialius conuenit tunc temporis bibere

ſyropum violatum mō predicto Quibꝫ vero ſunt humida ſyropum roſaceum Sicut in his quoꝝ cerebrū ſicū ē con/uenit propter eſtuationē interioꝝ mēbroꝝ tunc tēporis bibere nenufar Eadem ſit ratione tunc tēporis bibunt aquā ordei quoꝝ cōplexio totius declinat ad ſiccitatem Sed carnoſis et habentibꝫ viſcera calida ſufficit tūc tēporis propter eſtuationē intimoꝝ aquā purā frigidā bibere que ſit de fō/te viuo aut de laudabili puteo vel aſterna Pinguibꝫ tm̄ et opilatis vel ſtrictos habentibus meatus interioꝝ cōuenit addere parum aceti · Sed in ꝓpoſito ſi predicta neceſſitas vrgeret interdum bibere ipām diſſoluatur in ea prius ro/ſacea zuccara facta de puro et albiſſimo pane Quapropter ipā tunc debet potari maxime in diebus canicularibꝫ et etiā iuleb ſic factum ſcꝫ ꝙ ad vnam libram panis zucare ponā/tur ·iii· libere de aqua roſacea nec ſupra ignem ſtare ꝑmit/tatur niſi quātum clarificationi cōuenit ita ꝙ ad plus nō ſu matur de aqua roſacea niſi tertia pars In ratione vero potus et medicine ſumitur / ſicut qn̄ in feruoribus eſtatis poſt ſomnū diuturnuꝫ ſitiūt et eſtuant vera ſiti qui bene fuerint in prandio refecti nam talibus tūc temporis expedit in via potus et medicine bibere aquam frigidam vel vinū bn̄ lim phatum Sed in algoribus hyemis et interdū in quadra/geſima ſumitur in via medicine ſolūmō nectar ſiue daretuꝫ in fine refectionis ſcꝫ ad hoc vt os ſtomachi calefaciat et di/geſtiuam cōfortet / ꝛ idō ſumitur vt plurimū cum eo qđ cir/ca regionem orificii ſtomachi plus retinet ipm̄ ſicut cū nebu lis q̄ ſua viſcoſitate adherent vel habentes ipm̄ humidum cū pane aliquātulum terrefacto Sed in ꝓpoſito non ē ne/ceſſarius nectaris vſus quia cōficitur ex duabus habentibꝫ acumen et inflāmantibus ſcilꝫ ſpeciebus et vino et tertio in

flāmabili q̄ ē dulce ſalʒ mel aut ʒuccara Propterea ſi ratio
nes tēporis aut ꝯſuetudinis eo placuerit vti parce ſumatur
et ſp fiet ex puluere ſequēti ℞ cinamomi electi ·ʒ· i· ʒinʒibe
ris albiſſimi ·ʒ· ß· roſarum rubearum gariofilis ſandali ru
bei an̄ ·ʒ· ii· piloꝝ ſpice ·ʒ· i· fiat puluis qui ſufficit in pro/
poſito ad xxx· lb· vini addito melle vel ʒuccara quātum ſuf
ficit pulueribus incorporādis et ad plus ſufficit tātum ʒuc/
care quātum mellis deſpumati aut media libra ʒuccare diſ/
ſolute in vino modico tn̄ cum melle diutius et melius con
ſeruatur

¶ Remedia emorroydarum Ca xix·

Ertum ē q̄ ſeruando regimen ſupradictū emor/
roydarum vexatio vel omnino ceſſabit vel tam le
uis erit q̄ poterit paruipendi Sed quia frequēter a debito
regimine declinatur Jō cōuenit vt hi qui p naturam pro/
ni ſunt ad vexationem talem ſciant quibus remediis in ac/
tu paſſionis poterunt ſe iuuare Qn̄ igitur emorroyde mo
derate fluunt non ſunt vllo mō reſtringende/ qm̄ talis flux
us corpori eſt ſalubris et ꝯſeruat ipm̄ a pluribus et grauibꝫ
morbis Sed immoderate fluentes quia nimis corpus de/
bilitant ſunt cōpeſcende Ad quod ſunt tria neceſſaria/ pri/
mum ē diligenter ſeruare precepta ſupradicti regiminis/ et
ſpecialiter in vitando acuta et ſalſa et dulcia/ et in acutis de
bent aſſature intelligi et maxime ſi fuerint aride debent etiā
cuncta inflammatiua vitari ſicut ira et coitus et exercitiū for
te Secūdū ē vti a parte intra delectabilibus ſtipticis vt ſar/
mentis piris et coctanis et ſimilibus vt ē ſcriptum ſuperius
nō tn̄ in principio ſumātur ne ventrē cōſtipent· Et auricule
porci et pedes et amidū et etiā riʒi tunc frequētabūtur vl' in
eſtate bibat' mane ſyropus roſaceus aut factus ex ſucco ci/

