www.e-rara.ch

[Regimen sanitatis]

Maino

[Basel], [nicht vor 8. November 1493]

Universitätsbibliothek Basel

Persistent Link: https://doi.org/10.3931/e-rara-124477

Pars Tertia: De regulis regimis sanitatis sumptis a rebus non naturalibus in generali et speciali

www.e-rara.ch
Die Plattform e-rara.ch macht die in Schweizer Bibliotheken vorhandenen Drucke online verfügbar. Das Spektrum reicht von Büchern über Karten bis zu illustrierten Materialien – von den Anfängen des Buchdrucks bis ins 20. Jahrhundert.

e-rara.ch provides online access to rare books available in Swiss libraries. The holdings extend from books and maps to illustrated material – from the beginnings of printing to the 20th century.

e-rara.ch met en ligne des reproductions numériques d'imprimés conservés dans les bibliothèques de Suisse. L'éventail va des livres aux documents iconographiques en passant par les cartes – des débuts de l'imprimerie jusqu'au 20e siècle.

e-rara.ch mette a disposizione in rete le edizioni antiche conservate nelle biblioteche svizzere. La collezione comprende libri, carte geografiche e materiale illustrato che risalgono agli inizi della tipografia fino ad arrivare al XX secolo.

Nutzungsbedingungen Dieses Digitalisat kann kostenfrei heruntergeladen werden. Die Lizenzierungsart und die Nutzungsbedingungen sind individuell zu jedem Dokument in den Titelinformationen angegeben. Für weitere Informationen siehe auch [Link]

Terms of Use This digital copy can be downloaded free of charge. The type of licensing and the terms of use are indicated in the title information for each document individually. For further information please refer to the terms of use on [Link]

Conditions d'utilisation Ce document numérique peut être téléchargé gratuitement. Son statut juridique et ses conditions d'utilisation sont précisés dans sa notice détaillée. Pour de plus amples informations, voir [Link]

Condizioni di utilizzo Questo documento può essere scaricato gratuitamente. Il tipo di licenza e le condizioni di utilizzo sono indicate nella notizia bibliografica del singolo documento. Per ulteriori informazioni vedi anche [Link]

De cõſeruatõe matricis.

De matricis autem cõſeruatiõe ⁊ debita menſtruorũ ꝓuocati-
one: quia ſatis patet ex dictis ſupius in iſto capitulo: ꝓpterea
volo breuius pertrãſire. Sciendũ igitur ꝙ mẽſtrua tempa-
ta in qualitate et quãtitate: ⁊ in tẽpore ſuo currentia ſcd̃m cõſuetudi-
nem naturalẽ in om̃i ſpacio: ſunt cauſe ſanitatis mulierꝝ: ⁊ mũdifica-
tionis corporis earũ ab om̃i nocumẽto in quãtitate ⁊ qualitate: ⁊ fa-
ciunt ipas acquirere caſtitatẽ ⁊ paucitatẽ deſiderij. Et menſura equa-
lis menſtruoꝝ eſt vt menſtruet mulier in omni menſe vſq; ad. xxx. di-
es. Et eſt diligenter notandũ ꝙ mẽſtrua naturaliter fluũt in quali-
bet lunatiõe ſemel: ⁊ ſi fluũt plus vel minus: nõ eſt ex toto ſcd̃m natu-
ram. In quibuſdã autem fluũt in prima quadra: puta in puellis: et in
quibuſdã in ſecũda: puta in iuuenibus: et in quibuſdã in tertia: puta
ꝓuectioribꝰ: et quibuſdã in quarta: puta ſenioribus. Et incipiũt mẽ-
ſtrua fluere in mulieribus cõmuniter poſt decimũquartũ annũ: qui-
buſdã citius: quibuſdã tardius: ſcd̃m diuerſitatem cõplexionũ ⁊ ha-
bitudinũ: ⁊ ſimiliter regionũ ⁊ ſimiliũ. Et cõmuniter durant vſq; ad
quinq̃geſimũ annũ. Et in quibuſdã non durãt vltra triceſimũ quin-
tum: ⁊ in quibuſdã ſolum vſq; ad q̃drageſimũquintũ annũ. Quedam
enĩ mulieres ſunt ita male cõplexionate ꝙ nõ poſſunt vſq; ad quinq̃-
geſimũ annũ ꝑuenire: ⁊ in talibus menſtrua citius naturaliter defice-
re cõſueuerũt. Quãdo aũt mẽſtrua alterant̃ a diſpoſitõe propria natu-
rali ſunt cauſa debilitatis mulierũ: ⁊ alteratiõis forme: ⁊ paucitatis
cõceptionis: ⁊ multiplicatiõis aborſus: ⁊ debilitatis fetus. Multũ
igitur ſollicitari debet medicus ꝙ menſtrua non alterent̃ a diſpoſiti-
one propria naturali. Que aũt ſit diſpoſitio menſtruoꝝ naturalis
⁊ propria: ſcitur ex colore ⁊ ſubſtantia eoꝝ. Et diuerſificant̃ ſcd̃m di-
uerſitatem cõplexionis: habitudinis regiõis: etatis ⁊ regiminis. Et
hoc poteſt experiẽtia diſci: puta videndo colorem et ſubſtantiã men-
ſtruoꝝ diuerſarũ mulierum: in cõplexione: etate: habitudine: ⁊ ſic de
alijs. Sed q2 hoc non ꝑtinet ad p̃ſens opus: tranſeo. Sufficit autẽ ad
p̃ſens ſcire q' ſi menſtrua alterent̃ a diſpoſitiõe propria naturali: ſiue
talis alteratio ſit ex mala diſpoſitõe totiꝰ vel matricis ſunt cauſa no-
cumẽtoꝝ ſup̃dictoꝝ. Studẽdũ igit̃ eſt ꝙ ſint ĩ ꝓpria naturali diſpo-
ſitõe: ꝯſuãdo ſi fuerit: vł reducẽdo ſi ñ fuerit. Mõ quõ fieri p̃t: ſufficiẽ-
ter hrĩ p̃t ex ſup̃dict; caplis ſup̃t; ex diuerſitate ꝯplexiõis: etat; ⁊ habi-
tudinis: ⁊ ex hs q̃ ſupiꝰ in h̃ caplo dicta ſũt de his q̃ matricẽ ꝯfortãt.
In hoc igit̃ termĩnet̃ regimẽ ſãitatis appropriatũ ſexui femĩnico: ⁊ per
cõſequens ſecũda pars huiꝰ tractatus.

Tertia pars. Caplm. I. De regulis ſumptis ex ꝑte elemẽtoꝝ nr̃o corpi occurrẽtiũ ab extra.

Non debet eſſe terra cuiꝰ habi-
tatio eligit᷑ lutoſa: nec ſcenoſa: nec fetens: nec limoſa: nec ſu
per quā virtus metalli ſit ſupans: nec ſulphurea: nec alumi
noſa: nec in qua ſint vel fuerint mortuoꝝ cadauera: nec malis herbis
aut arboribꝰ fecūdata ſed bonis: puta vineis: ſalicibꝰ: arbore pini: ⁊ ſi
milibus amicabilibꝫ noſtris corꝑibus. Sunt em̄ quedaꝫ plante que
multuꝫ inimicant᷑ nobis: ſicut exꝑientia docet de arbore nucum ⁊ de
alijs multis arboribꝫ: vt ꝑſico ⁊ populo arbore: ſambuco et ficu. Ter-
re igit᷑ fecūdate his arboribus nō ſunt bone habitatiōis. Et ſimiliter
intelligat᷑ de herbis. Sunt em̄ quedā venenoſe herbe: quibꝫ terra fe-
cundata nō eſt cōueniens habitatōi: vt eſt elleborus: eſula: ſolatrum
mortale: ⁊ ſimilia. Et per oppoſitū fecūdata bonis herbis ⁊ odoriferꝫ
eſt cōueniens habitatōi noſtre. Amplius nō debet eſſe terra cauerno-
ſa inter mōtes incluſa: nec nimis mōtuoſa. Et terra melioris habita
tōis debet eſſe diſcooꝑta ⁊ ab oriēte ⁊ a ſeptētrione. Nam illi duo ven
ti ſunt magis purificātes aerē illiꝰ habitatiōis. Unde ⁊ in māſionibꝫ
bonū eſt feneſtras eſſe ſeptētrionales et orientales: nō meridionales
nec occidētales. Et hoc verū eſt regulariter: ſed interdū cōtingit ꝑ ac
cidens ventū ſeptētrionalē eſſe deteriorē meridionali. Poſſibile eniꝫ
eſt ꝙ ventꝰ trāſeat ꝑ aliquā parteꝫ ſeptetrionis: niuibus occupatā vel
aduſtā: vel mineroſam: vel lutoſā: vel corruptā aliquo modoꝝ corru
ptōis ſupdictoꝝ: et ſic vētꝰ ſeptētrionalis erit īpurior ⁊ minꝰ eligibil᷑.
Et ſil᷑r itelligit᷑ de ꝑte oriētis. Bonū ē igit᷑ interdū ꝑ accidēs feneſtras
habitabil᷑ terre ſeu ſpiracula eſſe a ꝑte meridiei vl᷑ occidentis: q̄uis re
gulariter cōtrariū ſit eligibile. Uicinitas q̄ꝫ aquaꝝ dulciū currentiū
ml᷑taꝝ ⁊ mūdaꝝ: q̄ in hyeme cito infrigidant᷑: et in eſtate cito caleſiūt.
Et ſil᷑r pratoꝝ viridiū nō vmbratoꝝ multꝫ arboribꝫ: ē res ꝯueniēs ha
bitatiōi ⁊ adiutoriū ꝓbēs. Propinq̄tas aūt mariū facit t̄rā hītabileꝫ
eſſe multe hūiditatꝫ: vnde talis terra eſt multū reumatica. Sꝫ in par
tibus ſeptētrionalibus talis ꝓpinq̄tas eſt habitatōi cōueniētior. Naꝫ
ex hoc terra fit tēperata in actiuis qualitatibꝫ. Niſi em̄ eſſet maris ꝓ-
pinquitas: nimis declinaret ad frigus ꝓpter ſolis diſtantiā a capitibꝫ
coꝝ nec eēt magnꝰ lapſus in humido: eo ꝙ illa terra declinat ad ſiccū
plus alijs terris habitabilibꝰ. Unde ex mariū ꝓpinq̄tate nō eſt tātus
exceſſus in hūido: ſicut ī partibꝫ meridiei. Unde maris ꝓpinquitas ī
partibꝫ meridiei eſt minꝰ habitatōi cōueniēs. Nam ex hoc terra cali-
dior efficit᷑ ⁊ hūidior q̄ꝫ oportet: ⁊ diſponēs corꝑa ad egritudines pu-
tridas. Similiter ꝓpinquitas maris ex ꝑte orientis terrā habitabilē
humidiorē facit q̄ꝫ ex ꝑte occidētis: ⁊ ideo magis eſt vituꝑabilis in ſa
nitatis regimīe q̄ꝫ in ꝑtibus occidētis. In partibꝫ em̄ occidētis eſt tā
ta hūiditas in aere cōtinente ex maris vicinitate: ſicut bñ ſcitur ex ꝓ

cipijs naturalis phie. Et ſilr in partibꝫ orie͂talibus ꝛ occide͂talibꝫ eo=
rum q̄ nō ſunt nimis ſepte͂trionales: vitupabilis eſt mariū ꝓpinq̄tas
Et ꝓpinq̄tas ad aquas dulces claras curre͂tes: que in eſtate cito calefi
unt: ꝛ in hyeme cito infrigidanꝭ: eſt eligibilioꝛ.

De aqua.

Et nō ſolū cadit electio in terra habitabili: ſ; in aq̄ potabili: q̄
pluribus modis vtimur in regimīe ſanitatis: puta bibendo:
balneādo: ꝛ in eadē cibaria decoquēdo. Debem⁹ igiꝭ p̄mo
cōſiderare ꝙ aque origo ſit in terra laudabili: nō fetida nec minerali.
Amplius ꝯſiderandū eſt ꝙ nō ſint aque ſtātes: cuiuſmodi ſunt lacua
les: puteales: ſtagnales: ſed fontales ꝛ currētes ꝑ terrā arenoſā: vl' lu
toſam luto libero: nō fetido: nō corrupto. Et ſint currētes ad oriētē
vel ſeptētrionē: ꝛ ꝓpriē ad oriēs eſtiuū. Aque aūt currētes ad meridiē
ꝛ occidentē male ſunt. Etiā aque eligibiliores ſunt: cū multū diſtāt a
p̄ncipio originis. Et debēt eſſe ſoli ꝛ ventis diſcoopte. Et debēt eē ſa
pore q̄ſi dulces: ex quibꝫ vinū parū tolerat. q̄ cito calefiūt ꝛ infrigidā=
tur: leues: clare: et ſubtiles: in quibꝫ poſt morā parū vel nihil reſidet.
Notandū etiā ꝙ pondus eſt ex iuuātibus experimētis ad cognoſcen
dum aque bonitatē. Aqua enī q̄ eſt leuior: vt in pluribꝫ eſt melior. Et
ſciꝭ vt ſi in aquis duo pāni eiuſdē pōderis madefacti ꝛ poſt ſiccati fu=
erint: et deinde ponderenꝭ: qꝛ aq̄ cui⁹ pann⁹ leuior erit melior. Qđ ſi
forſan nō poſſum⁹ iuenire aquas leues: ſubtiles: ꝛ claras: ſed ſint tur
bide ꝛ groſſe: decoctio ꝛ ſublimatio eas ſubtiliat ꝛ rectificat. Nā groſ
ſities aque ꝓpter frigus inſpiſſans: vel ꝓpter admixtionē partiū terre=
ſtriū ſub aqua ꝓpter eaꝝ ſubtilitatē ꝛ aque ſpiſſitudinē deſcendē non
valentiū ex decoctōe corrigiꝭ: ex eo ꝙ ꝑ decoctōem ꝛ ſublimatōem aq̄
ſubtiliaꝭ: ꝛ rareſcit ꝑ frigoris āmonitiōem: ꝛ ꝑtes terre que p̄mit⁹ ab
aqua deſcēdere nō poterant ꝓpter aque ſpiſſitudinē ꝛ eaꝝ ꝑuitatē: ꝓpt̄
quā erāt impotētes aquā ſcindere ꝛ ad fundū deſcendere: ꝑ aque de=
coctōe; ad deſcenſū habilitantur ex eo ꝙ aqua fit rarior ꝛ ad ſcinden
du; aptior. In aqua igiꝭ pura nō habet locū decoctio ſeu ſublimatio:
ſiquidē ſit pura in ſubſtātia ꝑ ꝑuatōem admixtiōis ꝑtiū terreſtriū: ꝛ ī
qualitate ꝑ priuatōem frigoris inſpiſſantis. Sūt aūt ſtolidi medico
ru; qui dicūt aquā ꝑ decoctiōem ingroſſari: ex eo ꝙ ſubtile reſoluiꝭ et
euaporat: ꝛ reſiduū ingroſſaꝭ. Unde apparet ꝙ aque pluuiales ſubtili
ores ſunt: nō pluuialibꝫ. Et ſic qđ remanet poſt decoctōem erit groſſi
us. Nos igiꝭ dicim⁹ ꝙ vel ipi ſuppōnūt aque puritate; in ſubſtātia
ꝛ q̄litate: ꝛ ſic oportet ꝙ homogeneū ſit illud qđ reſoluiꝭ ei qđ rema=
et: cu; tota aqua fuerit homogenea ante decoctiōem. Si autem vna
pars euaporet ꝛ alia remaneat: contingit ex hoc ꝙ vna pars aq̄ eſt ab
igne vel ſole magis paſſa q̄ȝ alia. Et cauſa quare vna pars magis paſ=
ſa eſt ab igne vel ſole eſt ꝓpinq̄tas ad agens. Et ſic patet ꝙ eoru; argu=

mentatio non habet locum in aqua pura et homogenea. Unde puto
ꝙ aqua pluuialis ſi eleuaretur ab aqua pura ꝛ homogenea: nõ eſſet ſub-
tilioꝛ q̃ꝫ aqua a q̃ eleuatur q̃tuꝫ eſt de per ſe. Unde bene veruꝫ eſt ꝙ tem
poꝛe euapoꝛatõis eſt ſubtilioꝛ: eo ꝙ ſubtiliata eſt a calido: ſꝫ poſtq̃ꝫ in
frigidata ꝛ inſpiſſata eſt: eſt eque ſubtilis: et foꝛte minꝰ ſubtilis: eo ꝙ
magis patitur a frigido ꝓpter ſubtilitatẽ accidentalẽ quaꝫ acquiſiuit
a calido eleuante. ¶ Sꝫ nota ꝙ aque pluuiales regulariter ſunt ſub-
tilioꝛes: ex eo ꝙ non eleuãtur ab aquis puris: ſed ꝓpter earũ ſubtili
tatem ſunt putrefactibiles magis. Unde ſi dubitamꝰ de earum putre
factiõe: laudo ꝙ decoquamꝰ eas. Nam decoctio obuiat putrefactiõi.
Si autem ipſi arguãt de aqua nõ pura in ſubſtãtia per admixtiõem
partiũ terreſtriũ: ſic non valet eoꝛũ argumentatio: eo ꝙ partes terre-
ſtres poſt decoctõem non remanẽt cum aqua: ſed deſcendũt. Et ſi re-
manerẽt: vtiqꝫ eſſet ſubſtantia eius groſſioꝛ q̃ꝫ ante: ex eo ꝙ minus eſ-
ſet de aqua q̃ꝫ ante: ꝛ partes terreſtres nõ eſſent diminute. Unde ſi ex
partibus terreſtribus ꝛ aqueis fieret vnũ mixtũ indiſſolubile per de-
coctiõem: ſicut patet in vino ꝛ in multis alijs liquoꝛibus: qui per de-
coctõem inſpiſſantur: inſpiſſaretur vtiqꝫ aqua per decoctiõem. Sꝫ nõ ita
accidit aque: quia taliũ partium terreſtriuꝫ admixtio per decoctiõem
deſcẽdit per modũ dictum. Plus igitur facit decoctio ad aque ſubtilita
tem per deſcenſuꝫ partiũ terreſtrium q̃ꝫ poſſit facere ad groſſitiem per
ſubtilis euapoꝛatiõem. Et ſi eoꝛũ argumẽtatio ſit in aqua inſpiſſata
a frigoꝛe in qua nõ fit admixtio partiũ terreſtriũ: patet ꝙ argumenta
tio non ꝓcedit. Nam qđ reſoluitur homogeneũ eſt ei qđ remanet poſt
euapoꝛatõem: niſi ꝙ ſubtiliatum eſt per frigoꝛis ãmonitõem. ¶ Am
plius ſciendũ ꝙ admixtio aceti cum aqua rectificat ipſius groſſitieꝫ.
Amplius ſcias ꝙ foꝛtis aque cõmotio de vaſe in vas: et deinde ꝓiectio
lapilloꝝ paruoꝛũ in eadem aqua ab alto cadentiũ: aquam groſſam re
ctificant ꝛ ſubtiliãt. Amplius ſcias ꝙ aqua vehemẽter frigida: cuiuſ-
modi eſt aqua glaciei: et niuiũ complexiõibus tempatis nõ eſt cõue-
niens: ſed debꝫ eſſe aqua in frigiditatis foꝛtitudine tempata. Aquas
eñ vehemẽter frigidas aut vehemẽter infrigidatas: nõ tolerat niſi ve
hementer ſanguineꝰ. Et ſi foꝛſan non ilico nocumentũ fecerit: cuꝫ ꝗs
magis ꝓceſſerit nocumentũ facit. ¶ Scias ꝙ bibere aquã ieiuno ſto
macho ꝛ poſt exercitiũ ꝛ balneum: ꝛ in ebrijs crapulatis: ꝛ in ſiti men
doſa: ꝛ cũ natura circa nutriens laboꝛat in digerendo: vehemẽter no-
ciuũ eſt. Et ſi multa neceſſitas fuerit bibere eaꝫ: opoꝛtebit vt priꝰ tem-
peretur: ꝛ cum eadeꝫ ſepe os abluatur. Et ſi hoc nõ ſufficit: cum vaſe bibat
ſtricti oꝛificij: ꝛ h̃ qđ ẽ ebrio cõfert ꝛ ſtomacho ieiuno. Et ſi foꝛſan ali-
quis ieiunꝰ poſt exercitiũ a potu abſtinere nõ poteſt: bibat vinũ cum
aqua calida temperatũ. Amplius ſitim habens mendoſaꝫ: aquã gur
gitando nõ bibat: ſed paulatim ſuggẽdo. Et ſiti quideꝫ mendoſa im-

peditus: ſcire debet ꝙ ſuꝑdormire ⁊ ſitim tolerare ipſam ſedat: ex eo ꝙ
humor eaꝫ ſatiens digerit̃ et corrigit̃: ſed cum digeſtio impedit̃ ꝓpter
potum: redibit ſitis mendoſa. Nam humor ſitim faciens: nõ corrigi=
tur nec digerit̃. Amplius ſcias ꝙ bibere multam aquã frigidã non
cõpetit in regimĩe ſanitatis: qđ ſi forſan ſit neceſſariũ: ſit poſt ſufficiẽ=
tem comeſtionẽ. Aqua tepida nauſeã facit: ſed calida ſtomachum de=
bilitat: ſed raro ſumpta ſtomachũ lauat: ⁊ ventrẽ laxat. Amplius ſci=
as ꝙ aqua frigida cõfortat om̃es virtutes in ſuis operatiõibus: quã=
do ſumitur cũ equalitate: ſcꝫ digeſtiuã: attractiuam: retentiuaꝫ: ⁊ ex=
pulſiuam. Et confert habẽtibus raritatem et curſum: quicũqꝫ curſus
ſit: ⁊ ex quocũqꝫ membro: ſed nocet neruis et habẽtibus opilationes
⁊ apoſtemata. Amplius ſcias ꝙ aque ferree cõfortant omnia viſcera:
⁊ addũt in coitũ. Unde cõferunt ſpleneticis: epaticis: ⁊ ſtomatichis:
⁊ vniuerſalr̃ habentibꝫ viſcera debilia.

De aere.

AMplius cadit electio in aere nos circũdante: ſicut ⁊ in aqua
⁊ in habitabili terra. Aer em̃ eſt neceſſarius in regimĩe ſani
tatis dupliciter. Primo quidẽ propter refrigeratiõem ſpiritu
um ⁊ caloris innati. Secũdo propter expulſiõem fumoſarũ ſuꝑflui=
tatum obnubilantiũ ſpiritum ⁊ calorem innatũ. Sicut em̃ in exteri
oribus nos videm⁹ ꝙ ignis ſine euentatiõe aeris ſuffocat̃ ⁊ extingui=
tur: ſic etiaꝫ imaginari debemus ꝙ ſpiritus ⁊ calor innat⁹ indiget ae
re ipſum nutriente: cõſeruante: et obtemperãte. Obtemperatio igitur
caloris innati fit per aeris attractiõem: ⁊ eius depuratio fit per aeris
expulſionem. Primuꝫ quidem fit per motum attractiõis: qui dyaſco
les nominat̃: et ſecundũ per motum expulſionis: qui ſiſcoles dicitur
a ſapiẽtibus. Si igitur aer attractus ſit fetidus ⁊ impurus: corrũ=
pitur calor ⁊ ſpiritus innatus. Multum igitur debet medicus ſolli=
citari circa aerem in ſanitatis regimĩe. Aer igitur debet eſſe bone ſub=
ſtantie: cui non admiſcetur aliquid ex vaporibus: nec fumoſitas extra
nea. Non enim debet eſſe aer turbidus: nec nebuloſus: nec malis va=
poribus admixtus. Hic enim aer humores cõturbat: ⁊ animaꝫ cõtri=
ſtat. Et debet eſſe diſcoopertus celo: ⁊ non inter parietes ⁊ tecta con=
ſtrictus. Et vt ſit ad vnum dicere: om̃ino euitari debet aer qui ſit in=
cluſus non euentatus. Unde verum eſt ꝙ tempore epydimie in quo
accidit aeris putrefactio: cõmunis eſt eligendus aer incluſus. Unde
tp̃e illo bonũ eſt inhabitare ſolaria: ſꝫ alit̃ aer diſcooꝑt⁹ melior exiſtit.
Cõſiderãdũ ẽ ꝙ cũ aere nõ miſceãt̃ vapores lacuũ ⁊ ꝓfũditatũ aquã
putridã ꝯtinẽtiũ: ⁊ fraꝝ q̃ nõ ſũt libere ſꝫ laxe: de q̇bꝫ ſuꝑ dictũ ẽ. Et
vl̃r locoꝝ vbi naſcunt̃ olera: q̃lia ſũt caules: ⁊ eruca ⁊ ſilia: et arbores
viſcoſe male: cuiuſmodi ſũt fic⁹ ⁊ nuces. Aer ci cui tales ꝑmiſcent̃ va=
pores ẽ euitãd⁹ i regimĩe ſanitat̃. Ampli⁹ eligẽd⁹ ẽ aer i q̃ ſufflẽt boꝛ

venti: ⁊ ex terra alta vel equali. Amplius multū debemꝰ ſollicitari ꝙ
aer nō excedat in aliqua p̃maꝝ qualitatū: qḋ ſi forſan cōtigerit obtē=
peret per artē q̄ꝫtū poſſibile eſt. ¶ Ampliꝰ aer ex ꝑte ſue cōplexiōis di=
uerſificat̃: qm̄ ſi calidus fuerit: diſſoluit virtutē et corpus laxat. Sed
ſi caliditas fuerit tꝑata: trahit ſanguinē ad exteriꝰ. Vn̄ colorē rubifi
cat: ⁊ ſi multū calidus fuerit aer citrinat colorem: multū ſudare facit:
diminuit vrinā: digeſtionē debilitat. Aer frigidus eſt ꝯtrariꝰ: ventrē
cōſtringit: digeſtionē fortificat: vrinā efficit multā: ſudorē diminuit
⁊ egeſtionē. Aer humidus cutē lenit: ⁊ corpꝰ humectat. Siccus cutē
deſiccat: ⁊ corpus denigrat.

¶ De igne.

Amplius cadit electio in igne quo plurimis vtimur modis in
ſanitatis regimine nos: puta calefaciēdo ⁊ cibaria decoquēdo.
Multū igit̃ cōſiderare debemꝰ in ſanitatis regimīe ex q̄ ma=
teria ſit ignis quo vtimur. Nō em̄ debet ſape naturā aliquoꝝ veneno
rum aut metalloꝝ: nec debꝫ eſſe materia ex terra fetida corrupta: nec
limoſa: nec ſcenoſa. Nec materia debet eſſe putrida vel corrupta: nec
debꝫ eſſe materia male q̄litatis vel cōplexionis. Unde debēt euitari li
gna ex arboribꝫ male cōplexionis: vt ficus: nuces: et ſambucꝰ: et ſil'es.
Et ſilr̃ oīa ligna creſcētia in terra corrupta: ⁊ ligna ex antiquitate cor
rupta. Et euitari debēt carbones marini. Nā ignis taliū carbonū fa=
cit cadē in peſſimas egritudines: ſapit em̄ naturā veneni. Et ſilr̃ eui
tandus eſt ignis ex carbonibus lignoꝝ quibꝫ homīes cōiter vtunt̃: ex
eo ꝙ mala q̄litas lignoꝝ ex quibꝫ fiūt p̄dicte carbones q̄ cū fumo exa
lare debuiſſet: ꝑ violentiā remāſit ī eiſdē incluſa: q̄ poſtea cū incēdunt̃
ſine flāma ad actū reducit̃: ⁊ corꝑibꝫ noſtris infert notabile nocumē=
tū. Vn̄ multū cauere debēt magni dn̄i: quibus eſt cura de ſanitatis
cuſtodia: ꝙ eoꝝ cibaria talibus carbonibꝫ nō decoquant̃: ⁊ vniuerſa
liter ꝙ eoꝝ calor nō appropinquet ſuis corꝑibus. ¶ Ignē aūt arboꝝ
ſiccarū ⁊ terre libere ſatis approbo: ⁊ ignē lignoꝝ laudabiliū nō viri
diū: ⁊ vniuerſaliter ignē lignoꝝ ꝓhibentiū flāmā clarā ⁊ ſine fumo.
Ignē aūt incluſū nō euentatū vitupo. Itē laudo ꝙ ignis appropin=
quet noſtris corꝑibus ꝑ mediū ⁊ nō īmediate: q̄r nimis corꝑa noſtra
deſiccaret. Itē magis laudo ignē a ꝑte poſteriori q̄ꝫ anteriori. Item
laudo ꝙ aliq̄s īmediate poſt cibū multū nō calefaciat ſe. Nā ex h̄ de
bilitat̃ digeſtio. Item vitupero ignem ſtupharū: quia calor eſt inclu=
ſus: non euentatus.

¶ Capitulum .II. ¶ De exercitio.

Teſtificati ſunt ſapiētes ꝙ exercitiū tꝑatū ⁊ eq̄le ante cibū ſani
tatem cauſat ⁊ cōſeruat: licꝫ īmediate poſt cibū ſanitatē impe
diat. Exercitiū em̄ ante cibū calorem naturalē fortificat: et ex

hoc appetitꝰ ĩ ſtomacho vigoratᷣ: ⁊ mẽbra copioſiꝰ recipiunt alimẽtũ:
⁊ alimentũ per mẽbra ꝑfectius diffunditᷣ: ⁊ pori apꝑiuntᷣ: ⁊ ex hoc ſupꝑ-
fluitates tertie digeſtiõis liberiꝰ expelluntᷣ. ¶ Itẽ ꝑ exercitiũ in eo qui
exercitari cõſueuit ꝓuenit duricies quedã organoꝝ: ex q̃ difficiliꝰ pa-
tiuntᷣ: ⁊ reddunᷣ fortiora ad ceteras actões. Itẽ ꝑ exercitiũ motꝰ ſpiri
tuũ vigoratᷣ: ex quo ſupꝑfluitates euacuari: ⁊ ꝑ poros humores liberi
us expurgari eſt neceſſariũ. ¶ Exercitiuꝫ igitᷣ moderatũ non ꝑmittit
hũores: nec eoꝝ ſupꝑfluitates in corꝑe adunari: quibꝫ in corꝑibꝫ mul-
tiplicatis indigemꝰ farmacia vel fleubothomia: que q̃uis purgẽt cor
pus: tñ corpus ĩueterãt. Et ſpecialr̃ medicina laxatiua: q̃ vt plurimũ
in ſe habet naturã veneni. Et nõ ſolũ euacuat nociuũ: ſꝫ magnã par-
tem caloris ⁊ ſpũs: q̃ ſunt fundamẽta vite noſtre. ¶ Bene igitᷣ põt di
ci ꝙ exercitiũ eſt motꝰ volũtariꝰ: in quo requiritᷣ anhelitꝰ magnꝰ: ⁊ fre
quẽs: ⁊ velox. Et ad ip̃m quidẽ ꝯuerſus ꝑagẽdũ ſm̃ modũ ſue eq̃lita
tis ⁊ in hora ſua nõ indigebit aliquo medicamẽtoꝝ: q̃ neceſſaria ſunt
in egritudinibꝫ materialibꝫ: ⁊ in egritudinibꝫ q̃ eas ſequũtur. Et hoc
quidẽ eſt veꝝ ſuppoſito ꝙ reliquũ regimẽ cõueniẽs ſit ⁊ rectũ. Nõ igi
tur meretᷣ dici exercitiũ: niſi ex eo ꝓueniat in anhelitu magnitudo et
freq̃ntia. Hoc eñ eſt ſignum fortitudinis caloris innati: ex quo ꝯtin
gũt plura iuuamẽtoꝝ ſup̃dictoꝝ. Nõ eſt igitᷣ negligendũ exercitiũ vo
lentibꝫ ſanitatẽ ꝯſeruare. Bonũ eſt igitᷣ tp̃us vſus ipſius exercitij ad-
inuenire. Non eñ oportet tꝑe exercitij multitudinẽ crudoꝝ ⁊ indige
ſtoꝝ humoꝝ ſeu ciboꝝ ſm̃ ventrẽ: ſeu in vaſis cõtineri. Periculuꝫ eſt
eñ eos attrahi ad oẽs alias ꝑticulas anteq̃ꝫ benigni fiant: ſiquidẽ di
geſtio fit in q̃ete: ⁊ motus ſpecialr̃ fortis impedit digeſtionem. Et vni
uerſaliter dico ꝙ corꝑibus valde repletis: ſiue ſit repletio ex humori
bus laudabilibꝫ vel nociuis: nõ cõpetit exercitiũ. Nam exercitiũ non
eſt ſufficiẽs ad euacuandũ taliũ corpoꝝ plenitudinẽ. Vñ ſolũ humo
res cõmouet: ⁊ eos ebulire facit: ex quo ꝑiculũ eſt febres et apoſtema-
ta: ⁊ opilatões que ad hoc ſequũtur in corꝑibus generari. Talia igitᷣ
corꝑa anteq̃ꝫ exercitentᷣ: ſpecialr̃ forti exercitio cõpetit fleubothomari
⁊ farmacari ſm̃ exigentiã humoꝝ peccantiũ. ¶ Ampliꝰ q: per exerciti
um expelluntᷣ ſupꝑfluitates tertie digeſtiõis q̃ celebratᷣ in mẽbris: et ſic
poros expurgat: ⁊ ſupꝑfluitates exiſtẽtes in eis euacuat: meliꝰ eſt añ ci-
baria ſuſcipiẽda exercitiũ inchoare: ſic quidẽ ꝙ prior cibus iam ſit ĩn
ſtomacho: epate: et venis ꝑfecte digeſtus: ⁊ iã appropinq̃t tẽpus ſuſci-
piendi aliũ cibum. ¶ Vñ diligẽter notandũ ꝙ nõ puto ꝙ exercitiũ ſit
neceſſariũ ꝓpter expulſionẽ ſupꝑfluitatuꝫ ĩmediate ſuſcepti cibi in ſto-
macho ⁊ venis iam elaborati. Naꝫ talis cibus adhuc nõ eſt digeſtꝰ in
mẽbris: ⁊ per ꝯſequẽs adhuc nõ inſtat tp̃us expulſionũ ſupꝑfluitatum
tertie digeſtiõis: ſꝫ puto ꝙ neceſſariũ eſt ꝓpter expulſionẽ ſupꝑfluitatuꝫ
cibi ſuſcepti ante hũc. Vñ dico ꝙ exercitiũ ſerotinũ qᵭ fit añ cenã nõ

eſt propter expulſionē ſup̱fluitatū cibi ſuſcepti in prādio eiuſdez diei:
ſed cibi ſuſcepti in cena diei p̄cedētis. Uel oportet dicere ꝙ omēs di-
geſtiones eēnt cōplete: ⁊ p̱fecte cibi īmediate ſumpti anteꝙ̃ inchoaret̃
exercitiuz. Qḋ videt̃ mirabile: ex eo ꝙ corpus remaneret ſine cibo pl⁹
ꝙ̃ oporteret: ⁊ in corp̱e colera multiplicaret̃: ⁊ corpus cōſumeret̃. Sȝ
in iſto eſt materia conſiderandi. Hoc eſt igit̃ veruȝ tempus inchoan-
di exercitiū. Qḋ ſi exerceites ante humoribꝫ indigeſtis: replebis corpo
ris p̱ticulas: ⁊ ſi poſt: colerā in corp̱e generabis ampliorē. ¶ Hui⁹ au
tem temp̱is cognitio eſt vrinarū color. Nam aquoſus quidez indige
ſtionē ſignificat: ⁊ ꝙ adhuc nō inſtat tempus exercitij inchoādi. Ru-
beus vͦo ⁊ coloratus: ex multo temp̱e digeſtionē fuiſſe factam: ſignifi
cat ⁊ tp̄us exercitādi p̄ceſſiſſe. Sȝ color tp̱at⁹: puta rubeus tp̱ate non
igne⁹: ſignificat ſecundā digeſtionē fore factā de ꝓpinquo: ⁊ tūc eſt tp̄s
inchoādi exercitiū. Purgā de ſunt tñ p̄us ſup̱fluitates: q̄ ſunt ī inteſti
nis ⁊ in veſica: al's em̄ aliq̇d ex his ad venas corp̱is trahet̃ ꝓpter forti
tudinē caliditatis reſoluentis in exercitijs. ¶ Sciendū p̄terea ꝙ illi
qui ſtudioſius ⁊ ſubtili⁹ locuti ſunt de exercitio: docuerūt corp̱a p̱ fri-
catōem ꝯuenientē ad exercitia p̄parari: ⁊ ſpecial'r cū q̇s intēdit ad exer-
citiū forti⁹. Si ei q̇s ad fortiores venerit mot⁹ anteꝙ̃ molliat totū cor
p⁹: ⁊ ſup̱fluitates ſubtiliet: ⁊ poros dilatet q̇ fiūt fricatōibꝫ moderatꝭ:
⁊ demū ſup̱ infuſiōe olei dulcis: p̱iculuȝ ē erūp̱e vaſa. Periculū q̄ȝ eſt
ne ſup̱fluitates impetu ſp̄ūs mote poros opilēt. Si vͦo paulatim per
fricatōez p̄calefacies: p̄molliat q̇dē ſolida: ⁊ p̄ſubtiliet hūida: ⁊ poros
dilatauerit: p̱iculū nullū eſt: nec rūpi aliquā venā: nec poros obſtrui
cis q̇ exercitant̃. ¶ Fricet igit̃ ſindone totū corp⁹: quſꝙ̃ moderate ca-
leſiat. Sufficiāt aūt plures manuū circūductōes ad h̄ vt corp⁹ caleſi-
at abſꝙ̃ opp̄ſſiōe enormi. Etem̄ his fiētibꝫ apparebit rubor bn̄ florid⁹
bn̄ ſup̱currēs ſup̱ totuȝ corp⁹: ⁊ tūc eſt tp̄s ſup̱infūdere liquorē olei: ⁊
fricare nudis manibꝫ fricatōe media int̃ duriciē ⁊ molliciē: ſic ꝙ cor-
pus nō collidat̃: ſtringat̃: vel exoluat̃ pl⁹ debito: ſȝ in ſui natura cuſto-
diat̃. Hec aūt fricatio q̄ p̄parat ad exercitiū: in p̄mis dȝ eē in imiſſiōi-
b⁹ manuū lenit̃: deinde paulatī augeri ⁊ ad forti⁹ ducē: vt ꝯp̄mat̃ q̇dē
caro: māifeſte aūt nō ꝯſtringat̃. Hec aūt fortis fricatio eſt q̇dē nō mul
to tp̱e: ſȝ ſemel vel bis ī vnoq̄ȝ mēbro fiēda. Si em̄ ampli⁹ fieret corp⁹
induraret̃: ⁊ in his q̇ augent̃ augmētū impediret̃. ¶ Eſt aūt hec frica-
tio fiēda ſ̄m oēȝ differētiā poſitōis: longū: latū: ⁊ trāſuerſū: ꝙ̃tū ē poſ
ſibile: vt vniuerſi muſculoꝝ nerui ex oī p̱te fricent̃: ⁊ ad exercitiū p̄pa
rent̃: poros. ſ. dilatādo: ⁊ ſolida ⁊ ſpiſſa rarefaciēdo: ⁊ rara inſpiſſādo:
⁊ mollia indurādo. ¶ Quātitas aūt ⁊ q̄litas et mod⁹ circa exercitiū ī
ſanitatis regimīe offerēdus certis l'ris denotari nō p̄nt: ſicut nec quā
titas ciboꝝ offerendoꝝ. Naȝ ſ̄m diuerſitatē complexionū: ⁊ habitu-
dinū: ⁊ etatū: regionū regiminū: ⁊ cōſuetudinū: aliter ⁊ aliter exerci-

tium eſt menſurandũ. ¶ Sunt em̃ quidã indigẽtes exercitio fortio-
ri: maiori: vehementiori: ⁊ velociori: ⁊ iſti ſunt qui vtũtur cibo ampli
ori: ⁊ ſunt fortiũ virtutũ aĩaliũ motiuaꝝ: habẽtes lacertos ⁊ neruos
fortes: ⁊ iũcturas aptas ad motũ: ⁊ cum hoc nõ habent calorem natu
ralẽ cõſumptiuũ nimis fortem. Talibus igr̃ competit exercitiũ ma
ius: fortius: ⁊ veloci⁹: ⁊ ſimil'r vehemẽtius. Illis autẽ in quib; defici
ciunt alique iſtaꝝ cõditionũ enumeratoꝝ: non cõpetit exercitiũ adeo
forte. Verbi grã. Ponamus ꝙ deficiat vltima cõditio: et ꝙ ſit homo
habens calorẽ fortem: acutũ: multum cõſumptiuũ: ⁊ cum hoc habe-
at oẽs cõditões priores: talis vtiq; non indiget exercitio adeo ma-
gno: nec ita forti: ⁊ ſimil'r intelligat' in aliis cõditõibus. Et ſi ſit repi-
re aliquẽ in quo oẽs cõditões deficiant: ⁊ oppoſite repiant'. ſ. qui parũ
comedat: et eius aĩales virtutes motiue ſint debiles: ⁊ ſil'r organa ad
motum deputata: ⁊ cũ hoc habeat caliditatẽ ſatis cõſumptiuã: talis
vtiq; indiget minimo exercitio. Et per extrema potes de medio iudi-
care qd ſit faciendũ. ¶ Quãtitatem igit' exercitii offerẽdi ſimil'r ⁊ qua
litatem ſola ratõe cognoſcere expientia ꝑtermiſſa multũ difficile eſt.
In expientia igit' cõſiderem⁹: quõ ſe habeat exercitat⁹ in pͥma die: et
ſecũda: ⁊ ſic deinceps. Optima em̃ natura menſuras omniũ offeren-
doꝝ manifeſte adepta eſt. Tantũ em̃ appetit exercitiũ: ⁊ taliter q̃ntuꝫ
⁊ qualiter eidem eſt oportunũ. Et ſimiliter intelligatur circa cibos ⁊
ſomnũ: ⁊ ſic de aliis: que noſtris corpibus offerũtur propter regimen
ſanitatis. Qđ vtiq; verũ eſt ſuppoſita bonitate morũ. Nam ꝓpter ma
liciam cõſuetudinis ⁊ morum: natura tempata poteſt appetere quid-
quale: ⁊ quãtum: qđ eidem non eſt cõueniens. Sed lapſi multuꝫ mẽ
ſuras exercitiorũ ⁊ ciboꝝ minime naturaliter ſunt adepti. Quidã em̃
appetunt plus exercitari q̃ȝ oporteat: ⁊ quidam min⁹. ¶ Sunt enim
quidam naturaliter fleumatici ⁊ in quoꝝ corpibus frigidi cõtinen-
tur humores: et qui frigore recenti ſunt: cõgelati et ocioſi effecti ſunt.
Hi em̃ appetunt minime moueri ⁊ exercitari: ſed ſunt ſomnolẽti ⁊ ad
ocium naturaliter inclinati: et tales exercitando non debent inſequi
naturalem appetitum. Sunt etiam quidam calidiores et humidio-
res: vel naturaliter vel accidentaliter: et cum hoc ſunt apti ad motuꝫ
ex membrorum leuitate et organorum abilitate. Hi vtiq; plus appe-
tunt exercitium: et in eodem plus delectãtur q̃ȝ oporteat eorum com-
plexionibus. Iſti ergo vt imediate dicti non debent proprium appeti
tum imitari in menſura exercitii. ¶ Quãtitas autem exercitii quã lit
teris poſſumus deſcribere: eſt quouſq; homo ſudare incipiat: ⁊ anhe
litus augeri: et calor corporis rubefieri: et membra laſſari incipiunt:
et tumor membrorum diminui. His enim apparentibus debet ceſſa
ri ab exercitio: ⁊ eligi debet exercitium temperatum ſcđm exigentiam
illius qui exercitatur: et vniforme: et equale: in quo omnia membra

exercitant̄: ⁊ hmōi eſt exercitiū parue pile. Exercitiū em̄ fortius corp⁹
nimis euacuat: ⁊ debilitatē inducit: ⁊ hoc bene manifeſtat̄ in exercitā
tibus forti exercitio. Exercitiu; autem debile euacuandū non euacu-
at: nec poteſt per ipm cōſumi qđ diſſolutū eſt: ſed exercitiū ꝓportiona-
tum ꝓportionabiliter cōſumit ⁊ diſſoluit: ⁊ ſubſtātiā mēbroꝝ augmē
tat ⁊ corp⁹ ipinguat: ⁊ vniuerſalit̄ tpatū ⁊ ꝓportionatū exercitiū ꝯſuā
de ſanitatis eſt mirabilis cauſa. Et malicia que propter priuatiōe; ac
cidit exercitij manifeſtat̄ in incarceratis: quia coꝝ facies cachochimi-
ce fiūt: ⁊ coꝝ color eſt impur⁹: ⁊ oēs opatōes coꝝ ſunt leſe. Et hoc nō
ſolū accidit hominibus: ſed auib; cantātibus ſicut volucribus in cauer
nis detentis. Exercitiū aūt qđ vni eſt forte ⁊ improportionatū: alteri
eſt debile: ⁊ alteri ꝓportionatū. Cui⁹ aūt cognitio ab expientia depen
det ⁊ ratiōe. Si aūt aliqs exercitet̄ alio mō q̄ȝ exercitio parue pile: pu
ta peditādo: equitādo: vel nauigādo: ſemp eſt laborandū q̄ omia mē
bra corpis exercitent̄: ſi quide; in quolibet mēbro eſt ſupfluitas tertie
digeſtiōis: que per exercitiū ſolet euacuari. ¶ Et ſi quis exercitat̄ pe-
ditando: bonū eſt interdū inclinari: ⁊ lapides manib; leuare: ⁊ inter-
dum ꝓijcere: ⁊ interdū caput eleuare verſus poſteriora: ⁊ retro reſpice
Et interdū mēbra extendere et anhelitū cōtinere: et muſculos vētris
aliquātulū extendere. Nam anhelitū retinendo cōfortatur naturalis
calor: ⁊ pori aperiūtur: ⁊ per eoſdem ſupfluitates expellunt̄. Debet au
tem anhelitus retentio eſſe cū extenſiōe muſculoꝝ pectoris: ſed exten
ſio muſculoꝝ ventris debet eſſe parua. Nam per hanc extenſionē ſup
fluitates pectoris ⁊ pulmonis ad mēbra nutritiua expellunt̄: ⁊ p extē
ſionem muſculorū ventris ſupfluitates vlterius inferius expellunt̄.
Sed habentes debile dyafragma caueant a cōſtrictiōe anhelitus: ne
ſupfluitates ad cerebrū mittant̄: vt bene apparet in his qui multū la
borant in ſufflādo inſtrumēta tubarum: in quibus vene inflant̄ in fa
cie: ⁊ coru; facies rubedinē adipiſcunt̄. ¶ Modi exercitioꝝ ſunt val-
de multi: quos hic omes enumerare non oportet. Solū autē hic di-
cemus generales modos exercitioꝝ: ⁊ eorum exempla ponem⁹ ex qui
bus poterunt ſpeciales modi ſufficiēter intelligi. ¶ Dicam⁹ igitur pri
mo q̄ de numero exercitiorū quoddā eſt exercitiū ſolum: quoddā au-
tem exercitiū ⁊ opus. Exemplū primi: vt ludus parue pile. Exemplū
ſecūdi: vt fodere: arare: ⁊ domificare. Amplius exercitioꝝ quoddam
eſt vniuerſale totū corpus occupans: ⁊ aliud eſt pticulare. Exemplu;
primi: vt lud⁹ parue pile: ⁊ peditare. Exēplū ſecūdi: ſicut vox eſt exerci
tiū pulmonis: ⁊ ſtare ſup pedes eſt exercitiū dorſi: et ſcribere eſt exerci
tium manus: ⁊ texere pedū ꝓ parte ⁊ tibiarum: ⁊ ſic de ſingulis. Am-
plius quoddam exercitiū eſt magnū: quoddam paruū: quodda; me-
diocre. Exemplū primi: vt ambulare longā viam: vel luctari longo tē
pore. Exēplū ſecūdi: vt luctari breui tpe: vl' ambulare ꝑuā viā ⁊ breuē.