toniorum ſiue murtillis et ſi cocti fuerint ad pfectionem ad
miſceatur duplū aque calide ⁊ quaſi tepidum bibatur. Si
vero non eēt ſyropus ad pfectionem coctus quod melius
ē caleſiat modicum et bibatur ⁊ ſi forte horreretur dulcedo
addatur cum debuerit ſumi parum de ſucco malagranati re
center expreſſi vel ſaltem puri vel modicum de ſucco citran
guli In hyeme vero comedātur in ieiunio triginta vel q̄/
draginta radicule q̄ dicūt vulgariter truſlex de ronax Ter
tium ē vt exterius applicētur aliqua ſtiptica ſic videlꝫ vt in
eſtate fiat ſaccellus ex tribus ptibus roſaruꝫ et quarta mur
tilloꝝ et pnito feruore bulliantur in aqua / deiñ exprimat
et cū tepuerit diu ſedebitur ſup ipm et mane et ſero In hye
me vero ſaluia recens cōquaſſabitur et frigetur cum multo
oleo roſaceo et in ſaccello ponetur et ſedebitur deſup vt pri
us Eſt etiam influentibus emorroydis aduertendū ne ceſ
ſante fluxu ſanguinis forte ſtillent aquoſitates albe vel ci/
trine vel virides et ibidem ſordicies aggregetur / nam ta/
lis immūdicia cōcluſa nō ſolū prurigines ꝫ frequēter vltra
generat corroſiua Et idō cū apparuerint predicti feruores
debet illa regio ſepe lauari et etiā diu cū vino in quo ſaluia
recens et plantago equaliter ſumpta et cōcaſſata prius bul/
liantur vel in defectu plātaginis et ſaluie ſumātur equales
partes roſarum et yreos vel abſintii et cōcaſſentur et bulliā
tur cū vino Cōtingit etiam ſepe ꝙ dolore moleſcant ⁊ hoc
multipliciter Qñcunqꝫ quidem ꝑpter retentionem ſangui
nis emittendi qñ eñ ille vene ſunt immoderate replete nec
aperiūtur vt cōſueuerunt ad effundendum ſanguinem exce
dentem / dolore afficiunt regioneꝫ illam ⁊ qñqꝫ vicinas vt
ē regio ancarum et colligatas / vt regio dorſi et cognoſcitur
exceſſus ſanguinis ibi retenti per hoc ꝙ ipē tument et gra/

uedo ſiue ponderoſitas et pulſatio ſequũtur ibidē ꝛ in iu/
uenibꝫ maſculis magis ſentitur pulſatio ꝙ grauedo et qñꝫ
ſanguis exuberat non ſolũ ibi ꝫ etiã ſupra totũ dorſum tē/
ditur et difficiliter curuãtur ac ſi baculus eēt infixus Mitiga
tur ãt dolor dupliciter / vno mõ ſcꝫ ad curam ꝑfectam / alio
vero mõ ad remediũ tm̃ Cura vero ꝑfecta ē vt cauſa dolo
ris abſcindatur perfecte quod fit ſi ſanguis qui ſuꝑfluit ſen/
ſibiliter euacuetur et maxime ꝑ illas ꝑtes per quas natura
cõſueuit et adhuc conatur euacuare ſcꝫ ꝑ emoroydas et ido
feſtinãdum ē vt ille aperiãtur · quod fit tribus modis / vnꝰ
ē cum fleubothomia / alius ē cum ſanguiſugis appoſitis ꝑ
cannas / tercius ē cũ medicinis et melior medicinarũ ē foliũ
ficulne quod debet prius cõplicari ꝛ ꝙ vna pars cũ alia cõ/
teratur quouſqꝫ lac effluat inũ Poſtmodum fricentur emor
roydē cũ ſuꝑficie cõfricata donec aperiantur et ſimili mõ cõ
fricãtur cũ cepa lacrimãte ł diſtēperētur aloe cicotriniũ cum
felle bouino et modico aceti et calidũ cum panno vel bom/
bace ſuperponatur vel ſupra pãnum ſedeatur donec aperi/
antur vel ſimili mõ ſuperponatur oleum amigdaloꝝ ama
rarũ vel perſicarum Si vero tardaretur aut tardari time/
retur emorroydarũ aꝑtio ſaltem diuertēdus ē ſanguis ab
inde quod in aperiendo venam groſſiorem que apparet ſu
per dorſum pedis fit in ambobus pedibus et hoc fiat in ie
iunio / ꝛ ad minus de vtraqꝫ · iii · vncie ſanguinis extrahãᵗ
vel ſi predicta fleubothomia nequeat fieri fiat de vena epa
tis in plicatura brachii et ſubtilis dieta ſeruetur · iii · diebus
Cõgrua vero remedia ſunt in propoſito calefactoria mol
litiua que ſuauiter et inſenſibiliter detinue faciunt ſuperflui
tatem ſanguinis reſoluendo fiunt aũt hec calefactoria duo
bus modis / vno mõ vt medicine cocte in aqua ponantur