Exemplu⁊ tertiū: vt ambulare mediocrē viam: vel luctari tpe medio-
cri. Exercitiū magnū eſt cauſa macici. Mediocre eſt cauſa augmēta
tiōis tempate in carne ⁊ calore naturali: ſed exercitiū paruū aliq̄ntu-
lū calefacit. Ampli⁹ exercitioꝝ aliud ē velox: aliud tardū: aliud me
diocre. Exemplū primi: qn̄ aliquis currit velociter. Exēplū ſecūdi: qn̄
aliq̄s mouet lente. Exemplū tertiū: qn̄ aliquis mouet mediocriter. Ex
ercitiū velox p̄mo calefacit: ⁊ poſtea corpa inſpiſſat ⁊ indurat: ſed tar
dū corpa remollit ⁊ poros apit: mediocre v̄o corpa in ſua natura ꝯſer
uat. Ampli⁹ quodā eſt exercitiū forte: aliud debile: aliud mediocre.
Forte dicit dupl'r. Uno modo ex eo q̄ motus velox cōiungit magnitu
dini. Uerbi gr̄a. Si q̄s currit longā viam velociſſimo curſu: tale vti-
q̃ dicit exercitiū forte. Et ex hoc patz q̄d eſt debile ⁊ mediocre. Et etiā
patz ex his que ſit opatio exercitij fortis iſto modo ſumpti: ⁊ debilis:
⁊ mediocris. Alio modo dicit exercitiū forte ex reſiſtētia paſſi: ⁊ in ta-
li exercitio nō cadit velox ⁊ tardū. Uerbi gr̄a. Eleuatio magni oneris
⁊ ſimil'r luctari cū forti bene reſiſtēti: ⁊ vniuerſal'r opari circa materiā
q̃ plurimū reſiſtentē: ⁊ nō bene obedientē eſt exercitiū forte. Non q̄
in eo ꝯiūgat velocitas magnitudini: ſed ex reſiſtētia materie. Et ex h̄
patz quid eſt exercitiū debile ⁊ mediocre. Nam qn̄ materia nō reſiſtit
eſt debile: ⁊ qn̄ mediocriter reſiſtit eſt mediocre. Et opatiōes iſtoꝝ ex-
ercitioꝝ patēt ex dictis ſufficiēter. Et poſtq̃ aliquis per modū ſupdi
ctu⁊ ſufficiēter exercitat⁹ fricatio fieri debet. Et hec fricatio debet eſſe
multa ad aſperitatē declinans ꝓpter duas cauſas. Una eſt vt ſupflui
tates ſubcutanee emūdent que ab exercitio ſunt trāſmiſſe. Et alia eſt
vt corpus ſolidet ⁊ vapores boni retineant: vt ab his que ab extrinſe
co accidūt nō alterent. Et debet hec fricatio ſil'r ac velociter fieri: imo
ſi totū corpus ſimul ⁊ ſemel fricari poſſet vtili⁹ eſſet vt ſupfluitates ſi
mul ⁊ ſemel exalarēt. Et bonū eſt q̄ hec fricatio fiat cū oleo dulci. Et
ſic patz q̄ fricatio fienda eſt ante exercitiū ⁊ poſt: ad diuerſas intenti-
ones. Unde fricatio ante exercitiū debet eſſe mollis ⁊ lenta: vt durici
em nō operet. Sed illa q̄ fit poſt debet eſſe multa: ⁊ ad aſperitatē de-
clinans. Hec breuia ſufficiāt.

Capitulum. III. De fricatōe.

Fricatio inuentionē habet in ſupfluitatū tertie digeſtiōis eua
cuatōe: ſicut ⁊ exercitiū. Et ſil'iter in caloris mēbroꝝ cōforta-
tiōe: ⁊ ad multa alia. Unde ſermonē de fricatōe in p̄cedēti ca
pitulo inchoatū cōplere volum⁹ in iſto breui capitulo. Primo igit
dicemus fricatōis vtilitates: ꝓpter quas cōpetere poteſt in ſanitatꝫ re-
gimine. Secūdo dicem⁹ fricatōis temp⁹ ⁊ menſurā ⁊ modū. Tertio
dicem⁹ fricatiōis modos ⁊ ſpecies generales. Sciendū igit ꝓpt primū q̄ p̄ter vtilitates fricatōis dictas in capitulo p̄cedenti p̄parantis
ad exercitiū ſunt ipius fricatiōis plurime alie vtilitates. Eſt igit ipi⁹

⁊ exercitij vna vtilitas cõis: puta expulſio ſupfluitatũ tertie digeſtio-
nis. Vñ in his q̇ exercitari nõ pñt ꝓpter corꝑis debilitatẽ: vel ꝓpt̃ in-
firmitatẽ alicuiꝰ mẽbri ſpecialis: vel ꝓpter ĩcarceratiõeꝫ: nõ ẽ fricatio
negligẽda. Nã ꝑ fricatiõeꝫ materia ſubtiliat̃: pori apiunt̃: ⁊ calor ĩ mẽ
bris ꝯfortat̃: ⁊ ſic ſupfluitates liberiꝰ expellunt̃. Et ꝑ ꝯſequẽs mẽbra
ꝑfectiꝰ nutriunt̃: ⁊ appetitiua vigorat̃: ſiquidẽ naturalis appetitꝰ inci-
pit a mẽbris tertie digeſtiõis. ¶ Ampliꝰ ſciendũ eſt ꝙ ꝑ fricatõeꝫ mẽ-
bra rara inſpiſſant: ⁊ ſpiſſa rarefiũt: ⁊ dura mollificant̃: ⁊ mollia ĩdu-
rant̃: ⁊ tẽperata in ſua naturalitate ꝯſuant̃. Corꝑibꝫ igit̃ raris ꝯpetit
exercitiũ nõ ſolũ ꝓpter expulſionẽ ſupfluitatũ ⁊ reliq̃ que dicta ſunt:
ſed vt aliq̃liter inſpiſſent̃: ⁊ minꝰ paſſibilia efficiant̃. Et ſil̃r ſuo modo
ĩtelligat̃ de corꝑibꝫ ſpiſſis: duris: ⁊ mollibꝫ. ¶ Ampliꝰ eſt alia vtilitas
fricatõis. Nã ꝑ eã laſſitudo a mẽbris remouet̃. Vñ hec fricatio eſt bo
na poſt exercitiũ ĩmoderatũ ex quo aliq̇s incurrit laſſitudinẽ. Ampli
us fricatio iuuat cũ tp̃us eſt dormiẽdi: qm̃ corpus alleuiat: ⁊ hũidita
tes ad iũcturas fluere ꝓhibet. Multũ aũt ſollicitari debemꝰ: ne pue
roꝝ corꝑa fricent̃ cũ duricia ⁊ aſꝑitate: ne forſan ab augmẽto impedi
ant̃. Tempꝰ fricatõis q̇ fit ꝓpter expulſionẽ ſupfluitatũ idẽ eſt cũ tp̃e
exercitij. Et nõ loquor de fricatõe p̄parãte ad exercitiũ: nec ꝯſequẽte
exercitiũ: ſed de fricatõe ſupplẽte vices exercitij ¶ Et eſt diligẽter notã
dum ꝙ ſm̃ diuerſitatẽ cõplexionũ: ⁊ habitudinũ: ⁊ ceteroꝝ naturali
um ⁊ nõ naturaliũ: diuerſus eſt vſus fricatiõis: ⁊ mẽſura: ⁊ modꝰ: vt
ſupiꝰ dictũ eſt de exercitio. Vñ ꝯſiderandũ eſt nõ ſolũ in rõne: ſꝫ etiaꝫ
in expiẽtia: vt de exercitio ẽ declaratũ. ¶ De ſpeciebꝫ aũt fricatiõis in
generali dicendũ eſt ꝙ ſunt ſex ſimplices: nouẽ cõpoſite. Sũnt enim
tres ſimplices ſm̃ q̄ntitatẽ: puta mlt̃a: pauca: ⁊ mediocris: et tres ſm̃
qualitatẽ: puta aſpera: leuis ⁊ mediocris. Vel poſſunt noiari ſi placet
fortis: debilis: ⁊ mediocris. Fricatio multa eſt cauſa maciei corporis
⁊ tꝑata carnẽ augmẽtat tꝑate: ſꝫ pauca in augmẽto oꝑatõeꝫ nõ hꝫ: ſed
aliq̃ꝫtulũ calefacit. Oꝑatio fortis ⁊ aſꝑe fricatõis eſt obturatio poroꝝ
⁊ duricies corpoꝝ. Sꝫ debilis ⁊ leuis oꝑatio eſt aꝑtio poroꝝ ⁊ aſꝑi-
tatũ corpoꝝ remollitio: ⁊ media mediũ tenet int̃ has. Ex his ſimpli-
cibꝫ aũt ꝓueniũt nouẽ ꝯpoſitiões. Nã fricatio multa p̄t cõponi cũ for
ti: debili: ⁊ mediocri: ⁊ ſunt tres. Et ſil̃r pauca põt ꝯponi ex forti: debi
li: ⁊ mediocri: ⁊ ſunt ſex cũ p̄mis. Et ſil̃r tꝑata inter paucã ⁊ multã p̄t
ꝯponi cũ debili: forti: ⁊ mediocri int̃ fortẽ ⁊ debilẽ: ⁊ ſunt nouẽ cũ pri
mis. Et quid iſte fricationes compoſite in corꝑibus operent̃: ſatis ha
beri poteſt ex ſimplicibus. Que etiam ſpecies fricationis quibꝫ corpo
ribus competũt: ſatis haberi poteſt ex his que dicta ſunt de exercitio
in capitulo p̄cedenti.

¶ Capitulũ. iii. ¶ De balneo.

Poſt ꝯſideratõem exercitij ⁊ fricatõis ſequit̃ ꝯſideratio balnei:
ex eo ꝙ balneuꝫ mẽbra exteriora lauat a ſorditie: q̃ in ſupficie
mẽbroꝝ ꝑ exercitiũ forſan ẽ derelicta. Ampli⁹ ſi aliq̇d ſit dere
lictũ ſub cute q̇ꝺ ꝑ exercitiũ ⁊ fricatõeꝫ nõ ſit ſufficiẽter reſolutũ de ſu
ꝑfluitatib⁹ tertie digeſtiõis: ꝑ balneũ reſoluet̃. Nã balneũ reſoluit ea
q̃ ſunt ꝓpinq̃ cuti. Ampli⁹ ĩ his ꝗ exercitari nõ pñt vl' ꝓpt̃ mẽbroꝝ de-
bilitatẽ: vl' ꝓpt̃ incarceratõeꝫ: vl' aliã impotẽtiã: balneũ aliq̃l'r ſupplet
vices exercitij. Ampli⁹ balneũ mẽbra exteriora calefacit et hũectat
tꝑate: q̃ forte ꝑ exercitiũ ⁊ fricatõeꝫ fuerũt aliq̃l'r deſiccata ⁊ infrigida
ta. Vñ ſatiſ eſt rõnabile poſt exercitiũ ⁊ fricatiõeꝫ de balneo determiare.
Sũt aũt ipſi⁹ balnei aliq̃ iuuamẽta: puta ſomnũ ꝓuocare: opilatiões
aꝑire: ⁊ vẽtrẽ ſoluẽ: ⁊ digeſtionẽ ꝯfortare: ⁊ nutrimẽtũ ad cutis ſupfi
ciẽ attrahẽ: ⁊ vẽtrẽ interdũ ꝯſtringẽ: ⁊ fatigatiõeꝫ remouere. Ampli⁹
balneũ interdũ calefacit: ĩterdũ infrigidat: deſiccat ⁊ hũectat. Calefa-
cit q̇dẽ obuiatõe prima: ſua actuali caliditate aeris ⁊ aq̃: ⁊ digeſtionẽ
hũoris frigidi ꝯfortãdo: ſꝫ infrigidat reſoluẽdo plus debito calorẽ et
ſpm̃ eẽntiali frigiditate aq̃. Vñ ⁊ ſi aq̃ eſt actual'r ſiue accidẽtal'r cali-
da: natural'r tñ eſt frigida. Vñ ex lõga ſui applicatõe ad corp⁹: corpus
infrigidat ⁊ effeminatũ facit. Ampli⁹ ſua humiditate caloreꝫ ſuffocat
naturalẽ: ⁊ hebetat: ⁊ ſic corp⁹ infrigidat. Amplius balneũ ſua hũidi
tate corp⁹ hũectat: ⁊ ſil'r attrahẽdo alimẽtũ ad mẽbra: ſꝫ reſoluẽdo de
ſiccat ⁊ poros aꝑiẽdo: ex q̃ aꝑtõe calor ſimul cũ hũido exalat. Am-
pli⁹ ſcias ꝙ balneũ indebite adminiſtratũ ⁊ q̇b⁹ nõ oꝑtet hꝫ plĩma no
cumẽta inferre hoĩ: puta cor debilitare ſi multã q̇s morã in eo fecerit:
⁊ nauſeã ⁊ ſincopim inducẽ: ⁊ hũores q̇etos mouẽ: ⁊ ad putrefactõeꝫ
ꝑparare: ⁊ cũ hoc eos ad mẽbra debilia declinare. Vñ accidũt apoſte-
mata in occulto membroꝝ: et in ſupficie eorũ. Et comedẽdi deſideri-
um deijcit: et coeũdi debilitat virtutẽ. Unde poſſum⁹ cõcludere ꝙ cor
pora humana multuꝫ repleta humoribus: et habẽtia ſtomachũ ⁊ cor
debilia: ⁊ neruos debiles et iũcturas: non debẽt longã moram in bal
neo trahere. Ampli⁹ ſcias ꝙ interdũ balneo vtimur in regimĩe ſa-
nitatis ad carnẽ ⁊ pinguedinẽ minuendã: ⁊ interdum augmentandũ
Balneũ ſeniꝫ in ieiuno admĩſtratũ corꝑe exiſtẽte famelico corpa ma-
creſcere facit. Et balneũ cito poſt cibum completa prima digeſtiõe et
inchoata ſcd̃a: multũ iuuat ad ĩpinguãdũ. Debem⁹ aũt eligẽ balneũ
cui⁹ fabrica ẽ antiq̃: ⁊ cui⁹ aer ẽ ãpl⁹: ⁊ aq̃ dulciſ. Et dꝫ balneator mẽſu
rare ignẽ ſcd̃m naturã illi⁹ q̇ balneũ vult ĩgredi. Et diligẽter notãdũ ẽ ꝙ
balneũ ſuo aere calefacit et diſſoluit: ⁊ ſua aq̃ hũectat: ⁊ interdũ infrigi
dat. Vñ q̃uis aer ſit hũidior aq̃: tñ aqua pl⁹ humectat. Et hoc cõtin-
git ex hoc ꝙ corpori perfectius adheret et applicatur. Et hoc etiam cõ
tingit: quia aer naturaliter eſt calidus: ⁊ etiam virtute ſtellaruꝫ ſem-
per aliquid reſoluit a noſtris corꝑibus coadiuuãte eius ſubtilitate.

Debent aũt in balneo bñ ordinato eſſe tres caſe. Quaꝝ prima eſt infri
gidans ⁊ humectãs: ſecũda calefaciẽs ⁊ humectãs: ⁊ tertia calefaciẽs
⁊ deſiccãs. Corpa igiť tẽperata in quibus nõ queriť reſolutio: ſ; ſolũ
tempata calefactio ⁊ humectatio nõ indigẽt tertia caſa: ſed pma ⁊ ſe=
cũda: ſed corpa in quibꝫ q̃riť reſolutio ⁊ corpis maceratio: vel deſicca
tio indiget tertia caſa. Tempꝰ autẽ balneãdi in ſanitatis regimĩe eſt
poſt exercitiũ ⁊ ante cibũ. Nec ſtatim poſt exercitiũ aliq̃s eſt balnean
dus donec mẽbra pfecte quieſcãt. Si autẽ queramꝰ reſolutiõem ſup=
fluitatũ morandũ eſt plus ĩ balneo: ⁊ quouſq; appareat aliq̃lis ꝯtra=
ctio in pulpis digitorũ. Nõ ſi ſolũ q̃rať mẽbroꝝ calefactio et hũecta=
tio: minor mora erit in balneo: ⁊ ſtatim cũ mẽbra ĩcipiũt rubere ⁊ no=
tabiliť calefieri: ceſſabiť a balneo. Et nõ erit multũ irrationabile cor=
pori bñ carnoſo: etate media: ⁊ ſufficiẽter calida ſupinfundere aqua;
nõ calidã: ſed tepidã. Ex hoc em̃ caliditas ⁊ hũiditas roboranť in mẽ
bris. Multũ aũt caueri debet ꝙ in exitu balnei non bibať aliquid ve
hemẽter calidũ: nec vehemẽter frigidũ. Nam primũ pducit ad ethicã
⁊ paralyſim. Secundũ aũt corrumpit virtutẽ mẽbrorũ pncipaliũ: et
forſan pducit ad hydropiſim. Amplĩꝰ in exitu balnei ſollicitus eſſe
debet de capitis cooptura ⁊ totius corpis: ⁊ ſpecialr in hyeme: ne cor
pus exponať ad recipiendũ frigiditatẽ: ad quã paratũ eſt ꝓpter poroꝝ
aperitõem inductã a balneo. Sunt aũt quidã q̃ ingredi balneu; i ie=
iuno dubitãt: ex eo ꝙ colera in eoꝝ corpibꝫ augeať: ⁊ his cõpetit ante
ingreſſu; balnei recipe buccellã panis intinctã in ſucco granatoꝝ: vel
in vino multũ limphato. Et ſunt alĩ qui ex ingreſſu in balneũ: ⁊ ſpe=
cialiter poſt cibũ opilatõẽs incurrũt: et his cõpetit bibere oximel: vel
ſirupũ acetoſũ cum radicibꝫ ſi ſint calide cõplexionis: vel dyatrionpi
peron: vel dyamentaſtrũ ſi ſint frigide cõplexiõis. Balneu; autẽ ex
aquis ſapiẽtibus naturã farmacoꝝ vel metalloꝝ nullo modo compe
tunt in ſanitatis regimĩe: ſed bñ cõpetunt in cura multoꝝ morboꝝ.
Sed q: nõ intendimꝰ de egritudinũ cura: de his balneis nullã facie
mus mentionẽ. Amplĩꝰ eſt diligẽter notandũ ꝙ in ſanitatis regimĩe
interdũ fit ſtupha: ⁊ interdũ balneũ. Balneũ non põt fieri ſine aqua
ſed ſtupha bñ fit in aere ſine aqua. Et huiꝰ ꝓprietas eſt magis reſolue=
re q̃; hũectare: imo taliũ ſtuphaꝝ ꝓprietas eſt multũ reſoluere: ⁊ maxi
me ſupfluitates exterius exiſtẽtes. Et q: in talibꝫ ſtuphis interdũ po=
nunť herbe ſm diuerſitatẽ herbaꝝ in eis poſitarũ diuerſi ſunt eaꝝ ef
fectus: qñq; em̃ multũ calefaciũt: et ſilr exiccant: ⁊ cõpetunt in multũ
frigidis ⁊ hũidis. Qñq; multũ calefaciũt: ⁊ non multũ deſiccãt. Qñ=
q; nõ multũ calefaciũt: ſed multũ deſiccãt: ſm ꝙ ſcit medicꝰ ordinare
cognoſcẽs virtutes ſimpliciu; ingredientiũ ſtuphas ⁊ modũ menſu=
randi ignẽ ſm exigentiã eius q̃ ſtuphari debet. Sed bene ſcias ꝙ nul
lo modo debet fieri ſtupha corpe exiſtẽte plectorico: nec ĩmediate poſt

cibū: nam corꝑe exiſtēte plectorico ꝑ ſtuphas hūores diſcurrūt ⁊ ebulliunt: ⁊ preparant̄ ad putrefactionē: ⁊ pñt apoſtemata cauſari in membris occult⁊ ⁊ manifeſtis. Et ſi aliqs ſtuphet̄ poſt cibum imediate impedit̄ cibi digeſtio ex eo ꝙ calor mouet̄ a centro ad circūferētiaꝫ. Et ſic calor mouet̄ a loco digeſtiōis ⁊ ꝑ ꝯſequēs digeſtio debilitat̄ ⁊ alimentū trahit̄ indigeſtū ad mēbra ⁊ pñt cauſari opilatiōes: apoſtemata: febres ⁊ cut⁊ defedatiōes ⁊ hydropes. ¶ Ulteriꝰ diligent̄ notādū ꝙ balneū q̄ indiget corpus temperatuꝫ ſuppoſito ꝯueniēti exercitio ⁊ ſufficienti ⁊ ſimilit̄ fricatiōe non ē niſi ad abſtergēdū ſudoris veſtigia ꝑ exercitiū derelicta ⁊ ad calefaciēdū ⁊ humectandū mēbra temperate. ¶ Uñ tale balneū debet eſſe ex aq̄ tepida vel quā ſolis feruoribꝫ eſtas calefecit. Nō enī debet eſſe notabilit̄ calida. Et bonuꝫ eſt ꝙ in balneo ꝓijciant̄ roſe vnico feruore bullite. ¶ Notādū ꝙ colū ne pedū ad ꝯſeruationē viſus ⁊ auditꝰ ⁊ memorie ſepe lauari debēt atqꝫ fricari cū aq̄ moderate caliditat⁊ ⁊ talis lotio fieri debet in ſero circa introitū lecti longe a cibo ⁊ ſpālit̄ diebꝫ illis qbꝫ nō cenare ꝯtingit. ¶ Ampliꝰ capit⁊ lotio nō tardet̄ vltra viginti dies: nec fiat in hebdomada plus q̄ꝫ ſemel ⁊ nunq̄ꝫ ſtomacho repleto ſed ante prādiū vel lōge poſt ipm ⁊ ante cenam ſi ꝓponat̄ cenare.