in aliqua olla ſub ſella perforata et ſedendo in ſella recipia-
tur vapor per inferiora Alio vero mō vt mediane cū aqua
decoctionis earū ponātur in gradali vel concam et ſedatur
ibi vel immergatur de ſpongia et exprimatur et ſupſedea-
tur Sed primus modus et ſecūdus efficati⁹ opantur. Me-
diane vero que bullientur in aqua erunt iſte ſcꝫ duo mani-
puli folioꝝ lingue canis vel in defectu eius tātūdem mal-
uarum vel biſmalue et manipulum vnum violarie et tan-
tūdem petrocilli et ℔. ſemis frenugreci / vel in defectu eius
ponātur iii. vncie melliloti et ii. deſticados citrino ⁊ omnia
cōcaſſata ponātur in ſaccello lineo et bulliātur in aqua dul
ci et fiat vt prius dictum ē Qñqꝫ vero dolorē creāt et prop
ter excreſcentiā quando ſcilꝫ in extremitate ipārum exterius
erunt quedā additamenta ſicut ſi eſſent papille mamillarū
que excreſcentie in quibuſdam ſunt aſpere et dure verrute
et iō vocantur verrucales . In quibuſdam vero ſunt lenes
et rotūde et turgentes ad modum vue et inde dicūtur vua-
les In quibuſdam vero ſunt molles et granoſe vt mori ⁊
inde dicūtur morales / et quia ſudant humiditatem ſangui
nolenta ideo quidam ficus nominauerunt Et omnes hu-
iuſmodi excreſcentie affligunt ſedentem vel equitantem et
maxime verucales ꝓpter ſuam duriciem et aſperitatem / et
poſt has graui⁹ affligūt vuales ꝙ̄ morales quia ꝓpter ſui
tumorem vel tenſionem non cedūt cōpreſſioni In his er-
go excreſcentiis ē ſciendum ꝙ parū ꝓſunt remedia ſupradic
ta ꝓ̄terꝙ̄ in vualibꝫ que vt plurimū generātur ex retentio-
ne ſanguinis cuius euacuatio moderata prodeſſet. et ideo
poſſunt in eis exerceri predicta In verucalibus autem pro
deſt ad remedium applicare mollitiua et lenitiua / vt vitel-
lum oui concaſſatum in eſtate cum oleo violato et in hye-