¶ Capitulum. V. De coitu.

Coitus ſꝫm veritatē iuuamētū hꝫ in expulſiōe ſupfluitatuꝫ tertie digeſtiue q̄re ꝯpetit in ſanitat⁊ regimie. Unde nō approbo opinionē dicentiū coitū nō ꝯuenire in ſanitat⁊ regimie: ſꝫ bñ verū eſt ꝙ coitꝰ nō hꝫ neceſſitatē ſicut exercitiū cibꝫ ⁊ potꝰ ⁊ ſimilia. Hec enī cōia ſūt cuilibet etati: ſed coitꝰ ſoli adoleſcētie. Immo etiaꝫ adoleſcētes pñt viuē ſani ſine vſu coitꝰ ſicut apparet ī mult⁊ viris venerabilibꝫ q̄ toto eoꝝ tpe viuūt ꝯtinent̄ ⁊ ſani: ſꝫ ſaniores eſſent ſi vterent̄ coitu moderato. Nā ſupfluū alimēti in q̄ꝫto ⁊ nō in q̄li qꝺ pꝰ eiuſ fermētationē in vaſis ſemiarijs ſperma noiat̄ coitu ꝯuenientiꝰ expellitur: nec ē alia via ꝯueniētior. Uñ ꝑiculū eſt ſi ꝑ coitū non expellat̄ ꝙ putrefiet ⁊ ad aliqꝺ ſimile veneno ꝯuertet̄ ⁊ cauſabit peſſimas egritudines ⁊ tandē mortē. Per exercitiū enī ⁊ balneū ⁊ fricationē expellūt̄ ſupfluites mēbroꝝ tertie digeſtiue: ſupfluitates q̄dē mēbroꝝ ⁊ impuritates q̄ ſūt ſupfluitates in q̄li. Sꝫ ē quedā mēbroꝝ tertie digeſtiōiſ ſupfluitas q̄dā puritat⁊ ⁊ puriſſima ad ꝯſeruationē ſpēi ordinata: hec aūt ꝯſeruata ꝑ coitū expellit̄ in aīalibꝫ ꝑfect⁊. Nec ē alia via mag⁊ ꝯueniēs ad hāc ſupfluitatē expellendā: q2 nō ſufficit exercitiū ⁊ fricatio vl̄ balneū: ⁊ ſpālit̄ cū talis materia ē fermētata ī vaſis ſeminarijs. Et ſic patet ꝙ coitꝰ ē iuuatiuꝰ in ſanitat⁊ regimie. Sunt aūt ipiꝰ coitꝰ alia iuuamēta ſpālia q̄ꝫplurima. Corpus enī repletū alleuiat ⁊ animā hylarem ⁊ quietā facit: iraꝫ quoqꝫ ſedat ⁊ ſollicitudinē remouet. Immo

q̄n̄qꝫ eius occaſiōe q̄s a melācolia ſanaꝛ ⁊ appetitū cibi ꝯfortat ⁊ ſom-
nū inducit. Amplius ſi q̄s amore mulierꝫ tm̄ triſteꝛ vt q̄ſi ad mortē de
ueniat vtaꝛ multo coitu licet ea nō potiaꝛ quā diligit ſedaꝛ eius furio
ſus amor. Ampliꝰ coitus moderatꝰ caput alleuiat oēſqꝫ ſenſus. Et nō
ſolū ꝯfert in ſanitatꝫ regimīe: ſed etiam in cura multarū egritudinū:
Sed q2 nō intendimꝰ in hoc opꝑe de egritudinū cura: de hmōi vtilita
tib9 nullā penitꝰ faciemꝰ mētionē. Ex dimiſſiōe aūt coitus ſpālit̄ con
ſuetis accidit corpis grauitas ⁊ frigiditas ⁊ difficultas motuū ⁊ fina
liter ex coitus dimiſſiōe ⁊ ſpermatꝫ abūdātia ⁊ frigore ipſiꝰ ⁊ eiꝰ ꝯuer
ſione ad venoſitatē accidit: vt ſperma mittat ad cor ⁊ cerebrū vaporē
malū ⁊ venenoſum ſicut accidit mulierib9 ex coartatiōe mr̄icꝫ. Et eſt
notandū ꝙ ſicut coitꝰ moderatꝰ hꝫ plurima iuuamēta: ſic ⁊ imodera
tus ⁊ q̄b9 nō ꝯuenit infert plura nocumēta. Inducit enī plus debili-
tatē oī alia euacuatiōe ⁊ appetitiue deſtructionē ⁊ oculoꝝ ꝯcauitatē ⁊
cerebri ⁊ ſenſuū in eo ſituatoꝝ debilitatē. Corpa aūt hn̄tes ſicca: a coi
tu cauē debēt vt ab inimico mortali q̄ ſi q̄s multū vſus fuerit ethicā
incurret. Etiā ꝯualeſcētes ⁊ debiles ⁊ macri ⁊ q̄rū ventres ⁊ ilia ſubti
lia ſūt: ⁊ q̄rū nerui ſūt debiles ⁊ vene ſtricte coitū oīno euitare debēt.
Coitus enī multꝰ ⁊ frequēs neruis nocet ⁊ oculos ledit ⁊ vires cor-
poꝝ deſtruit ⁊ ad ſeniū cito adducit: vn̄ parū ꝯpetit ſenib9. Corpa aūt
fortia ⁊ groſſa ſanguīe plena: ⁊ venas amplas: ⁊ colorē rubeū habētia
⁊ pilos multos ſūt ſufficiētia ad actū coeūdi: ⁊ ſpālit̄ in fine adoleſcē-
tie ⁊ maxime ſi vtanꝛ nutriētib9 ⁊ augmētantib9 ſperma ⁊ bibūt vinū
dulce ⁊ groſſum ⁊ multū dormiāt. Et eſt diligent̄ notandū: ꝙ coitus
q̄ ꝯuenit in ſanitatꝫ regimīe dꝫ eſſe a ſano deſiderio ⁊ naturali qđ q̄dē
deſiderium non excitat appetitus aut intuitꝰ aut pruritus aut ardor
aut fortis imagīatio: ſed cōmouet ipm̄ multitudo ſpermatꝫ ex reple-
tione: cū ſpū ventoſo: ⁊ ad h̄ iuuat ſanitas vtutꝫ. Debet aūt q̄s in tātū
vti coitu ꝙ eius appetitꝰ ꝯforteꝛ ⁊ ſentiat ſe leuiorē ⁊ magꝫ gaudentē.
Nō dꝫ aliq̄s vti coitu corpꝑe repleto cibo: vel poſt cibum īmediate ſicꝫ
nec tūc eſt exercitādū: nec corpꝑe exiſtēte multū famelico. Hoc enī ma
gis eſt ꝑnecans calorē naturalē ⁊ magꝫ attrahēs liq̄factionē ⁊ ethicā
ex arefactionē. Et ſi ꝯtingat aliquē īmediate coire poſt cibū oportet
ꝓus ipm̄ moueri paulatim vt cib9 deſcēdat ⁊ nō natet: deinde dormi-
at. ¶ Hora aūt coeūdi eſt poſt ꝯplemētū ꝑme ⁊ ſecūde digeſtiue: ⁊ ter
tia iam inchoata: ⁊ dꝫ expleri coitus ante exercitiū ⁊ fricationē. Et ſi
aliq̄s in ꝑncipio noctꝫ eſſet in tali diſpoſitiōe tūc eſſet hora ad coitū
ꝯuenientiſſima. Nā ſomnꝰ ſuccedit ei longꝰ ⁊ accreſcit cū eo virtus et
ſemē figiꝛ in mr̄ice: ⁊ ſic ꝯceptio fit facilior ⁊ ex coitu mīor induciꝛ de-
bilitas. Ampliꝰ qui vult coire nō debet eſſe vehement̄ calefactꝰ nec in
frigidatꝰ licet poſt calefactionē minꝰ noceat q̄ꝫ poſt infrigidationem.
Amplius coitus euitari debet poſt oēs euacuatiōes fortes: ſicut poſt

vomitū ⁊ fluxū ventris ⁊ fleubothomiā ⁊ poſt fortes mot⁹ corporeos. Et ſimilit̄ poſt fortē iram vel triſticiā vel poſt forte gaudiū ⁊ ſimiliter cū inſtat tp̄s emiſſiōis ſtercoris ⁊ vrine. Amplius mulieres p̄gnātes dubitātes oborſum: euitēt coitū: ſicut p̄us dixi. Ampli⁹ in actu coeūdi nullo modo retineat̄ ſperma nā hoc p̄ducit ad deſtructionē vnius vel duoꝝ teſticuloꝝ. Amplius diligent̄ eſt notandū: ꝙ in coitu ſūt figure incōueniētes ⁊ ꝯtra legē ⁊ mores ex q̄b⁹ corpa p̄nt incidē ī maximū nocumētū: ſicut ſi aſcendat mulier ſup̄ virū mala ē figura: ex ea ei timet̄ inflatio ⁊ vlceratio virge ⁊ veſice ꝓp̄t laborē eiectiōis ſpermatis et dubitat̄ curſus alicui⁹ in virgā ex p̄te mulierꝫ. Hec igit̄ coitus figura penit⁹ eſt fugiēda. Cōuenientē aūt figurā coeūdi ⁊ vtilē ad ꝯcipiendū dixi in .c. de regulis appropriatꝫ ſexui feminco. Ampli⁹ ſcias ꝙ coitus cū infantib⁹ ⁊ maſcul̄ eſt fedus ⁊ abomīabil̄ in lege ꝓhibitus ⁊ ex vna p̄te eſt nocibilior ⁊ ex alia min⁹ nociu⁹. Nocibilior q̄dem q̄ natura indiget in tali coitu motu plurimo vt ſperma educat̄: ⁊ min⁹ nociuus eſt q̄ min⁹ expellit̄ de ſpermate q̄ȝ cū muliere ⁊ cū minori delectatione. Eteni delectatio maḡ in coitu vna ē de cauſis inducētib⁹ debilitatē: ⁊ ideo q̄ plus in coitu delectant̄ plus debilitant̄.

Capitulū. VI. De comeſtis ⁊ bibitis.

Ordo naturalis expoſtulat vt poſt p̄dicta determinet̄ de comeſtis ⁊ bibitꝫ ſiq̄dem poſt exercitiū ⁊ balneū ⁊ coitum cib⁹ eſt neceſſari⁹ ſimilit̄ ⁊ potus. Primo igit̄ determīabit̄ de cibo ⁊ potu in ḡnali. Scd̄o autē de ſingulis manerieb⁹ ciboꝝ ⁊ potuuꝫ in ſp̄ali vt nr̄a doctrina ſit ſufficiētior ⁊ vtilior. Poſt enī exercitiū coitū ⁊ balneū corpus remanet inanitū cui debet̄ refectio. Unde videm⁹ ꝙ p⁹ talem inanitionē ſequit̄ cibi appetitus ⁊ deſiderium. Naturalis eniꝫ appetitus incipit ab inanitione membrorū ⁊ terminat̄ ad inanitionē factam verſus orificiū ſtomachi ad quā ſequit̄ ſenſus talis inanitionis que fames appellat̄ ⁊ deſideriū. Et huiuſmodi fames inducit̄ ad oſtendenduꝫ neceſſitateꝫ cibationis. Poſt hoc ergo deſideriū non eſt tardanda cibatto eo ꝙ famē tolerare: ſtomachum replet malis humoribus. Attrahit enim ſtomachus ex vicinis partibus q̄ retinent quod melius ⁊ vtilius eſt: ⁊ dimittūt abire qd̄ peius eſt ⁊ inutile. Unde videmus manifeſte ꝙ famē tolerantes multas aquoſitates emittūt ab ore ⁊ ſatis cito deſinit eorum appetitus ꝓpter repletionē malam ⁊ innaturalem in ſtomacho cauſatam. Unde appetitu deficiente non eſt comedendū ſed accipiendū iulex vel ſyrupum acetoſum vel aquam calidam ⁊ tantum eſt ieiunandū donecꝫ appetitus venerit vel excitetur et redeat: quibus recte peractis commeſtio ſubſequi debet. Et eſt valde cauendum ne ſtomachus adeo repleatur ꝙ tendatur ſiue torqueatur ⁊ multum grauetur ⁊ anhelitus anguſtietur ⁊ pulſus velocitetur

Et ſimiliter repletio nauſeatiua ⁊ faſtidium inducens multū eſt eui
tanda ⁊ ſpālr̃ ex malis nutriētibꝫ. Nā ſi faſtidiū ſit ex groſſis nutrien
tibꝫ ꝓueniūt iūcturarū dolores ⁊ renū et podogra et aſma et groſſi-
cies ſplenis et epatꝭ et vniūſalr̃ egritudīes fleumatice et melancolice
Et ſi faſtidiū ſit ex hūoribꝫ ſubtilibꝫ ꝓueniūt febres acute et maligne:
et apoſtemata multū acuta. ¶ Multū igr̃ euitāda ē repletio nauſea
tiua. Non igr̃ tm̄ eſt comedendū qn̄ locus remaneat vacuus in ſto-
macho: nec ex toto debꝫ deſideriū ſopiri: ſꝫ retinē debēt aliq̄ reliquie
appetitꝰ et h̄ ſpālr̃ eſt obſeruādū in hn̄tibꝫ appetitū forte. Sūt eni qui
dam q̄rū appetitꝰ naturalr̃ multū ſopitꝰ eſt. Et iſti forte plus debent
comedere q̄ꝫ appetūt. Et in h̄ multū ꝯſiderāda ē exꝑientia ꝯſiderando
ſubtilr̃ q̄ꝫtitatē cibi quā aliq̄s ꝑfecte pōt digerere ſm̄ plures dies. Nā
q̄ꝫtitas offerēdoꝝ nō pōt certꝭ lr̄is denotari. Et ſi aliq̄s forſan hāc re-
pletionē nauſeatiuā incurrat ſtatim euomat. ¶ Et ſi forſan euomere
nō poſſit ſomni et exercitij incremētū recipe dꝫ. Et ſumēda ſūt q̄ ven-
trem ſoluūt: et ſeq̄nti die parū ſumēdū eſt de cibo. Amplꝰ multū ꝯſi-
derari debet ꝙ appetitꝰ non ſit ebrioſi vel faſtidioſi. Talis eni appeti-
tus nō eſt ꝑco ſuſcipiēdi cibū: vn̄ recurrendū eſt ad alia ſigna .ſ. ꝙ ſen-
tiat ſtomachuꝫ vacuū et ꝙ expulſe ſint egeſtiōes cibi prioris et ꝙ vri-
ne ſint digeſte. His eni apparētibꝫ tp̄s eſt recipiēdi cibū dato ꝙ nō vi-
geat appetitꝰ et ſpālr̃ ſi aduenerit hora in q̄ ꝯſueuit cibari et non acci-
derit error in priori cibo vel in aliqua qͦ digeſtionē impediuerit prio
ris cibi. Et eſt diligenr̃ notandū ꝙ quidā ſunt indigētes plurimo ci-
bo et quidā pauciori et q̄dam mediocri. Nam habētes calorem forteꝫ
et corpus magnū et multū exercitātes et vniūſalr̃ habētes virtutes
naturales cibatiuas fortes indigent multo cibo. Et per oppoſitū quo
rum calor eſt debilis et corpus paruū et virtutes cibatiue ſunt debi-
les ⁊ parū laborātes indigēt pauco cibo. Et mediocres inter iſtos in-
digent mediocri cibo. Hoc igr̃ eſt qͦ poteſt declarari de cibi q̄ꝫtitate
per rationē. Non tamen debet ꝑtermitti exꝑientia ſicut prius de fri-
catione et exercitio dictū eſt: ⁊ ſicut dictū eſt de multo et pauco ſic ſuo
modo intelligar̃ de ſubtili et groſſo. Nam habētes calorē fortē et mē-
bra dura et virtutes cibatiuas fortes et multū laborātes indigent ci-
bis groſſioribꝫ cuiuſmodi ſūt carnes bouine porcine et anatū et ſimi
lia. Et per oppoſitū quoꝝ membra ſunt debilia: mollia: hūida ⁊ rara:
⁊ calor debilis: indigent cibo ſubtili cuiuſmodi ſūt oua ſorbilia et aq̄
carnis. Et mediocres indigent mediocri cibo. Etiam dico ꝙ quidam
ſunt indigētes cibo multi nutrimēti: quidā pauci: quidaꝫ mediocris.
Hoīes macilēti quoꝝ calor eſt multū reſoluēs et laborātes multuꝫ
indigent cibo multū nutriēte cuiuſmodi ſūt oua ſorbilia et oua du-
ra et aq̄ carnis. Et per oppoſitū hoīes pingues pleni fleumate habētes
carnes hūidas nō multū laborātes ⁊ hn̄tes calorē obtuſum et lentū:

indigēt cibis pauci nutrimēti cuiuſmodi ſūt olerū genera ⁊ fructuū ⁊
caſeus: ⁊ mediocres indigēt mediocri: ſicut enī ſe habꝫ extremū ad ex
tremū ita mediū ad mediū. Amplius ſciendū eſt ꝙ oēs hoīes indigent
cibo boni nutrimēti. Unū ſi aliqs vtatur cibis mali nutrimēti quāuis ei for
ſan in pñti nō noceāt vel ꝓpter ꝯſuetudinē vel virtutū fortitudinē et
digeſtiue bonitatē: impoſterū tamē ad malas veniet egritudīes. Qui
dam tñ ſunt qui ꝓpter ꝯſuetudinē ⁊ q̄ndā nature ꝓportionabilitateꝫ
p̄ eligere debent cibū parū deteriorē. Unde ſi qs ꝯſuetus ſit vti malo ci
bo non ſubito debet mutare ꝯſuetudinē ſed paulatim. Qđ ſi forſan cō
ſuetudinē mutare non poſſit ꝓpter aliquā cauſam ſpecialē bonū eſt ꝙ
ſollicitus ſit in purgādo hūores q̄ generantur a tali cibo ⁊ ſic p̄ſeruabitur ab
infirmitate. Si aūt cibus ꝯſuetus ⁊ deſideratus non ſit malicie notabil'
non mutetur. Nam maliciā paruā corrigit natura bonitate digeſtiōis
et longitudine ꝯſuetudīs. Sed ſi fuerit malicia notabil' ⁊ mag̃ nō eſt
corrigibil' a natura. Unde falſum opinantur credētes malū cibum no=
tabilit' longitudīe tempis ⁊ bonitate appetitiue poſſe corpus in ſani/
tate debita ꝯſuare ſine opationū ſenſibili leſiōe. ¶ Dicamus igitur reca=
pitulātes d' ꝯpoſitꝫ qđ ī ſimplicibꝫ dictū ē ꝙ q̄dā ſunt indigētes cibo mul
ti nutrimēti facilis digeſtiōis ⁊ boni chymi cuiuſmodi ſūt oua ſorbi=
lia ⁊ aque carnis ⁊ vinū odoriferū ⁊ ſubtile. Et talia cibaria compe/
tunt hñtibꝫ digeſtionē debilē ⁊ a quoꝝ corpibꝫ facta eſt plurima reſo/
lutio cuiuſmodi ſūt ꝯualeſcētes ⁊ indigētes augmēto ⁊ vniūſalit' de/
bilem digeſtiuā hñtes: ⁊ quoꝝ corpa ſunt multuꝫ reſolubilia ⁊ calore
extrinſeco ⁊ intrinſeco. Alij ſunt qbꝫ competūt cibi multi nutrimenti
et difficilis digeſtiōis: boni chymi cuiuſmodi ſūt caro ānualis agni ⁊
oua dura ⁊ ſimilia. Hec enī competūt hoībꝫ quoꝝ calor eſt fortis val
de ⁊ multū exercitātibꝫ ⁊ hñtibꝫ fortē digeſtiuā ⁊ mēbra dura ⁊ ſpiſſa
Eſt autē tertiū mēbꝝ his ꝯtinuū qđ nullis ꝯuenit iudicio meo puta
cibus multi nutrimēti facilis digeſtiōis ⁊ mali chymi puta caro cīgna
et anatū ⁊ vaccina. Sūt etiam alia cibaria q̄ ſunt difficilis digeſtio/
nis ⁊ mali chymi ⁊ pauci nutrimēti que etiā in ſanitatꝫ regimīe nō cō/
ueniūt ⁊ huiuſmodi eſt caro ſolita ⁊ ſalſi piſces. Amplius ſunt q̄daꝫ in=
digentes cibis facilis digeſtiōis ⁊ pauci nutrimēti ⁊ boni chymi cuius
modi ſunt lactuca ⁊ malag̃nata ⁊ ſimilia. Et hec cibaria cōpetūt cor=
poribꝫ repletis ⁊ hūidis: debilē digeſtiuā habētibꝫ a quoꝝ corpibꝫ nō
multa ſit reſolutio hñtibꝫ tamē appetitū bonū. Sūt etiaꝫ alia cibaria
que ſunt ſubtilis nutrimēti ⁊ nō multi ⁊ mali chymi que non compe=
tunt in regimīe ſanitatꝫ cuiuſmodi ſunt pulmo ⁊ caro aīaliū de vtero
nouiter egredientiū. Amplius eſt ꝯſiderāda cibarioꝝ q̄litas actualis ⁊
ṽtual'. Actualis q̄dē q: in hyeme recipiuntur cibaria actu calida ⁊ ī eſta
te frigida ⁊ ī mediocribꝫ tpibꝫ mediocria. Et ſimilit' intelligatur de vir/
tuali q̄litate. Nā calida ṽtualit' ꝯpetūt ī hyeme: ⁊ frigida ī eſtate: ⁊ in

temꝑib⁹ mediocrib⁹ mediocria. Amplius q̃ multũ lapſi ſunt in cali-
do: indigẽt cibis frigidiorib⁹ ⁊ econtra. Et ſimilit̃ intelligat̃ in alijs q̃-
litatib⁹. ¶ Ampli⁹ dico ꝙ illa que poſſunt eſſe cauſa corruptiõis dige
ſtionis ſunt euitãda: puta voracitas cõmeſtionis ⁊ mala maſticatio:
ferculoꝝ multa interruptio diuẽſoꝝ ciboꝝ ⁊ potuũ in eadẽ mẽſa ſum-
ptio: ⁊ multa potatio: ⁊ mala ciboꝝ ordiatio puta ſi groſſa cibaria re-
cipiant̃ ante ſubtilia: nam ex h̃ corrũpit̃ digeſtio: nã ſubtile digerit̃ añ
groſſum ⁊ nõ hñs exitũ in ſtomacho ꝑmanet plus debito ⁊ ſic in ſto-
macho corrumpit̃ ⁊ aliũ cibũ nõdũ digeſtũ corrũpit. Unde rõnabili-
us eſt ꝑmo recipe ſubtilia cibaria ⁊ poſt groſſa. Si eni digerant̃ ante
groſſa deſcendẽt a ſtomacho ⁊ groſſa remanebũt in ſtomacho vſq; ad
ꝑfectã digeſtionẽ. Nam via que patet ſubtiliori non patet groſſiori.
Sed hic eſt diligent̃ notandũ: ꝙ ſi aliqs parũ comedere velit de groſ-
ſiorib⁹ ⁊ multũ repleri de ſubtiliorib⁹ tũc puto rõnabili⁹ eſſe ꝑtermit-
tere cibaria groſſa. Naꝫ in pauca q̃ntitate eque cito digeri pñt ſic ſub-
tilia in mag q̃ntitate. Unde in tali caſu nõ eſt incõueniẽs ꝑmittẽ groſ-
ſa. Si qs aũt ſciret ꝓporcionare paſſum ad agens vniformit̃ ita ꝙ tan
ta eſſet diuẽſitas inter groſſum ⁊ ſubtile: ſicut ẽ inter calorẽ fundi ſto-
machi ⁊ ei⁹ oris tũc melius eſſet ponẽ groſſum in fundo ⁊ ſubtile in
orificio: ſed qꝛ hoc q̃ſi eſt impoſſibile ⁊ error q̃ põt ꝯtingẽ premittẽdo
ſubtile eſt minor ⁊ magis corrigibil̃: ideo ſubtilis ꝑmittẽdus eſt groſſo
¶ Amplius ꝯſiderandũ ꝙ cibus prim⁹ nõ ſit lubrificatiu⁹ nã poſtq̃
erit digeſtus vel ante digeſtionẽ trahet ſecũ alium cibum indigeſtuꝫ.
¶ Amplius eſt aduẽtendũ: ꝙ in ꝑncipio non ſumãt̃ fruct⁹ ſtiptici pu-
ta coctana meſpila: nam ex hoc poſſit impediri deſcenſus cibi a ſtoma
cho. Unde verum ẽ ꝙ habentib⁹ ventrẽ fluxibilẽ interdũ talia compe
tũt in ꝑncipio cõmeſtiõis. Et vniũſalit̃ ꝯſiderãdũ eſt ꝙ ſanitatiſ ꝯſer-
uator nec fructib⁹ nec olerib⁹ vti debet niſi in pauca q̃ntitate. Generãt
eni ſanguinẽ aquoſum vaporoſum ⁊ putrefactiõi aptum. Si tamen
fructib⁹ vti ꝯtingat in ſanitatis regimine fructus ſtiptici ſunt poſtpo-
nendi alijs cibis ſicut coctana: pira: amygdala: caſtanee: meſpila: aui-
lane. Et fructus laxatiui ſunt ꝑmittẽdi: puta vua: ficus: pruna: pſica:
mora ⁊ ſimilia: nec poſt tales fructus eſt imediate comedẽdus alius
cibus ſed parum imorandũ ⁊ ſupbibendũ aliquid ſubductiuũ ventriſ
puta mellicratũ vel vinũ dulce vel aliqđ brodiũ ſubductiuũ. Tales
autem fructus maxime competũt his qui aliq̃lem eſtuationẽ ſentiũt
in ſtomachis eoꝝ vel ꝓpter naturalẽ complexionẽ vel ꝓpter laborẽ vl̃
balneũ vel aliqualẽ infirmitatẽ. Nolum⁹ autem plus loqui de fructi
bus: quia de his inferius ſpecialit̃ loquet̃. ¶ Amplius ſcias ꝙ in regi
mine ſanitatis non multũ competunt ſapoꝝ diuerſoꝝ delectamenta
ex quibus homo plus de cibo recipit q̃ꝫ deberet: vnde talia ſapoꝝ de-
lectamẽta plus ꝯueniũt egris q̃ꝫ ſanis. ¶ Amplius ſcias ꝙ in regimĩe

ſanitatꝫ non competit aliqͦd medicinale niſi forſan ad p̄ſeruandū ſed
non ad ꝯſeruandū. Nam ſicut de ꝓprietate cibi ē ꝯſeruare ſic de ꝓprie
tate medicine eſt alterare. Caueat igitur ſanitatꝫ ꝯſeruator ne vtatur
aliquo ſapiente naturā medicinalē ad ꝯſeruandū licet bene ad p̄ſer-
uandū. ¶ Amplius hora cōmeſtiōis eligatᷣ frigida: ⁊ ſi non ſit poſſibi
le eligatᷣ locus frigidus ⁊ ſint hore cōmeſtiōis tales ꝙ poſt eas homo
poſſit quieſcē ⁊ tandem dormire. Non etiam īmediate poſt cibū eſt ex
ercitandū ſed p̄mitus quieſcendū ⁊ dormiēdū non tamē vituꝑatᷣ ſed
laudatᷣ lenta poſt cibum deambulatio ante ſomnū vt cibus deſcēdat
ad fundū ſtomachi in quo fit cibi melior digeſtio. Qͦd autē iuuat ad
cibi digeſtionē eſt p̄mitus parū dormire ſuper dextrū latus vt cibꝰ de
ſcendat ad fundū ſtomachi deinde longiori tempore ſuper ſiniſtrū vt
digeſtio ꝑficiatur. Nam decubitus ſuꝑ ſiniſtrū latus plus ꝯfert dige-
ſtioni omni alio decubito. In hͦ enī decubitu epar amplexatᷣ cibū in
ſtomacho ſicut gallina ouū in pulli gñatiōe: ⁊ ſic cibus in ſtomacho ꝑ
fectius digeritᷣ. Sed in fine ſomni iterū iacendū eſt ſupra dextrū vt
facilius cibus tranſeat ex ſtomacho ad epar ⁊ ſuꝑfluitates digeſtiōis
p̄me facilius deſcēdant. Et ē diligentᷣ notandū: ꝙ ſi ꝯtingat aliquem
a ꝓpoſito vel caſu recipe cibum alicuiꝰ male q̄litatis: puta acetoſum
vel ſalſum vel ponticū ſatis ē rationabile poſt eundem recipe cibum
q̄litatis ꝯtrarie ad corrigendū maliciam primi: verbi gr̄a ſi quis reci
piat cibaria acuta vel ſalſa ⁊ poſt talia recipiat ante coꝝ digeſtionem
res humectātes ⁊ dulces vel ſaporē non habētes erit ꝯueniēs regimē
ſimilitᷣ intelligatᷣ in alijs. ¶ Ampliꝰ ſumoꝑe ē cauendū ꝙ poſt cibum
digeſtione inchoata non bibatᷣ aq̄ vel vinū in q̄ntitate notabili. Hoc
enī eſt de his qui digeſtionis ebulitionē interrumpūt: ſicut patet in po-
to bulliente ſi ſuꝑinfundatᷣ aqua frigida: nā ab ebulitiōe deſiſtit. Nō
eſt igitur bibendū donec cibꝰ de ſtomacho deſcēdat. Qͦd ſi ſitis neceſſi
tatē inferat modicū aque ſugēdo paulatim bibat. Et q̄nto plus fuerit
frigida tāto minꝰ de ea ſufficiet. ¶ Ampliꝰ ſcias ꝙ bibē vinū poſt ci-
bū digeſtiōe iam inchoata facit cibū deſcēdē de ſtomacho indigeſtū:
et facit accidē opilatiōes ⁊ earū egritudīes ⁊ ſimilitᷣ putrefactionem.
¶ Ampliꝰ ſcias ꝙ vehementᷣ famelicus non debet p̄ recipe cibū ſubti
lem: qͦd ſi ꝯtingat ſtomachꝰ terrebitᷣ a groſſo nec poſtea groſſum reci-
pere aut digerere pōt: ⁊ ſic cibꝰ groſſus corrumpetᷣ. In tali igitur caſu
p̄mittēdꝰ ē cibꝰ groſſus paulatī añ ſubtilē: nō ei poſtea terrebitᷣ ſtoma-
machꝰ a ſubtili. Cā aūt huiꝰ accidētꝫ ē ex eo ꝙ ī ſtomacho vehementᷣ
vacuo ⁊ ianito ē calor intēſus cui cibꝰ ſubtilᷣ nō ē ꝓporcionatꝰ. Vñ re-
cepto cibo ſubtili ꝓpᷣ ſtomachi forte deſideriū ⁊ cibi ſubtilᷣ paucā reſi
ſtētiā diſꝑgitᷣ cibꝰ ad oēs ꝑtes ſtomachi ⁊ ſic q̄dā repletio fantaſtica cā
bitᷣ: ⁊ ſic os ſtomachi claudetᷣ ⁊ terrebitᷣ natᷣa a cibo ſuꝑueniēte groſſo ni
ſi tm̄ interueniat ſpaciū ꝙ p̄dicta repletio fantaſtica ſedetᷣ q̄ non cauſabitᷣ

ſi cibꝰ groſſus recipiaꝛ primitꝰ in ſtomacho vehement vacuo ⁊ fameli
co. Nam cibus groſſus non diſpergiꝛ ꝓpter eiuſ inobediētiā ad ſingu
las ꝑtes parietū ſtomachi ſicut diſꝑgebaꝛ ſubtilis. ¶ Ampliꝰ ſollici-
tandū eſt in numero comeſtionū: ⁊ in hoc ē multū ꝯſiderāda ꝯſuetu-
do ⁊ obſuāda vł paulatī ſi ſit mala, omittēda. Qui igiꝛ in die ſemel co
medere ꝯſueuit non ſubito ſe trāſferre debet ad duas cōmeſtiōes: nec
econtra: ſubita enī mutatio nocet. Et in hoc multū ꝯſiderare dꝫ me-
dicus: verū expimentū illud qđ pōt ratione ſciri: hic breuiꝛ eſt dicēdū
Quidā enī ſunt qbꝰ vnica comeſtio in die naturali videꝛ ſufficē: Ver-
bi gr̄a quoꝝ virtutes ſunt ſatis fortes ⁊ mēbra nō multū reſolubilia.
Et parū exercitātes ſe ⁊ qui ſufficiētē cibū vnica comeſtiōe ſumē poſ-
ſunt: ⁊ in hūorib̄ fleumatic habēt abūdantiā. Et vniūſaliꝛ q̄rū cor-
pora hūida ſunt ⁊ cū hoc cibaria qbus vtunꝛ ſint aliq̄liꝛ groſſa ⁊ vi-
ſcoſa ⁊ multū nutriētia ⁊ nō faciliꝛ reſolubilia. Talibꝰ enī ſufficit cibꝰ
ſemel in die naturali: niſi ꝯſuetudo ſit ad ꝯtrariū. Sūt aūt aliꝗ qbus
non ſufficit vnica comeſtio in die naturali: ſicut illi quoꝝ virtutes ſꝛ
debiliores ⁊ calor eſt fortis ad digerēdū ⁊ reſoluēdū: ⁊ quoꝝ corꝑa ſꝛ
reſolubilia ⁊ macillēta ⁊ ad ſiccitatē naturaliꝛ vel accidentaliꝛ decli-
nantia ⁊ vtentia cibo ſubtili facile reſolubili ⁊ digeſtibili ⁊ in q̄ꝫtitate
miori ⁊ cū hoc multū exercitātia. His igiꝛ competit bina comeſtio ī die
naturali. Mediocribꝰ vō ⁊ temperatꝫ ſufficit comedē ter in duobus
diebus ſic ꝙ inter vnam cōmeſtionē ⁊ aliam interueniat ſpaciū ſede-
cim horarū. Sunt autē quidam quibus non ſufficit bina cōmeſtio
ī die naturali. Sꝫ debent cibari ter vel quater in die: ſicut ſunt ſenes
a ſenio ⁊ ꝯualeſcētes ⁊ pueri ⁊ vniūſaliꝛ debiles. Seneſ enī ſunt ſicut
lucerna extinctiōi parata. Unde ſi eis cibus nō ſepe admīſtreꝛ calor cō
ſumiꝛ ⁊ extinguiꝛ: ⁊ ſi vna vice multū admīſtreꝛ eoꝝ calor ſuffocaꝛ: vn
de iſti indigent ſepe comedē ⁊ parū. Cōualeſcētes ſūt hmōi: indigent
enī cibo vt deueniāt ad ꝓpriū ſtatū: ſed qꝛ eoꝝ calor eſt debilitatꝰ non
poſſunt multū cibum ſimul digerere. Bonū eſt igiꝛ ꝙ parciaꝛ eoꝝ ci-
bus vt corpus ꝯforteꝛ ⁊ calor naturalis nō laboret in digerēdo ⁊ eadē
ratio eſt in pueris. Complexiōibꝰ igiꝛ hominū ꝯſideratꝫ dicemus ꝙ
fleumatici melius poſſunt ieiunare ⁊ colerici mīme: ſanguinei autem
⁊ melācolici mediocriꝛ niſi ꝙ melancolici magis ſe tenent ex ꝑte fleu-
maticoꝝ: ⁊ ſanguinei ex parte colericoꝝ. Et inter hos oēs temperati
mediocres exiſtūt. ¶ De etatibꝰ etiāꝫ patet ꝙ infantes ⁊ ſpecialiꝛ ani-
moſi minus poſſunt ieiunare ⁊ ſenes a ſenectute maxime ⁊ mediocreſ
ſe habent medio modo. Hec igiꝛ ſunt que ſm̄ rationē dicere poſſumꝰ
de numero cōmeſtionū. Eſt autē diligentꝛ notandū: ꝙ ſunt q̄dam ci-
baria que non ſunt ſimul edēda puta lac ⁊ acetū ⁊ vniūſaliꝛ acetoſuꝫ:
nec lac ⁊ piſces: nec lac acetoſum cū raphano: nec carneſ volatiliū poſt
riſum ꝯditū cū lacte: nec vti debemus oleo vel pinguedine in ꝯdimē-

to ciboꝝ que in erco extiterũt vaſe ¶ Amplius multũ ē ꝯſiderandum
qñ competunt cibaria groſſioꝛa in mane vel in veſpe. Et ſaluo iudicō
melioꝛi puto ꝙ niſi reuma impediat ꝙ veſpere groſſioꝛ cibus ⁊ maioꝛ
in q̄ʒtitate competit ⁊ ſpecialiᷣ ſuppoſita noctiũ longitudie ſufficienti
et ꝙ homo doꝛmiat denocte. Nam digeſtio fit in quiete: et in ſomno
quieſcũt virtutes aīales et foꝛtificanᷣ naturales. In ſomno enī meli=
oꝛ fit digeſtio in ſtomacho in epate et in toto coꝛpe ſed ſuſpecti de reu
mate abſtineant a cena aut parũ cenent et longe a ſomno. ¶ Ampliuſ
diligenᷣ eſt notandũ: ꝙ aliquis volens ſanitatem ꝯſeruare non mul
tum bibere debet: nec in p̄ncipio mēſe nec in medio ſed differre dʒ po=
tum vſqȝ ꝓpe finē cōmeſtiōis et tũc tm̄ bibēdũ ē ꝙ vera ſitis ſedeᷣ. Eſt
autem vera ſitis quedā eſtuatio in ſtomacho cauſata ex cibo recepto
qui habet q̊dāmomo ſtomachũ calefacē et exiccare. Eſt enī fames ap
petitus calidi et ſicci: et ſitis frigidi et hũidi: et qꝛ talis eſtuatio maxi=
me ꝯtingit circa finem cōmeſtiōis: ideo tũc eſt bibendũ et nō ante niſi
parum. Sciendũ autē ꝙ triplex eſt potus: q̊dam enī eſt ꝑmixtiuꝰ: ali=
us delatiuꝰ: et alius ē ſitis delatiuꝰ. Potus igiᷣ ꝑmixtiuꝰ poteſt reci=
pi ſimul cũ ꝑmixtiuo cibo. Unde ſaluo melioꝛi iudicio puto ꝙ talis
potus non debet differri vſqȝ ad finem cōmeſtiōis ſed debet recipi in
p̄ncipio medio vel fine. Et iſte potus maxime cōpetit qñ ſumūᷣ ciba=
ria groſſa actualiᷣ ſicca et virtualiᷣ ſicut patet in laboꝛātibꝫ comeden
tibus panem ſiccũ. Sed potus ſitis ſedatiuꝰ regulariᷣ et in hoībꝫ bñ
diſpoſitis debet differri vſqȝ ad finem cōmeſtiōis: tũc enī eſt vera ſitꝫ
ꝓpter eſtuationē cibi calidi et ſicci. Non enī multũ rōnabile eſt ꝙ ſimlᷣ
vigeat ſitis et fames qꝛ ſunt appetitꝰ ad ꝯtraria. Potꝰ aũt delatiuus
maxime competit cōpleta p̄ma digeſtione et tũc regulariᷣ non ē malũ
bibere vt cibꝫ faciliꝰ trāſeat a ſtomacho ad epar et pꝛepareᷣ ſtomachuſ
ad recipiendũ aliũ cibum: et ſi foꝛſan ꝯtingat aliquē ſitire non p̄cedē=
te cōmeſtione et ſine fame pōt p̄noſticari a medico ſitꝫ illa eſſe innatu
ralis: et in tali caſu interdũ pōt competē ante cibũ: ſed qꝛ ħ exigit limi
tes regimīs ſanitatꝫ nō plus loq̄mur de iſto. Potꝰ aũt q̄ regulariᷣ cō=
petit in regimīe ſanitatꝫ nō eſt aq̄ ſed vinũ vel aliq̄d ꝓpoꝛtionabile vi=
no: puta ceruiſia vel ceruſariũ vel pomeriũ vel mellicratũ vel aliq̄d ſi
mile: q̄bꝫ oībꝫ vinũ eſt meliꝰ. Et qꝛ de his oībꝫ inferiꝰ tractabiᷣ in ſpe=
ciali volo trāſire. ¶ Uinũ aũt q̊ vti debemꝰ ī regimīe ſanitatꝫ non ſit
acutũ nec igneũ nec groſſum nec dulce. Et ī eſtate ſit albũ vel roſeũ: et
in hyeme rubeũ vel ſubꝛubeũ et ſit clarũ et ſubtile et ſapoꝛis amicabilᷣ
et odoꝛis ſuauis. Et ē ħ diligenᷣ notādũ: ꝙ q̊rũdā mgroꝝ opinio eſt
ꝙ magꝫ eligēdũ eſt vinũ debile ſine aq̄ admixtiōe: q̄ʒ vinũ foꝛte cũ aq̄
fractũ: et ſpālīᷣ coꝛꝑibꝫ tempatꝫ colericꝫ ⁊ ſanguineis: ſʒ iſtoꝝ opiniōi
nullatenꝰ acq̄eſco. Nā vina debilia cuiuſmodi ſũt gallicana multũ ſᷣ
coꝛruptibilia: vñ facilime coꝛrũpunᷣ. Et huiꝰ rei ſignũ ē ꝙ ſi vinũ de=

bile gallicanū dimittat̄ in aere ꝑ noctē in mane inuenit̄ coꝛruptū. Vn̄
puto ꝙ vinū foꝛte factū cū aq̄ multa ē ꝯuenientiꝰ i ſanitatꝫ regimīe: ni
ſi caſu in q̄ vinū debiliꝰ nō ſit adeo debile ꝙ ſit nimis coꝛruptibile in
natura ſua ſicut vina gallicana. Ex his igit̄ patet ꝙ nectar nō compe-
tit in regimīe ſanitatꝫ in via potꝰ. Et vniūſalit̄ vina ſapia naturā ali-
cuiꝰ farmacoꝝ vel rōne vaſis vel rōne ꝑmixtiōis. Etiā patet ꝙ vinuꝫ
nouū defecatū ſeu clarificatū magꝫ ꝯpetit i regimīe ſanitatꝫ ꝙꝫ vinum
antiquū. Et ē notādū diligent̄: ꝙ inēdū aliq̄s patit̄ ſitim mēdoſaꝫ in
q̄ nō eſtuat oꝛificiū ſtomachi ſꝫ guttur ⁊ pulmo areſcit ⁊ os ⁊ palatuꝫ
vel ꝓpt̄ puluerē aut motū aerꝫ ⁊ caloꝛē ⁊ ſiccitatē. Et i tali caſu nō ex-
pedit bibē ſꝫ ſufficit gargariſare vinū bn̄ lymphatū aut aq̄ticū ꝓpt̄ par
tes p̄dictas hūectādas: vel ſi magꝫ placet ſuccoſos fructꝰ maſticare ⁊
abijcē vel modicū ſucci deglutire ꝓpt̄ gutturꝫ aſꝑitatē ⁊ ariditatē erit
expediēs. ¶ Ampliꝰ ſcias ꝙ i tali ſiti inēdū iuuat attractio aerꝫ frigi-
di ꝑ os ⁊ nares. Et ē diligent̄ notādū: ꝙ ſm̄ diūſitates ꝯplexiōis eta-
tis ⁊ ſic de ſingul' attēdit̄ diūſitas in admīſtratiōe vini vel potuū alio
rū. Quibuſdā eni ꝯplexiōibꝫ ꝯpetūt vina foꝛtioꝛa ⁊ q̄buſdā debilioꝛa:
et q̄buſdā plus q̄buſdā vo minꝰ: ⁊ q̄buſdā groſſioꝛa ⁊ q̄buſdā ſubtilio
ꝛa. Et ſimilit̄ intelligit̄ de etatibꝫ ⁊ alijs. Hoīes igit̄ calidioꝛis ꝯplexio
nis indigēt vinis debilioꝛibꝫ ⁊ ſubtilioꝛibꝫ ⁊ indigēt maioꝛi q̄ꝫtitate.
Et hoīes frigidioꝛis ꝯplexiōis indigēt vinis foꝛtioꝛibꝫ ⁊ minoꝛis q̄ꝫti-
tatis. ¶ Ampliꝰ hn̄tes neruos debiles indigēt vinis debilibꝫ: ⁊ hn̄tes
cerebꝛꝫ foꝛte ⁊ neruos foꝛtes ſecuriꝰ pn̄t vti foꝛtioꝛibꝫ. Amplius debi-
les indigēt viniſ ⁊ potibꝫ magꝫ nutritiuis ⁊ foꝛtes minꝰ ¶ Ampliꝰ me
lancolici indigēt bonis viniſ. Tū q2 frigidi ⁊ vinū calefacit. Tū quia
triſtes ⁊ vinū letificat. Tū q2 hn̄t paucos ſpūs ⁊ eos vinuꝫ multipli-
cat. Quātitas aūt mediocris potꝰ quē hō hꝫ recipe i mēſa ad ſitim ſe-
dandū ⁊ ad cibi ꝑmixtionē eſt q̄ttuoꝛ libꝛarū minutarū: ſicut q̄dā ſa-
piens teſtat̄ ⁊ expiētia docet. Sꝫ q̄ꝫtitas potꝰ offerēdi ſicut nec alioꝝ
pōt lr̄is certꝫ ſcribi: ſꝫ ꝯiectura veritati ꝓpinq̄. Quidā eni ſūt q̄bꝫ ſuffi
cit minoꝛ q̄ꝫtitas ⁊ q̄buſdā maioꝛ: ⁊ in h̄ multū dꝫ attēdi q̄ꝫtitas cibi et
q̄litas. Nā ſm̄ aliā ⁊ aliā cibi q̄ꝫtitatē ⁊ q̄litatē diūſificabit̄ potꝰ q̄ꝫti-
tas: ſicut etiā diūſificat̄ ſitꝫ natural'. Vn̄ qui plꝰ comedūt ⁊ cibaria ma
ioꝛē eſtuationē in ſtomacho inducētia plus ſitiūt ⁊ indigēt pluri po-
tu. Et q̄ꝫto ſitꝫ ē maioꝛ ⁊ intēſioꝛ ceterꝫ paribꝫ potꝰ dꝫ eē debilioꝛ ⁊ in
q̄ꝫtitate maioꝛ ⁊ econūſo. ¶ Ampliꝰ in exhibitiōe potꝰ dꝫ multū ꝯſi-
derari q̄litas ⁊ q̄ꝫtitas ſtomachi capientꝫ. Hn̄tes eni ſtomachū ſiccū
multū ſitiūt ⁊ magnā q̄ꝫtitatē potꝰ ſuſtinē nō pn̄t. Et ꝯtrariū eſt ꝺ ha
bentibꝫ ſtomachū humiduꝫ. Nam iſti parū ſitiūt ⁊ magnā q̄ꝫtitatem
potus ſuſtinere poſſunt. Hec igitur generalia ſufficiunt de cibo ⁊ po-
tu: quia inferius de his tractabit̄ in ſpeciali.