me cū oleo amigdaloꝝ bulitum et butiro recenti ꝛ ōni tē/
pore ꝓdeſt adiūgere predictis muſtilaginem maluarū aut
fenugreci ita vt in mixtura pᷣdicta bombax vel pannus line
us immergatur et ſupponatur In moralibꝫ āt ad remedi
um plꝰ proſunt exſiccatiua ſine mordificatione ſicut puluis
factus ex foliis tapſi barbati vel plantaginis adustis vel ex
radicibus canarum adustis Hic eñ puluis incorporatꝰ cū
oleo roſato debet ſupponi cū panno vel debet ſupſederi in
ſpongia Predictis aūt pulueribus pōt adiungi quarta ps
ceruſe / ꝛ alia quarta ps licargeri et cum oleo roſato fit vn/
guentum cōueniens in ꝓpoſito ad remediū Sed in ōnibꝫ
predictis excreſcentiis eſt melius ad curam intendere ꝙ ad
remedium qm̄ per remedium non prebetur niſi momētane
um iuuamentū et iō procurādum ē vt ille excreſcentie aufe/
rātur ad hoc vt equalis maneat ſupficies regionis. Tñ in
illis corporibus in quibus expedit vt emorroyde ſepe flu/
ant cauēdum ē diligenter ne ꝑ moduꝫ auferendi ſolitꝰ fluxꝰ
prohibeatur / ſicut accidit qñ extirpātur cauterio vel inci/
ſione quia vt plurimū cōtingit tūc ꝙ in ſanatione cauterii ꝉ
inciſionis claudūtur omnino per cōſolidationē venaꝝ Sꝫ
cōueniens aut ſecurus modus ē vt auferātur paulatim cuꝫ
ſuauibus corroſiuis qualia ſ͠t ea q̄ ſunt de natura ſalis / nā
quaſi pruriendo cōſumūt ſuperfluitatē et cito liqueſcūt ſi/
cut fex aceti cōbuſta et ſanguinem vituli et ſal gemma nitrū
et mel ac vetus exungia porci ex quibꝫ optimū cōficitur vn
guentum ſic ſcꝫ vt fex aceti cōbuſta et ſanguinē vituli ſal gē
ma et nitrum omnia ſimul vꝉ aliqua ipſoꝝ accipiātur equa
libus portionibꝫ et pulueriſentur / deiñ cum vna pte mel/
lis et duabus axungie liquefacte fortiter incorperētur vt ſi
at ſicut vnguentū et in pāno ſuperponatur et qualibet vice

lauetur pri⁹ cū vino calido in quo modicū mellis diſſoluat
poterit āt in eſtate modicum aceti cum p̄dictis ex quibꝫ vn/
guentum fiet incorporari Cū āt excreſcentie fuerint elima/
te et māſerit ſuperficies regionis equata ſufficit in eſtate la
uare cum vino decoctionis roſarum aut capſi barbati ł plā
taginis In hyeme cū vino decoctionis ſaliue cui parti poſt
lotionem ſupaſpergetur puluis ex duabus partibꝫ roſaruꝫ
et vna ceruſe factus Poſſunt etiam cōuenienter auferri ſi li
gentur in radice ſicca vel ſeritino filo / dum tñ ligatura non
ſtringatur immoderate ꝫ quātum tolerari poterit abſqꝫ do
lore graui Si vero accipiatur cortex laureole et fiant ex eis
fila ex quibus predicte excreſcētie ligentur et radicitus mo
derate ſtrictura celeriter abſcindentur · Tertio mō afligunt
ꝓpter inflāmationem ipaꝛuꝫ in circūſtantiis regionis ⁊ tūc
ſufficit vt ſepe lauentur cū aqua dulci tepida in qua pri⁹ bu/
liatur ſemen cucurbite vel cucumeris cōcaſſatum aut portu
lata vel ſemperuiua vel flores nenufaris vel ſuo tēpore li/
niatur cum ſucco cucurbite ſempuiue / aut ex albumine oui
cum oleo violaceo fortiter agitatis · Vel fiat vnguentū ex
ceruſa lota et cera alba et oleo violaceo et muſtillagine pſil
lii equaliter acceptatis et fortiter incorporatis Et ſimiliter
poterit inunctio fieri ex populeon ſi recens inueniatur · Et
ſi predicta omnia deficerent tepefiat aqua ſimplex ſicut ſi ſte
tiſſet ad ſolem et bombax vel pannus lineus merſus in ea
frequēter applicetur regioni predicte Quarto etiā mō con
ſueuerunt affligere ſpecialiter in egerendo qñ ſtercus emit/
tendum ē durū / quia tūc maxime ſi fuerint excreſcentes co/
hercentur et cōprimūtur ab eo in exitu et grauem generat
cruciatum et iō precauendū ē ne feces indurentur ciborum
vtendo mollitiuis et humectantibus iuxta doctrinā ſupe/

riorẽm Et ſi cetera non habentur in promptu in principio prandii ſumeretur medulla caſſia fiſtule vſqꝫ ad quãtitatẽ vnius vncie vel circiter vel ſemis ad minus / in actu vero aſſelandi poteſt obuiari afflictioni ſi mergãtur inferiora in aqua moderate quantitatis et maxime ſi malue fuerint ibi cocte vel in oleo violato tepido pannus lineus immerſus ano ſuauiter quãtum poterit intromittatur.

Explicit regimen ſanitatis cõpoſitum ſeu ordinatum a magiſtro Arnoldo de villa noua Cathalono omniũ medicorum viuentium gemma.