¶ Capitulū. VII. De somno ꝛ vigilia.

c Onsequēs ē determiare de somno ꝛ vigilia ei ↄtraria. Naȝ re-
gule ex his sunt in regimīe sanitatꝭ plurimū necessarie. Est igi
tur diligent̄ notandū: ꝙ somni vtilitas in sanitatꝭ regimie si
debite admīstret̄ est valde magnū bonū. Est igit̄ ꝑpendere q̄to som-
no natura iuuet̄. Nam ꝑ somnū calor naturalꝭ qui opat̄ circa materiā
nutrimēti in interioꝛib ↄfortat̄ in qb viget alimēti digestio: ꝛ sic me
lior fit digestio. Amplius ꝑ somnū quiescūt oīa mēbra exterioꝛa a su-
is opatiōib. Et q̄ digestio fit in q̄ete magꝭ tūc viget digestio. ¶ Am
plius ꝑ somnū v̄tutes aīales q̄ fatigate sūt reuocillant̄ ꝛ ↄfortant̄ si q̄-
dem erāt fatigate ꝑ motū ꝑ q̄etē somni fortificant̄. Vn̄ in oī motione
corpis cū cepit q̄s dolere statim q̄scē remediū est. Non ē aūt vera re
quies nisi in somno. Nā in vigilia organa sensuū sūt in actu secundo
et sic nō pōt corp᷒ vere quiescē. Vn̄ etiā mēbra motiua nō vere quiescē
pn̄t in vigilia ꝓpt̄ colligantiā ꝛ ꝓpinq̄tatē ad organa sensuū q̄ sūt i ac-
tu secūdo: ꝓpt̄ h̄ igit̄ nō pōt esse bō diu sine somno. Si eni somn᷒ fue-
rit moderat᷒ cib digerit̄ ꝛ corp᷒ impinguat̄: dolor dissoluit̄: anim᷒ cō
fortat̄: calor naturalis augmētat̄: hūores teṗant̄: ꝛ mens clarificat̄.
¶ Ampli᷒ somn᷒ ē calefaciēs ꝛ hūectās: digestio aūt viget ꝑ calidū ꝛ
hūidū. Et sic apparet ꝙ somn᷒ bn̄ adiuuat digestionē. Et q̄ senes sūt
frigidi ꝛ sicci ꝛ male digerūt indigēt maxīe somno: quapropt̄ Galie-
nus i etate senectutꝭ ꝓuocabat somnū cū ↄmestiōe lactucarū: sȝ q̄ la
ctuce sunt frigide ipas cū aromatib cōedebat. Et sicut somn᷒ debito
mō exhibit᷒ multas hȝ vtilitates: sic ꝛ vigilia moderata ꝛ debito mō
exhibita. Nā desideriū auget ꝛ famē excitat: ptes exterioꝛes ↄfortat: ꝛ
spūs ad exterioꝛa mouet: sine qb n̄ pn̄t mēbra exercitari q̄d tn̄ exerciti
um ē multū ncc̄riū. Et sic somn᷒ ꝛ vigilia moderata sanitatē ↄꝛuant:
sic etiā si idebito mō exhibeāt̄ sanitatē corrūpūt. Vn̄ imoderat᷒ som
nus ꝑ̄pat corp᷒ ad apoplexiā epilētiā et palysim et stuporē. Et vt sit ad
vnū dicē gn̄at egritudies hūectātes et reumata et splenes et neruos la
xat et pigriciā efficit et d̄sideriū deijcit apostemata et febres freq̄nt̄ ge
nerat. ¶ Vigilia āt imoderata corp᷒ desiccat et v̄tutes aīales debili-
tat et digestionē diminuit et ꝑ̄pat corp᷒ ad egritudies ↄsūptiuas. De
vigilia āt inatali q̄ ē res ↄ naturā et d̄ somno inatali et ex qb cauꝭ pn̄t
ꝓuēire nō ē h̄ dicēdū q̄ h̄ exit regimē sanitatꝭ et igredit̄ curā egritudi
nis. Sufficit āt ad pn̄s scire ꝙ somno et vigilia i corpib sanis possu
mus vti bn̄ et male. ¶ Dicam᷒ igit̄ modū vtēdi somno. Sciēdū igit̄
ꝙ p᷒ ↄmestionē ↄpetit somn᷒ n̄ q̄dē imediate: sȝ tm̄ ē imorādū vt cib
descēdat ab orificio stomachi. Nec ē p᷒ imediate laborādū nec mente
studēdo disputādo vel legēdo vel corpe exercitādo. Hec eni impedi-
unt cibi digestionē: sed quiescēdū est: et audiēda sūt aliq̄ musicalia q̄-
bus bō nō sit multū intent᷒ vel aliq̄ historie. ¶ Qd si forsan tardetur

cibi deſcenſus ab orificio ſtomachi parū ⁊ lente eſt deābulandū quouſqʒ
ſentiat᷑ cibum deſcendiſſe ab orificio ſtomachi. Si eni quis ante de/
ſcenſum cibi a ſtomachi orificio dormire p̄ſumat: generant᷑ rugitus et
inflatiões ⁊ dolores in ventre: ⁊ etiam ſomnus laborioſior ⁊ digeſtio
corrumpit᷑. Et poſtq̄ꝫ cibus deſcēdit ⁊ fumi mulcebres ⁊ ſuaues fuerit
eleuati ad cerebꝝ inducētes ſomnū tūc nature eſt ſatis faciēdū ⁊ dor
miendū. In eſtate q̄dem in loco frigidiori non reumatico cū pedibꝫ n̄
calciatꝭ. Nam dormire pedibꝫ calciatꝭ inducit viſus debilitatē ⁊ toti
us corporis eſtuationē. Ampliꝰ oīa mēbra totius corporis debēt eſſe coo/
perta ⁊ melius q̄ꝫ in vigilia ⁊ ſpālit᷑ caput ⁊ puluinare debet eſſe altuꝫ
ne cibus regurgitet ad orificiū ſtomachi ⁊ in p̄ncipio ſomni parū dor
miendū eſt ſupra latus dextrū. Hoc eni eſt iuuās ad p̄fectū cibi deſcē
ſum ⁊ parū ad digeſtionē. Quidā tn̄ magni aſſerūt huiꝰ ꝯtrariū. Di/
cunt eni ꝙ decubitꝰ ſupra dextrū latꝰ iuuat ad digeſtionē: q2 tūc epar
ſupponit᷑ ſtomacho ſicut ignis lebeti. Hec aūt imaginatio ē falſa. Nā
epar non digerit cibū in ſtomacho calefaciēdo ad modū ignis: ſʒ am/
plectēdo cibū in ſtomacho ſicut gallina ouū. Et q2 dormiēdo ſupra ſi
niſtrū latus p̄fectius amplectit᷑: ideo p̄fectius digerit. Non igit᷑ dor/
miendū eſt ſupra dextrū niſi parū ꝓpter deſcenſum ⁊ deinde ſupra ſi/
niſtrū ꝓpter digeſtionē. Et in fine digeſtiōis dormiendū eſt aliq̄ntu/
lum ſupra dextrū vt facilius deſcēdat cibꝰ de ſtomacho ad epar: ⁊ ſup
fluitas p̄me digeſtionis liberius deſcēdat. Quātitas aūt ſomni ſicut
nec aliorꝝ non poteſt certis litteris denotari. Debet autem ſomnꝰ eſſe
tantus ꝙ p̄ma digeſtio ſit completa: ⁊ ꝙ cibus trāſierit ad epar: vbi ē
locus ſecūde digeſtiōis. Nec eſt forte malū intantū ꝓlongare ſomnū
ꝙ ſecūda digeſtio ſit cōpleta. ¶ Hoc autē tp̄s diuiſificabit᷑ ſm diuiſita
tem complexionū etatū ⁊ ſic de alijs. Nam qui ſūt calide complexio/
nis ⁊ habent digeſtiuā bonam ⁊ comedūt cibaria facilia ad digeren=
dū ⁊ non comedūt multū in q̄ꝫtitate tales cito digerūt. ¶ Vn̄ talibus
forte ſufficit ſomnus breuis puta ſex horarū vel octo ad plus. Sed il
li qui ſunt iſtis ꝯtrarij. ſ. frigide ⁊ hūide complexiōis hn̄tes digeſtiuā
debilē ⁊ comedentes multū ⁊ cibaria nō obediētia digeſtioni. Tales
vtiqʒ indigent ſomno lōgo puta decē vel duodecim horarū: nec tales
poſſunt comedere niſi ſemel in die naturali. Alij ſunt q̄ medij ſunt int̄
p̄dictos in ꝯditiōibꝫ p̄noīatis: ⁊ iſti indigent ſomno mediocri. ¶ Am
plius in hoc multū ꝯſiderare debemꝰ fatigationē virtutū aīaliū. Nā
ſm ꝙ fatigatio vel laſſatio fuerit maior ⁊ intenſior ſm hoc opꝰ eſt lon
giori ſomno ⁊ econuerſo. Et quorꝝ eſt mediocris: ſomnus debet eſſe
mediocris. Signuꝫ autem ſufficientꝭ ſomni eſt totius corporis leui/
tas ⁊ ſpecialit᷑ cerebri ⁊ palpebrarū ⁊ oculorꝝ ⁊ deſcenſus cibi a ſtoma
cho: ⁊ volūtas aſcellādi ⁊ mīgēdi. Grauitas aūt palpebrarū ⁊ cerebri ⁊
totiꝰ corporis ⁊ ſomnulētia ⁊ eructuatio ſapiēs naturaꝫ cibi p̄aſſumpti

significat somnū nō esse sufficientē. Et est diligent̄ notandū: ꝙ in q̄ti-
tate somni sicut et in alijs ꝯsiderare debem⁹ ꝭm experimentū. Experiat̄
eni homo q̄titatē somni vna die. Et sic etiā ꝯseq̄nt̄ et ꝓculdubio per-
pendat q̄tū dormire ipse debeat. Hec aūt experientia dꝫ fieri supposito
regimīe eodē et equali seu tempato in p̄dict᷑ dieb⁹. Et est diligent̄ no-
tandū: ꝙ hoīes tempati vel ꝓpe supposito regimīe eq̄li ī ceteris: tm̄ ap-
petūt somnū q̄tū oportet et est eis necessariū. Nā optima natura tm̄
appetit q̄tū est ei necessariū. Et h̄ est verū nisi ꝯsuetudo obuiet. Sꝫ in
corpib⁹ lapsis nō est ꝯfidendū in appetitu. Quidā eni pl⁹ appetūt som-
nū q̄ꝫ oportet: et quidā min⁹ sicut in exercitio supius memī me dixis-
se. In corpib⁹ igit̄ tempat᷑ vtentib⁹ regimīe tempato pōt dici ꝙ q̄ti-
tas somni est eq̄lis q̄titati vigiliarū vel ꝓpe. Ampli⁹ est sciendū de
q̄litate somni: ꝙ somn⁹ q̄to ꝓfundior tāto melior: et loquor de som-
no naturali: de somno eni innaturali vt stupore non loquor. Et no-
ta ꝙ ꝯualescētes et exercitati forti exercitio et multū comedētes dor-
miūt forti somno et ꝓfundo. Ampli⁹ est sciendū: ꝙ corpib⁹ tempa-
tis non cōpetit dormire sup ventrē ꝓpter colli tortionē et stomachi cō-
pressionē: licet in hn̄tib⁹ digestiuā debilē ꝯfert digestiōi. Amplius
sciendū ꝙ nullo mō dormiendū est supin⁹. Hoc eni p̄pat corp⁹ ad
egritudīes ꝑus noīatas puta ad incubū et apoplexiā et stuporē et si-
milia. Hec eni figura dormiēdi facit superfluitates declinare ad poste-
riora et sic retinent̄ et nō incedūt ꝑ suos cānales q̄ sunt in anteriorib⁹
et fiūt cā p̄dictarū egritudinū. Ampli⁹ sciendū: ꝙ somn⁹ naturalis
et bon⁹ ē ille q̄ die nō impedit. Nā dormire ꝺ die corp⁹ p̄pat ad ma-
las egritudīes q̄ sup⁹ dicte sūt. Nā dies ē lūiosa cū strepitu et apta ex-
ercitio ꝛ vigilie: ꝛ nox ē apta somno. Tū q꞉ frigidior: tū q꞉ obscurior:
tū q꞉ q̄escētior et q̄ ad aīaꝫ et q̄ ad corp⁹. Hoc igit̄ tp̄s ē mag᷑ aptū
ad dormiēdū et dies ad laborādū. Et iō ꝯcludit̄: ꝙ vsus noctē meli⁹
est plus recipe ꝺ cibo et sp̄alit̄ nisi noctes sint valde breues: q꞉ melior
fit digestio ī nocte rōne somni et q̄et᷑ et frigiditate aer᷑. Sed suspecti
de reumate et passiōib⁹ oculoꝝ et auriūꝫ et ceteroꝝ sensuū abstineāt a
cena. Et ē diligent̄ notādū: ꝙ ꝯpleto somno studēdū est diligent̄ emū-
dare corp⁹ a superfluitatib⁹ multiplicat᷑ nō solū ꝑ secessum et vrinā sed
etiā ꝑ alias ꝑtes tussiēdo et rascādo et nares mūdādo et caput pectinā-
do et man⁹ et faciē cū aqua tepida lauando.

Capitulū. viii. De accidentib⁹ anime.

Sicut accidētiū aīe correctio ad p̄hm moralē ꝑtinet: vt aīa bo-
nis habitib⁹ informet̄: sic ad medicū vt corp⁹ ī debita sanitate
ꝯseruet̄: q̄t eni modis alterat̄ ex nc̄citate corpus tot sūt ꝓcura-
tionū gn̄a: et q꞉ aīe acidētia ex nc̄citate alterāt corp⁹ et eoꝝ correctio
et moderatio ad medicū ꝑtinet. Nā sic mali hoīes sc̄ maliciā ꝯplexio

nis ſeq̄ntes:ſic plerūq; eos ſequit̄ ꝯplexiōis malicia. Uñ iracūdi ex fre
quēti ira vltra modū calefiūt ꝛ ſimilit̄ ſuo mō intelligat̄ in alijs:hui⁹
modi aūt aīe accidētia q̄rū correctio q̄dāmō ꝑtinet ad medicū ſūt ira
gaudiū:timor:triſticia:tediū:ꝛ verecūdia. In ira q̄dem mouet̄ calor
et ſpūs ſubito ꝛ impetuoſe ad extra nō totalit̄ relinq̄ndo radicē ſʒ ac=
cendit̄ in radice ꝓ ꝛ poſtea mouet̄ ad extra. Sʒ in gaudio calor ꝛ ſpūſ
mouent̄ paulatim ad extra:et inſ̄dū totalit̄ radix puta cor relinquit̄ ꝺ
nudatū. Unde mulieres et debiles corde ex cōtinuo gaudio ſynco/
pizant qꝺ nō ꝯtigit ex ira. Uñ ꝯtigit hoīeʒ mori ex gaudio et nō ex ira
In timore calor et ſpūs ſubito mouet̄ ad intra et ī triſticia paulatim
ſʒ in tedio et verecūdia duob⁹ mouet̄ motib⁹:mō ad intra mō ad extra
ſicut patet in tedio qꝺ eſt triſticia de eo qꝺ futurū eſt et inducit vigili/
as: dato eī ꝙ calor moueat̄ ad intra ex eo ꝙ triſtat̄:mouet̄ tñ ad extra
ex eo ꝙ futurū eſt. Uñ triſticia tal' vigiliā inducit:ſed triſticia de eo ꝙ
iam p̄terijt inducit ſomnū:et ſimilit̄ in verecūdia ſpūs ꝓ mouet̄ ad in
tra et deinde redit rō et ꝯſiliū et dilatat̄ illud qꝺ eſt ꝯſtrictū et egredit̄
exteri⁹ et rubificat colorē. Et ſic māifeſtum eſt ꝙ aīe accidētia alterāt
corp⁹. Unde igit̄ ira calefacit corp⁹ q2 accēdit̄ calor et ſpūs in corde et
diſpergit̄ ad ſingula mēbra:et p̄cipue in hn̄tib⁹ calorē fortē et multos
ſpiritus. In hn̄tib⁹ enī calorē debilē cū iraſcūt̄ et vindictā appetūt ca
lor nō pōt cū feruore diſp̄gi ad extrema corpis et ſic remanēt exterio=
ra mēbra albeſcētia et frigida nō obſtāte ꝙ calor ſit accēſus in corde.
Unde videm⁹ multos iratos appetētes vindictā in actu ire liueſcē et
in talib⁹ nō eſt ira pfecta ſʒ ē q̄dāmō timor cū ira. Sʒ gaudiū corpus
infrigidat ꝑ viā reſolutiōis et diſtractiōis caloris et ſpūs a fonte calo
ris. Sʒ timor infrigidat ſubito ꝑ viā ſuffocatiōis. Sʒ triſticia infri
gidat paulatim et ꝑ viā deſiccatiōis et ꝯtriſis. Nō ſolū aūt p̄dicta acci
dentia aīe q̄ ſe tenēt ex ꝑte appetit⁹ iraſcibil' et ꝯcupiſcibil' alterāt cor/
pus:ſʒ etiā quedā imagīatiōes q̄ ſe tenēt ex ꝑte ꝟtut; cognitiue: ſic vi
dem⁹ māifeſte ꝙ vidē res rubeas et ipas imaginari mouet ſanguineʒ
Et ſi q̄s imaginet̄ dolorē quē patit̄ ſoci⁹ in aliq̄ mēbro:incurrit dolo/
rem. Unde imaginatio facit cauſaʒ. Imagīatiōes igit̄ imp̄mūt in res
naturales:ex his ſat; ē māifeſtū ꝙ correctio accidētium aīe ſpectat; ad
medicū. Dicam⁹ igit̄ ꝙ ira nō ꝯpetit ī ſanitat; regimīe. Ira enī ſupca
lefacit ſingula mēbra et ꝓpt̄ feruorē cordis oēs act⁹ rōnis ꝯfūdit. Igi
tur cauēde ſūt ei⁹ occaſiōes niſi q̄tū rō p̄cipit adūſus illicita: iuxta il
lud. Iraſcimi et nolite peccare. Nā in licit; et honeſt; iraſci ē ꝯueniēs
inſ̄dū q̄uis nō ꝯuenit ī ſanitat; regimīe. Et ē diligent̄ notādū:ꝙ q̄dā
ſūt frigidi et maleficiati q̄b⁹ inſ̄dū iraſci ꝓdeſt ī regie ſanitat;. ¶ Am=
pli⁹ dico ꝙ triſticia nō ꝯpetit ī ſanitat; regimīe. Nā corrūpit naturaʒ
hn̄t;:infrigidat enī et deſiccat et ꝓprie maciē et extenuationē inducit:
cor ꝯſtringit et ſpm̄ obtenebrat:et ingeniū hebetat et rōnē impedit iu
diciū obſcurat:memoriā obtūdit. Iō vitāda ſūt eius obiecta:niſi q̄a

tū ratio ſuadet ad deteſtationē vitiorum ad mentis pulchritudinē refor-
mandā. Et eſt diligenter notandū q quidam ſunt quorum ſpūs ſunt adeo
mobiles et calidi: et ſunt adeo pingues et carnoſi q eis interdū eſt bonū
triſtari vt ſpūs calor hebetetur et corpus aliqualiter maceretur. ¶ De gaudio au-
tem et mentis trāquillitate ſciendū q gaudiū temperatū cōpetit in regi-
mine ſanitatis: ex eo q eſt vnū de confortantibus virtutē: virtus enim confor-
tatur trāquillitate et gaudio: ſed gaudiū nō debet eſſe exceſſiuū quia indu-
cit ſyncopim et mortē: et maxime gaudiū competit his qui multū curāt et
ſolicitudinibus deſtruuntur et crebro pungunter. Et ſimiliter his qui ſūt in gau-
dio continuo et īmoderato interdū triſtari conuenit. Sed omnimode horum
accidentiū ſuperfluitas omnis eſt euitāda. Et ſicut ē dictum de accidētibus
anime tenentibus ſe ex parte appetitus. Ita ſuo modo pōt intelligi de affectio-
nibus animalibus tenentibus ſe ex parte appetitus imaginatiui. Non enim eſt
conueniens in ſanitatis regimine vt aliquis imaginetur nimis intenſe. Nā
ex tali imaginatiōe mouetur ſpiritus motu inordinato et relinquit locū di-
geſtiōis et impeditur ſomnus. Et hec breuia ſufficiāt de accidētibus aīe dicta.

¶ Capitulū. ix. De temporibus anni.

Ad ſanitatis regimen perfectū: oportet conſiderare diuerſitatē tem-
porum anni. Vnde in hoc eſt aliquid dandū tempori ſicut etati et complexio-
ni. Non idē enim regimē debet eſſe totaliter in diuerſis āni temporibus:
ſi quidem corpora humana diuerſimode hn̄t ſe in diuerſis temporibus et ſecundum diuerſi-
tatē complexiōis corporum attenditur diuerſitas regiminis: propter quod ſciendum
q ſunt quattuor tempora āni: puta ver: eſtas: autūnus et hyems. Hec aūt qua-
tuor anni tempora ſecundum aſtrologos ſunt ſecundum mutatiōes ſolis in vnaquaque cir-
culi ſignorum quarta incipiētis a pūcto vernali et eſt primus gradus arietis et huius ini-
tium eſt tredecima die marcij vel circa. Et quodlibet horum temporum ſecundum
aſtronomos durat per tres menſes et tria ſigna: et quia ſunt duodecim men-
ſes et duodecim ſigna cuilibet temporis correſpondent tres mēſes et tria ſigna.
¶ Durabit igitur primū tempus puta veris a tredecima marcij vſque ad trede-
cimū iunij: et a principio arietis vſque ad finē geminorum et ſic conſequenter: et ſecundum hoc
oīa āni tempora ſunt equalia vel prope. Medicus aūt in temporum diſtinctiōe nō conſiderat
motū ſolis in circulo ſignorū qui zodiacus noīatur. Sed conſiderat alteratione in
corporibus nr̄is contingētē ex temporibus: et quia per experiētiā videmus aliquā partem āni
calidiorē et aliquā frigidiorē: ideo coactus ē medicus ponē diſtinctionē in tē-
poribus āni. Illud ergo tempus āni in quo ē maior tēperies in actiuis qualitatibus et
paſſiuis vocatur ver: et quia talis tēperies nō durat per tres mēſes ſed minus. Jdo
ver ſecundum medicos ē minoris ſpacij quam ſecundum aſtronomos. Hoc aūt tempus ſecundum medicos
ſecundum diuerſitatē regionū et ānorum interdū incipit citius et interdū tardius et inter-
dū plus durat et aliquā minus: et interdū incipit antequam ingrediatur primū initiū
arietis: hoc aūt tempus ē tempus florum et initiū pomorum. Deinde ſequitur eſtas et eſt
tempus calidum et ſiccum. Hoc quidem tempus cōmuniter eſt multo ma-
ius vere ſed in quibuſdam regionibus plus durat et in quibuſdam

minus. Et ſimilit etiam in qbuſdā annoꝝ reuolutiōib ⁊ ſimilit etiā
in qbuſdā regiōib citi⁹ incipit ⁊ in qbuſdā tardi⁹. ¶ Deide ſequit au
tumn⁹ qḋ eſt tꝑs recte oppoſitū veri eiuſdē q̄titatis vel ꝓpe cū eo ⁊ ē
tempus ſatis tempatū in actiuis ⁊ multū declinās ad ſiccitatē ſicut
eſtas ꝑcedēs ⁊ habet magnā diūſitatē in horis. Vn̄ dies multū eſt ca-
lida ⁊ nox frigida: ꝓpt enī eius ſubtilitatē ⁊ ſiccitatē facile recipit im-
preſſionē caloris in die ⁊ frigiditatꝫ in nocte. ¶ Vn̄ multū diſtāt no-
ctes a dieb in calido ⁊ frigido: qḋ tn̄ nō contingit in vere q: aer nō eſt
ita ſubtilis ⁊ ſiccus ⁊ nō eſt adeo paſſibilis nec tantā recipiēs impreſ-
ſionē. Videm⁹ enī q aq̄ calida rōne ſubtilitatꝫ ⁊ paſſibilitatꝫ citi⁹ cō-
gelat q̄ꝫ frigida vel tepida: ⁊ ſimilit intelligat de autūno reſpectu verꝫ.
Hoc aūt tꝑs eſt tꝑs mutatiōis coloris folioꝝ ⁊ ꝑncipiū caſus eorū.
¶ Et deide ſequit hyems: ⁊ ē tꝑs frigidū ⁊ hūidū cui⁹ initiuꝫ eſt finis
autūni, puta cū folia ab arborib ceciderūt: ⁊ ei⁹ finis eſt ꝑncipiū veris
puta cū arbores incipiūt florere ⁊ aues cantare: ⁊ breuit cū oīa incipi
unt pullulare. Finis aūt verꝫ eſt eſtatꝫ initiū cū fructus ⁊ ſpālit poma
incipiūt apparere ⁊ herbe ſemē ꝓducē. Vn̄ ſciendū q tūc eſt tꝑs veris
cū flores ſint in ꝑncipio augmēto ⁊ ſtatu: ſꝫ cū flores declināt ⁊ fruct⁹
ſūt in ꝑncipio augmēto ⁊ eſtatu ē tꝑs eſtatꝫ. Et cū herbe declināt ad
ſemia ⁊ ſemia ſunt in ꝑncipio augmēto ⁊ ſtatu eſt tꝑs autūni: ⁊ cū ſe-
mina declināt ⁊ radices ſūt in ꝑncipio augmēto ⁊ ſtatu tūc ē tꝑs hye-
mis: ⁊ q: virt⁹ citi⁹ deficit in florib ⁊ ſemib q̄ꝫ in herbis ⁊ radicib: iō
ver ⁊ autūn⁹ ſunt breuiora tꝑa q̄ꝫ hyems ⁊ eſtas. ¶ Vn̄ ſcḋm medicos n̄
multū approbo dictum illoꝝ q ponūt dictoꝝ tempoꝝ certa ꝑncipia ⁊
determiatos fines puta feſtū clemētꝫ eē ꝑncipiū hyemis ⁊c̄. ¶ Sꝫ cir-
ca dicta eſt vnū dubiū valde magnū. Nā qua rōne ver ponit tempera-
tū in paſſiuis q̄litatib puta in hūido ⁊ ſicco ⁊ in actiuis. ſ. calido ⁊ fri-
gido ſic videt q autūn⁹ debet eſſe tempat⁹ in paſſiuis ſicut ponit tem-
perat⁹ ī actiuis ⁊ ſpālit q: ſolis aſpectus eſt idē in vere ⁊ autūno ⁊ idē
aſpect⁹ videt eē cauſa eiuſdē ꝯplexiōis. Et ꝯfirmat: nā illa q ſūt eiuſdē
ꝯplexiōis in actiuis debēt eſſe eiuſdē ꝯplexiōis in paſſiuis: q: mēſure
q̄litatū actiuarū vident ꝓportionari mēſurꝫ q̄litatū paſſiuarū. Unde
ſi ver ⁊ autūn⁹ ſunt eiuſdē ꝯplexiōis in actiuis rōnabile ē q ſūt eiuſ-
dem in paſſiuis. Dicat ad hoc breuit q nō eſt ſimile de vere ſequēte hye-
mem ⁊ autumno ſequente eſtatem. Nam caliditas ſuperueniēs hye-
mi potentior eſt in deſiccando et in tempando humiditatem q̄ꝫ frigi-
ditas ſuperueniēs eſtati in humefaciendo. Videmus enim q pann⁹
line⁹ hūidus in aere calido citi⁹ deſiccat q̄ꝫ pann⁹ ſiccus humectatur
in aere frigido. ¶ Amplius ſiccitas autumni nō eſt qualitas pure po-
ſitiua ſed dicit priuationem humiditatis vaporoſe diſperſe in aere.
Modo conſtat q facilius deuenitur ab habitu in priuationē quam
a priuatione in habitum: et ideo facilius obtempat humiditas hye-

mis q̄ȝ ſiccitas eſtatis: ſed qꝛ iſta materia de qua hic loquoꝛ eſt extra
regimen ſanitatis: ideo tranſeo de illa. Sufficit eīm ad preſens ſcire
que ſunt anni tēpoꝛa et coꝝ̄ diſtinctiones quantū ſpectat ad medi-
cum. Modo reſtat dicere quid eſt ꝓpꝛiū ſingulis tēpoꝛibꝫ de regimi-
ne ſanitatis incipiētes a vere. ¶ Dicamꝰ ꝙ ver aſſimilat̄ moꝛboſo re-
pletione. Unde iſto tēpoꝛe coꝛpa maxime ſunt repleta. Et ex iſto ꝯclu-
ditur ꝙ illud tēpus eſt magis minutioni aptū ꝛ purgationi aliquo tē-
poꝛe alio et hoc eſt ei ꝓpꝛiū: ꝛ ſpecialit̄ qꝛ tēpꝰ eſt tēperatū: et tales eua-
cuationes fieri debēt in tēpoꝛe tēperato. Amplius qꝛ in hoc tēpoꝛe cō
mouent̄ humoꝛes: ſuſpecti igit̄ de egritudinibꝫ repletionabilibꝫ fleu-
bothoment̄ et purgent̄ in vere: et ꝓpter eandē rationē in eodē tēpoꝛe
vomitus ꝓuocet̄. Et qꝛ in hoc tēpoꝛe coꝛpa ſunt calidioꝛa ꝛ humidi-
oꝛa q̄ȝ opoꝛteat: et tēpus etiā declinat ad calidū ꝛ hūidū reſpectu ali-
oꝛum tēpoꝝ nō eſt vtendū rebꝫ multū calefacientibꝫ ex carnibꝫ et po-
tibus: vnde eſt ſubtiliandū regimen: coꝛpoꝛa eīm plena non indigent
multo cibo ꝛ potu. Et debet eſſe exercitiū iſtius tp̄is minus exercitio
eſtatis: ꝛ minus exercitio hyemis. Amplꝰ qꝛ hoc tp̄e caloꝛ incipit in-
ualeſcere et ſanguis ꝛ ſpūs ꝑ coꝛpꝰ cōmoueri: bonū eſt abſtinere a ca-
lidis et a ſalſis et acutis. Et bonuȝ eſt ſumere in potu ſyrupos extin-
guentes inflāmationē: puta ſyrupū nenufarinū violarū roſarū oxiza
cram ꝛ ſimilia. Et eſt diligent̄ notādū ꝙ ſuppoſito ꝙ coꝛpus ſit ſanuȝ
et ex tp̄e ꝑcedente nō ſit in coꝛpe repletio derelicta. Tunc dico ꝙ iſto
tēpoꝛe poteſt multū dari de cibo: ꝛ cibaria groſſioꝛa q̄ȝ in eſtate: ꝛ plꝰ
q̄ȝ in autūno et minꝰ q̄ȝ in hyeme ꝛ minus groſſa. Nam iſto tempoꝛe
virtus eſt foꝛtis et caloꝛ innatꝰ et adhuc a coꝛpibꝫ multa reſolutio fit
a caloꝛe īnato: et ex foꝛtitudine caloꝛis ꝛ obediētia coꝛpis rōne humi-
ditatis: ſed quia cōmunit̄ hoc tp̄e coꝛpa ſunt plena: ꝛ habēt virtutes
foꝛtes. Bonū eſt parū comedere ꝛ longis interuallis. Unde mihi ap
paret ꝙ eccleſia bene oꝛdinauit ieiuniuȝ in iſto tp̄e: nō tamē eſt ratio-
nabile ꝙ in in iſto tp̄e homo ſe multū repleat vna vice ſicut faciūt cō-
muniter ieiunātes: melius eſt eīm hoc tp̄e cibū partiri q̄ȝ multum vna
vice recipere. In eſtate aūt nō eſt tantū exercitandū: nec tm̄ comeden
dum: nec groſſa cibaria: nec calida: nec dulcia nec vnctuoſa nec ſalſa.
Amplius vino miſcēda eſt multa aqua: ꝛ dimittat̄ vinū vetꝰ ꝛ foꝛte:
et vt ſit ad vnū dicere totū eſtatis regimen ad frigiditatē ꝛ humidita
tem debet declinare. Amplꝰ comedendū eſt ſepe et parū in vice. Am
plius cibaria ſint facilis digeſtionis: et cibaria recipiant̄ in eſtate nō
ſolum virtualit̄ frigida: ſed etiā actu frigida. Amplꝰ aqua frigida eſt
bibēda ꝛ cū ablutione vtenda. ¶ In autūno aūt multū ſollicitari de
bemus de bono regimine. Nā hoc tēpꝰ ꝓpter ſue cōplexiōis malitiā ꝛ
coꝛpoꝝ nr̄oꝝ debilitatē: nō ſuſtinet erroꝛē in regimīe: nec ꝑmittit vti
largis nutrientibꝫ nec dietā deſpicere. Et qꝛ hoc tēpus eſt valde ſiccū

⁊ corpora ſunt multũ debilia et extenuata: noſtra intentio debet eſſe
tota in corporum humectatione et virtutũ cõfortatione. Hoc igitur
tempore omnia ſiccantia corpus ſunt euitanda: et ſimilr̃ virtutẽ de-
bilitãtia. Cauendũ eſt igit̃ a coitu: q2 corpus deſiccat ⁊ debilitat: et ſi
militer a curioſitatibꝫ ⁊ ſollicitudinibꝫ mentis: et a potu multe aque
frigide ⁊ ipſiꝰ balneatione: et ſup caput infuſione ex aqua opilatio cõ
tigat. Hec eñ eadẽ facit cadere in febrẽ. Amplius euitare debet famẽ
et ſitim: nõ etiam repleat̃ multo cibo in vna hora: vinũ aũt mediocri
ter ſit lymphatũ. In pluribꝫ autẽ regimẽ autũni ẽ ſil'e regimini eſtatꝫ
quouſqꝫ aduenit̃ pluuie que poſtqꝫ aduenerint a multo malo ſecu-
ros nos reddẽt. Plus aũt ſollicitãdũ eſt h̃ tp̃e in humoꝝ correctione
⁊ corpꝝ ꝯfortatiõe qꝫ in humoꝝ euacuatiõe. Et q2 in autũno eſt mul
ta fructuũ copia cauendũ eſt ab hijs qui generãt hũorẽ corruptiõi ap
tum: ⁊ hoc tp̃s aſſil'at̃ morbo de corruptione. Ampliꝰ multũ cauẽduꝫ
eſt a noctiũ frigore ⁊ diei calore. Et q2 egritudĩes huiꝰ tp̃is male ſũt ⁊
peſſime ſi q̇s incurrat egritudinẽ ſtatim in p̃ncipio: eidẽ eſt obuiãduꝫ
añqꝫ ꝯfirmet̃. Ampliꝰ vinũ q̇d bibat̃ in autũno dꝫ cẽ aq̃ticuꝫ ſꝫ nõ tm̃
ſicut in eſtate: ⁊ ſi videamꝰ hũores aliquos peccare: bonum eſt vt eua
cuentur ante aduentũ hyemis: ne ꝑpter frigiditatẽ hyemis conſtrin-
gãtur ⁊ ſint cauſa malaꝝ egritudinũ. In hyeme autẽ plus põt come-
di ⁊ cibaria groſſiora ⁊ calidiora ⁊ maioribꝫ interuallis. Unde ſi ali-
quis ſit frigide ꝯplexiõis põt h̃ tẽpore vti alleis ⁊ cepis ⁊ ſinapi ⁊ eru
ca. Sed iuuenes ⁊ calide cõplexionis eis vti nõ debẽt. Nã ſi in p̃ſen-
ti eis non noceãt: impoſterũ adueniẽte eſtate deueniẽt ad malas egri
tudines niſi ſuccurat̃ cũ minutione vel purgatiõe. Sunt aũt in hye-
me q̇dã multũ comedẽtes ⁊ auide: et multũ vinũ bibẽtes ⁊ parũ exer
citantes: ⁊ iſti ſunt minuẽdi in principio veris. Et ſi eorũ nutrientia
ſint groſſa ⁊ mala ſuccurrẽdũ ẽ cũ vẽtris ſolutiõe. Ampliꝰ ſciẽdũ ꝙ
iſto tp̃e plꝰ exercitãdũ ẽ. h̃ etiã tp̃s ẽ multũ ſanitatis ꝯſeruatiuũ: vñ in
eo nõ egrotat q̇s niſi a forti cauſa: ⁊ q̇ forſan ſuſtinet erroreꝫ regimis.
Et q2 iſto tp̃e multiplicat̃ fleuma in corpibꝫ nr̃is: bonũ ẽ ꝙ alimẽta et
fructꝰ q̇bꝫ hoĩes nutriunt̃ nõ ſint frigida ⁊ hũida. vñ ſunt euitãde la-
ctuce ⁊ attriplices et portulace. Sꝫ debemꝰ vti feniculo ⁊ petriſilino:
boragibꝫ: ſaluia: mẽta. Et ſil'r̃ ſic intelligat̃ de fructibꝫ. Vinũ aũt quo
vtẽdũ eſt h̃ tp̃e debet eſſe roſeũ nõ albũ cũ aqua pauca. In h̃ tẽpore
autẽ cauẽdum eſt a minutione: ſed interduꝫ poſſumꝰ vti purgatione
niſi ſit frigus nimis intẽſum. Ampliꝰ in hyeme nullo mõ eſt vomẽdũ
Ampliꝰ in h̃ tp̃e multũ cauẽdum ẽ ꝙ partes pectoris nõ ſint expoſite
frigori: ⁊ ſil'r̃ cerebrum ⁊ extrema corporũ et ſpecialiter pedes. Sunt
autem quidã frigidi et maleficiati q̇ peius ſe habent in hyeme qꝫ eſta-
te: habent enim calorem ita debilẽ ꝙ frigiditate hyemis calefaciente
per antipariſtaſim non cõfortant̃ ſed debilitant̃: quia frigidũ non ſo-

lum circũſtat: ſed vſqꝫ ad interiora penetrat et ſic calorem offuſcat
et hebetat: huiꝰ ſimile habemus de quibuſdam ſerpentibꝫ qui in hye
me accumbunt in cauernis tanq̄ꝫ mortui propter frigiditatem conti/
nentis et aduenien te eſtate mouent̃: comedunt ⁊ melius habent.

Ca.x.de Granis panificis.

q Uia ſermones vniuerſales in operationibꝫ ſunt inutiles niſi
applicentur ad particularia. Superius autẽ determinatũ eſt
de nutrientibꝫ in generali: intẽdo cõſequẽter determinare de
nutrientibꝫ in ſpeciali. Et primo de cibis: ſcd̃o de potibꝫ tam natura-
libꝫ q̄ꝫ artificialibꝫ. Quo ad cibos erũt noueꝫ capl'a. Primũ capl'm de
granis panificum ⁊ pane: ſcd̃m de leguminibꝫ: tertiũ de fructibꝫ: q̄r/
tum de oleribus: quintũ de radicibꝫ: ſextum de aĩalibus: ſeptimũ de
aĩalium ſuperfluitatibꝫ: octauũ de piſcibus: nonum de ſaporibus et
cõdimentis. Sciẽdum igit̃ ꝙ panis poteſt fieri ex frumento ⁊ hor-
deo ⁊ hauena et ſiligine et milio ⁊ panico et riſo. Non ſolum autẽ ex
hijs granis fit panis: ſed ex illis poteſt fieri paniciũ. Fit autẽ paniciuꝫ
ex grano decocto in aqua vſqꝫ ad conſiſtentiã ſimileꝫ panibus: vnde
granũ decoquit̃ in aq̄ perfecte vſqꝫ ad ſpiſſitudinẽ: ⁊ tunc optime per/
miſcet̃ cũ aq̄ ⁊ reponit̃ in ſcutellis vel in ſciſſorijs: ⁊ dimittit̃ infrigida
ri et tunc habet quaſi figurã panis ⁊ põt inſcidi ſicut panis: h̄ autẽ pa
nicium meliꝰ põt fieri et ꝯuenientius ex granis minutis: puta ex mi/
lio et panicio et riſo: ex eo ꝙ pfectiꝰ cõmiſceri pñt cũ ĩ aq̄ decoquũt̃: h̄
autẽ panicium nõ eſt multũ in vſu: nec etiã multũ cõpetit in regimĩe
ſanitatis ꝓpter defectũ fermẽti et ſalis. Unde puto ꝙ idẽ ẽ iudiciũ de
panicio ſicut de potagio ex hijs facto. Frumentũ aũt coctum in aqua
nõ cõpetit in ſeruãdo ſanitatẽ. Nã opilatiões ⁊ lumbricos multipli/
cat: et ad calculum preparat. Et ſimilit̃ intelligat̃ de pultibꝫ et de om/
ni cibo facto ex paſta azima. Sed amidum leuius eſt ceteris propter
maiorem deſiccationẽ ipſius frumenti et humiditatis ꝑfectiorem di-
geſtionem. Predictus cibus eſt multi nutrimenti et difficile reſolu/
bilis: vnde multum exercitantibus et fortibus minus nocet: ſed tẽ/
perato corpi nullatenus cõpetit. Et ſi interdum cõtingat vti ferculo
de frumẽto: ꝓmitꝰ frumẽtũ decoquat̃ in aq̄: deinde cõdiat̃ in brodio
carniũ laudabiliũ: vl' lacte amigdalino: ⁊ erit cibꝫ ꝯueniẽs illo mõ ie
iunioꝝ tpe: q² tarde reſoluit̃ ⁊ digerit̃ ⁊ multũ nutrit. Et ſilr̃ põt fie/
ri ferculũ ex bordeo ⁊ hauena et riſo: ⁊ ſunt laudabiliora fercula q̄ꝫ de
frumẽto: ſed tale ferculum de milio vel panico nõ approbo: q² miliũ ⁊
panicũ pauci ſunt nutrimẽti et difficilis digeſtiõis: ⁊ generãt hũorẽ
melãcolicũ ⁊ ſtringũt vẽtreꝫ. Uerum eſt ꝙ ſi poſt decoctionẽ in aqua
ponat̃ vinũ ⁊ bibat̃ abſtergit ſtomachũ: ⁊ eius ſupfluas humiditates
deſiccat ⁊ ſudorẽ ꝓuocat: ſꝫ qñ ex milio et panico fit talis cibꝫ oportet
ꝙ ſint excorticata: ⁊ tunc vocat̃ piſtũ in lingua nr̃a: ſꝫ coctũ ꝑmixtum

cū vino ⁊ aliquātulo ſalis vocat᷑ piſtū in vino ſeu piſtinū: ⁊ iſte cibus
eſt in vſu apud illos de ciuitate vnde fui oriundus: ⁊ eſt ciuitas me-
diolanēſis. Laudabilioꝛ panis ē ꝙ fit ex frumēto ⁊ deinde ex hoꝛdeo
⁊ poſt ex hauena. Panē ex alijs granis nō approbo ī regimīe ſanitatꝫ.
¶ Cauēdū eſt aūt ne p̄dicta grana vetuſtate coꝛrupta ſint: igit᷑ nō de-
bet eē frumētum antiquū: nec īmaturū: nec nimis nouū: nec ex mala
ī mēſe collectū: ⁊ debet granū eſſe frumēti groſſum ⁊ ponderoſum ad
rubedinē declinās: ⁊ debet eſſe panis cū quantitate aque moderata:
ſic ꝙ nō ſit nimis mollis: nec nimis ſpiſſus ſiue durus: et dꝫ eſſe fer-
mentatus cū aliquātulo ſalis ne opilationes genēt: ⁊ vermes et lapi-
des in renibꝫ ⁊ veſica et vt faciliꝰ digerat᷑: et nō debet calidus eſſe nec
vetuſtate induratꝰ. Sit igit᷑ coctꝰ in prioꝛi die. Multū caueri debet
ꝙ ignis coquēs nō ſit nimis foꝛtis nec nimis debilis: ⁊ ꝙ ſit ex lignis
ꝯueniētibꝫ nō ſapiētibꝫ naturā farmacoꝝ vł metalloꝝ. Et ſi ꝗras nu-
tritionē maioꝛē ⁊ purioꝛē mūdificet᷑ a furfure totalit᷑: ⁊ ſi velimꝰ ven-
tris ſubductionē aliq̄lē dimittamꝰ aliquā ꝑtē furfuris. Furfur eñ pa-
rum nutrit ⁊ ventrē ſubducit et farina econuerſo. Ampliꝰ ſciēdū eſt ꝙ
mica panis ē melioꝛis ⁊ maioꝛis ⁊ velocioꝛis nutrimēti ꝙꝫ exterioꝛ cru-
ſta. Hec eñ generat hūoꝛē melācolicū ⁊ nō młtū ꝯpetit ſanis niſi hñ-
tibꝫ ſtomachū hūidū: ⁊ volētes demacrari: et in fine comeſtiōis plꝰ
cōpetit. iuuat eñ cibi deſcēſum et cōfoꝛtat oꝛificiū ſtomachi.

¶ Ca. vi. de leguminibus.

C Onſeq̄nter de legumibꝫ ē dicēdū. Sūt aūt leguminū q̄ ſūt in
vſu q̄nqꝫ ſpēs: ſcꝫ cicera: piſa: fabe: faſcoli: lētigies: ⁊ ſi ſint alie
ſpēs poterūt ad has reduci. Hoꝝ aūt leguminū oīm ſuba eſt
inflatia ⁊ difficił digeſtiōis: ⁊ eiꝰ nutrimentū ē melācolicū: vñ nō mł-
tum cōpetūt tꝑatis coꝛꝑibꝫ ꝙꝫdiu manēt in latitudīe ſanitatis. Hoꝛuꝫ
igr̄ leguminū ſuba ē vitāda. Hoꝝ aūt leguminū bꝛodiū ſeu decoctio
eſt ventris ſubductiua ⁊ venaꝝ deopilatiua: vñ ſatis ꝯuenit tꝑibꝫ in
q̄bꝫ hoīes vtunt᷑ cibis groſſis ⁊ opilatiuis: puta tꝑe ieiunioꝝ. In iſto
eñ bꝛodio ꝯueniēt᷑ facto vt ſtatim dicet᷑ nō ſunt nocumēta q̄ ſunt in
ſuba. Unde in eo nō ē inflatio nec difficultas nutritiōis nec malitia
nutrimēti. Fit aūt hoc bꝛodiū hoc modo. ¶ In ſero eñ ponunt᷑ cicera
vel piſa ī aqua feruēti: ⁊ in eadē longo tꝑe manibꝫ ꝯfricent᷑. Deinde in
p̄dicta aq̄ tota nocte tēperent᷑: et in eadē die ſequēti bulliāt duabꝫ vel
tribꝫ bullitiōibꝫ et poſtea colent᷑ ⁊ colatura reſuet᷑: ⁊ appropinquante
hoꝛa refectiōis ꝑpet᷑ cū cynamomo ⁊ croco: ⁊ aliq̄ntulū vinū addat᷑ ⁊
deīde vnico feruoꝛe bulliat ⁊ ꝓpinet᷑ in p̄ncipio refectiōis: bꝛodiū aūt
ſeu pureta cicerū ⁊ piſoꝝ rotūdoꝝ alboꝝ ē meliꝰ ⁊ ꝯuenientiꝰ: ⁊ nat᷑e
amicabiliꝰ: ⁊ ſilit᷑ eoꝝ ſuba. Fabaꝝ aūt ſuba ceteris legumibꝫ ē deteri-
oꝛ: ⁊ ſpālit᷑ cū coꝛtice exterioꝛi. Eſt eñ magꝫ vētoſa ⁊ difficilioꝛꝫ dige-
ſtionis ⁊ magꝫ melācolica. Eſt diligent᷑ notādū ꝙ coꝛtex exterioꝛ ē peio-

ris nutrimēti q̄z medulla et ventrē ſtringit et medulla laxat:et hoc eſt
verum in omnibꝫ leguminibꝫ: vnde nō eſt artificiale comedere ſimul
cum cortice:qꝛ vnum laxat et aliud reſtringit:ꝛ ſic in corpore fit motꝰ
agitatiuꝰ:ꝛ h̄ eſt verꝫ de legumibꝫ ſpālit̄ habentibꝫ multū corticē:cu-
iuſmōi ſūt fabe ꝛ cicera nigra. Et ē vna maneries piſoꝝ alboꝝ rotū-
dorū habentiū corticē exteriorē valde paucū ꝛ ſubtilē:et ideo ſecuriꝰ
poſſunt comedi cum cortice q̄zuis melius ſit ꝙ depurentur a cortice:
et quia legumina recentia minus habēt de cortice:ꝛ in eis minor di-
uerſitas ē inter corticē ꝛ medullā:et faciliꝰ digerunt̄. Jdeo forſan ſm
aliq̄s magis cōpetūt corpibꝫ hūanis ſed bn̄ verū eſt ꝙ legumīa recen
tia ſūt ſupfluitatū pliū et ſūt corruptibilioris ſube:ꝛ habito reſpectu
ad h̄ minꝰ cōpetūt corpibꝫ ſanis. Dicamꝰ igit̄ ꝑ vitate ꝙ legumīa ſic
ca ex poliata a cortice extiori ſūt ſaniora q̄z recētia n̄ deopilata:ſꝫ viri
dia ſūt ſaniora ſiccis nō depilatis. Bonū āt ē ꝙ viridia decoquāt̄ cū
brodio carniū laudabiliū: vel cū lacte amigdalarū et addito zinzibe-
re albo ꝛ croco. Et ſi ꝯtingat legumina ſicca comedere nō decoquant̄
cū brodio carniū laudabiliū:ſed bonū eſt ꝙ comedant̄ cū oleo oliua-
ruꝫ:ꝛ cepa alba in eodē frixa minutim inciſa. Et eſt diligent̄ notāduꝫ
ꝙ ſi ꝯtingat legumina ſimul cum alijs cibis comedere et ſpecialit̄ cice
ra nō debent comedi in principio mēſe:nā ꝓpter eorū ventoſitatē ele-
uant alios cibos poſterius ſumptos ad orificiū ſtomachi:ꝛ ſic impe-
ditur digeſtio. Ampliꝰ legumina ſunt difficilis digeſtiōis et ſumpta
cū cortice exteriori ventrē cōſtringunt:et talia cibaria in ſanitatis re
gimine nō debēt ſumi in principio mēſe. ¶ Ampliꝰ dicendū ꝙ nō de-
bent ſumi in fine menſe poſt alios cibos. Nā rōne ventoſitatis quaꝫ
habēt ſunt cauſa eructationū ventoſarū q̄ eleuant̄ ad orificiū ſtoma-
chi:et aperiūt ipſum ꝛ ſic exalat calor a ſtomacho :et per conſequens
impedit̄ digeſtio. ¶ Amplius legumina ꝛ ſpecialit̄ cum cortice exterio-
ri nō ſunt cum alijs cibis bene ꝯmiſcibilia et ſpecialit̄ ſi recipiant̄ an̄
vel poſt:et ſic remanebūt in ſtomacho cum eorū malicia. Sed ſi reci
piantur in medio tunc poterunt cū alijs cibis ꝯmiſceri :et ſic corriget̄
eorum malicia. Ferculū ergo de legumine nō ſit primū nec vltimum
ſed mediū: vt melius malicia eorū corrigat̄ ex ipſius cū alijs cibis me
liori cōmixtione. Ampliꝰ ſcias ꝙ ſi legumina comedant̄ poſt alia fer-
cula inducunt ſomnia mala et melancolica :et ideo nunq̄z comedant̄
vltimo ſed in medio:cum eñ digeſtio in ſtomacho fiat per viā ebulli-
tionis ſi recipiant̄ in medio cum alijs cibis facilius et melius permi-
ſcebunt̄ vt manifeſtū eſt conſideranti:et leguminū malicia melius et
facilius corrigitur.

¶ Capitulum·XII. de fructibus.

D [d] E fructibꝫ ſciēdū ꝙ q̄zuis in via nutrimēti nō ꝯpetūt in ſani-
tatis regimīe:qꝛ nutrimentū fructuū nō ē laudabile:generāt

em̄ ſanguinē putrefactibilē et parum nutriūt et ſunt multarū ſuper-
fluitatum tñ multi hoīes exiſtentes in latitudine ſanitatis vtunt̾ in-
terdum fructibꝫ ꝑpter vtilitatem quā ſperāt conſequi in eoꝝ vſu. Ex
q̄ ꝯcludit̾ ꝙ nō debēt ſumi ī quātitate magna: illd̾ em̄ qđ medicinalit̾
ſumit̾ et nō via cibi: nō dꝫ ſumi ī q̄ntitate mag: nec debet ciꝰ vſus ꝯti-
nuari. Sunt aūt quinqꝫ vtilitates ꝑpter quas fructꝰ comedi pñt in
ſanitatꝭ regimine p̄ſeruatiuo. ¶ Quarū p̄ma eſt colere mitigatio: ꝛ fer-
uoris ſanguis extinctio: et corpis hum ectatio ſeu īfrigidatio. Fructꝰ
aūt ad h̾ deputati: ſunt fructꝰ frigidi ꝛ hūidi: et ſpālit̾ recētes ꝛ hmōi
fructꝰ ſunt pruna: pſica: ficꝰ ꝛ vua: et ſpālit̾ melones: cucumeres: ꝛ ci-
trulli: et ſi velimꝰ hūc ſanguīs feruorē mitigare in ptibꝫ pectoralibꝫ et
ſpūalibꝫ vtemur cucumeribꝫ et melonibꝫ poſt cibuꝫ: et ſpālit̾ cū dubi-
tamꝰ eſtuationē in pectoralibꝫ: ꝛ in cerebro ex aliq̄ cibo ſuſcepto: ſic̄ ex
aſſaturis et frixis ꝯtingere ꝯſueuit. Si aūt velimꝰ colerā q̄ ē in venis
alterare: ꝛ feruorē ſanguis in epate et ſplene et alijs mēbris mitigare:
tūc p̄dicti cibi ſumant̾ aū cibū: ꝛ ſupbibat̾ aq̄ frigida vt citiꝰ trāſeant
ad venas et magis infrigidēt: vel vinū limphatū qđ magis approbo:
tales aūt fructꝰ maxīe ꝯpetūt in eſtiuo tpe ꝛ tpe autūni. Hijs em̄ tpi-
bus corpa ſunt magis ſitibūda et magis inflammata: ꝛ magis abun-
dantia in humore colerico. Et ſilit̾ ꝯueniūt magis colericis ꝛ iuueni-
bus et ſanguineis. Eſt aūt diligent̾ notandū ꝙ melones citrulli et cu-
cumeres ſūt mltū difficilis digeſtiōis: ꝛ coꝝ hūorē paratꝰ ad putrefa-
tionē ꝛ generat febres cronicas. Uñ veꝝ ē ꝙ ſitim ſedāt ꝛ feruorē ſan-
guinis mitigāt et ſtomachū confortāt: et cucumer meliꝰ valet q̄ꝫ me-
lon et citrullus. Aduītēdū eſt tñ ꝙ p̄dicti fructꝰ nō ſint īmaturi ꝛ vetu-
ſtate corrupti: ꝛ h̾ eſt obſuādū in oībꝫ fructibꝫ. Sūt aūt q̄dā fructꝰ q̄
ꝯueniūt ad pfectā maturitatē ſupra arborē ex q̄ pfecta maturitate ni-
greſcūt: et efficiunt̾ arenaꝝ cibꝫ: ꝛ taliū vſus nō eſt ꝯueniēs aliq̄ mō.
Preparāt em̄ humores ad corruptionē: ꝛ bubones: carbumculos: ꝛ
antraces multiplicāt in corpibꝫ eis vtentibꝫ: et huiuſmodi ſūt mora-
celſi qñ diutius q̄ꝫ oportet ſupra arborē dimittunt̾: et hmōi ſunt vna
manerics ceraſorū groſſorum que vocant̾ galeſiōis in lingua noſtra.
Uñ cū ꝯcipimꝰ fructꝰ p̄dictos vel alios ad tantā maturitatē ꝯueniſ-
ſe ꝙ ex hijs aranee nutriant̾ nullo mō vtēduꝫ ē eis. Et vniūſalit̾ dico
ꝙ nō ē vtēdū aliquo fructu in cuiꝰ interioribꝫ īueniant̾ vermes: ꝛ ille
annus eſt epidimialis vt plurimū in quo fructus inueniunt̾ vermibꝫ
pleni. ¶ Scđa vtilitas ꝑpter quā interdū vtimur fructibꝫ eſt vētris
ſubductio ꝛ laxatio. Sūt em̄ q̄dā q̄ naturalit̾ ꝛ accñtalit̾ ſunt cōſtipa-
ti plꝰ q̄ꝫ oportet q̄bꝫ ꝯuenit vti q̄buſdā fructibꝫ ventrē laxantibꝫ: et hu-
iuſmodi fructꝰ ſunt ficus: vua: pruna et moracelſi et ceraſa matura et
pſica mollia. Hijs aūt fructibꝫ vtēdū eſt añ cibū: nec ſtatim eis come-
ſtis ē comedendus aliꝰ cibꝫ: ſed aliquātulū ē īmorādū: ꝛ ſupbibēdum

eſt brodiũ vel vinũ lĩmphatũ: vl' aqua frigida vt q̃dã dicunt qđ forte verũ eſt in hoĩb⁹ colericis ⁊ habitãtib⁹ regionẽ calidã: et in iuuenib⁹ ⁊ tempoꝛe calido: ſed cõmuniter melius eſt ſuperbibere aliquod brodium carniũ laudabiliũ vel vinum lĩmphatũ dulce.

De Uuis.

BEne eſt aũt diligent' notandũ ꝙ vua eſt triplex: ĩmatura: et fit agreſta ex ea: ⁊ matura viridis ⁊ recẽs ex q̃ fit vinum: ⁊ ſicca q̃ paſſula vocat'. Prima q̃dẽ vẽtrẽ nõ ſubduc' ſed reſtrigit magis et appetitũ reducit ⁊ ſtomachi calorẽ refrigerat: et multũ valet in fluxu ventris colerice. Sed vua matura ſpãlit' alba ⁊ recẽs valde ⁊ ſine nucleis ⁊ coꝛtice ventrẽ laxat et ceteris fructib⁹ plurimi et melioꝛ nutrimenti exiſtit ſicut et ficus. Unde verum eſt ꝙ vẽtoſitatẽ generat ⁊ inflationes et vẽtris doloꝛẽ: ⁊ ſi remãſerit per duos dies vel tres ſuſpenſa: meli⁹ nutrit ⁊ min⁹ laxat nec tñ inflat: ⁊ hñtes ſtomachũ plenum cibo et ĩmũdũ malis hũoꝛib⁹ nullo mõ comedãt vuas ſpãlit' recentes ⁊ ſine arillis: veloci' eñ in ſtomacho ĩmũdo coꝛrũpũtur: et in ſtomacho pleno cibis: q2 nimis cito digerunt' ⁊ poterunt exire de ſtomacho poſt earũ digeſtionẽ: q2 ali⁹ cib⁹ nõdũ digeſt⁹ ẽ: ⁊ ſic in ſtomacho coꝛrũpũt' et aliũ cibũ coꝛrũpũt: ⁊ ſilr' itelligit' de aliis fructib⁹ laxatiuis: et ſi aliq̃s velit ſumere vuã viridẽ ⁊ recentẽ: bonũ eſt ꝙ primit⁹ infundat' in aqua feruẽti ꝑ hoꝛã: et deinde ponat' in aquã frigidã: ſed vua paſſa magis attinet caliditati et confoꝛtat ſtomachũ ⁊ epar ⁊ opilationes remouet: et dicit' ꝙ epar impinguat' ex eis ⁊ maxime ſi mundentur ab arillis.

De Ficubus.

QUo ad fic⁹ diligent' ẽ notãdũ ꝙ hũida ⁊ recẽs veloci⁹ nutrit ⁊ citi⁹ trãſit ꝺ ſtomacho ad epar ⁊ mag' humectat epar. Sʒ ſicca min⁹ ẽ inflatiua ⁊ magis apiẽs opilatiões. Uñ ver ẽ ꝙ ꝓpt' ſu dulcedinẽ ſi ex eis multũ comedat' citius generãt opilationẽ. Uñ hñ nota ꝙ ficus ſicce ⁊ paſſule pulmonẽ ⁊ pectus mũdificãt ⁊ leniũt.

De Moris celſi ⁊ Bathi.

DE moꝛis celſi ⁊ bathi ſciẽdũ ꝙ moꝛa ĩmatura nõ laxãt ventrẽ ſʒ mag' ꝯſtrigũt vẽtrẽ: ⁊ hñt v̾tutẽ repcuſſiuã et ſtipticã. Sed matura laxãt vẽtrẽ ⁊ declinãt ad hũiditatẽ ⁊ caliditatẽ ⁊ nullo mõ debẽt comedi poſt cibũ ꝓpt' paſſibilitatẽ ſube ſue. Dubitãtes hũoꝝ putrefactionẽ nõ vtant' moꝛiſ celſi nec bathi: ẽ eñ fructus valde febrilis. Uñ nõ approbo eoꝝ vſuʒ in febrib⁹ q̃cquid alij dicãt. Et ſilr' nõ approbo vſum eoꝝ in diſpoſitis ad febrem.

De Prunis.

QUo ad pruna ſciendum: ꝙ pruna matura ſunt in vſu et non ĩmatura. Pruna autẽ matura magis cõueniẽtia ſunt magna ⁊ figure oblõge hñtia carnẽ paucã et durã ad aliq̃lẽ ſiccitatem

declinātia et corticē exteriorē tenuē: ꝛ debēt eē in ſapore nō vere dulcedinis: ſed debet eſſe eorū dulcedo attinēs alicui acredini: et huiuſmodi ſunt pruna damaſcena: talia eñ pruna infrigidāt ꝛ humectant et ideo multū cōueniūt febricitantibꝫ ꝛ ventrē laxant vt dictum eſt. Sunt autē multe alie maneries prunorū quorū vſum non approbo. Sunt etiam quedā prunella ſilueſtria parua rotūda que creſcunt in ſepibus que nō ſunt ventris ſubductiua: ſed ſunt reſtrictiua ventris ꝛ ex hijs fit acatia ꝗ ventris reſtrictionē cauſat: debent aūt pruna que ſumunt̄ ꝓpter ventris laxationē primo poni in aqua frigida per horā: tunc eñ perfectius infrigidant ꝛ humectant et colerā quam inueniunt lubricando ſoluunt: et ſic ſtomachus melius diſponit̄ ad cibū recipiēdū. Eſt diligent̄ notandū ꝙ pruna humida recentia ſunt magis alteratiua ꝛ laxatiua: ꝗ̄uis ſint peioris nutrimenti et pluriū ſuperfluitatū. Sed pruna ſicca magis cōfortāt et melius nutrimentū dant corpori: et ſicut dictum eſt de prunis ſic ſuo modo intelligat̄ de ceraſis: verum eſt ꝙ ceraſorū humiditas eſt ſubtilis ꝛ minus viſcoſa: vnde minus nutriunt ꝗ̄ pruna.

De Perſicis.

De perſicis autē ſciēdū ꝙ humorē generant putrefactibilē. Uerum eſt ꝙ appetitū ꝯfortāt nec debēt recipi poſt cibū: qꝛ tūc corrumpunt̄: ꝛ aliū cibū corrūperēt. Sed debēt recipi añ cibū ſicut pruna: tūc eñ bñ digerunt̄ ꝛ ſtomachū colericū calidū cōfortant: qꝛ infrigidāt ꝛ humectant. Et ſcias ꝙ eoꝝ odor valet cōtra cordiacā paſſionē: multū eñ confortat habētes eam: et habent ꝓprietatē mirabilem reſiſtendi fetori prouenīēti a ſtomacho. Si quis aūt hꝫ ſtomachum frigidum vel debilem: vel plenum malis humoribꝫ: ſi ſumpſerit perſica in ieiunio bonū eſt ſupbibere aliquantulum vini veteris odoriferi vt facilꝰ digerant̄ et pſicoꝝ malitia corrigat̄: ꝛ ſpālit̄ ſi ſint dura. Eſt ſciēdū ꝙ pſica matura vētrē ſoluūt ꝛ imatura ꝯſtrigūt. In oībꝫ autē p̄dictis fructibꝫ h̄ eſt obſeruandū: ꝙ nō ſimul recipiantur diuerſe maneries fructuū: vnde qui comedit ficꝰ nō comedat vuas et ſic de alijs. Sicut eñ diuerſitas ciboꝝ eſt vitanda in regimine ſanitatis: ſic multo magꝭ diūſitas fructuū: ſic patet igit̄ ſcd̄a vtilitas ꝓpt̄ quā corꝑa in regimie ſanitatꝭ vtunt̄ fructibꝫ ꝛ modus vtēdi eis. Tercia vtilitas ꝓpter quā hoīes in latitudine exiſtētes ſanitatis vtunt̄ fructibꝫ quibuſdā eſt ventris ꝯſtipatio. Sunt aūt aliqui qui naturalit̄ vel accidētaliter habēt ventrem magis fluentē ꝗ̄ oporteat. Et iſti debent vti ꝗbuſdā fructibꝫ conſtipantibꝫ vētrē: ꝛ huiuſmodi ſunt coctana: pira: meſpila: poma: et ſorba. Hij eñ fructus cū ſumunt̄ ante cibum ventrē conſtipant: nec debēt recipi p̄dicti fructꝰ in magna quātitate: quia ſunt difficilis digeſtiōis et mali nutrimenti. Unde cibus poſt eos ſumptꝰ citiꝰ digerit̄ ꝗ̄ p̄dicti fructꝰ: et ꝑmanet in ſtomacho

vltra debitũ tẽpus: ⁊ ſic corrũpeꝛ digeſtio: ſicut patet ĩ carnibꝫ ꝑfecte
coctꝫ ſi poſteriꝰ ĩ potto bulliãt. Tales igr̃ fructꝰ recipiãꝛ ĩ ꝓncipio mẽ
ſe ⁊ ĩ pauca q̃ntitate. Sꝫ ſi q̃ramꝰ vẽtrꝫ laxationẽ recipiãꝛ ĩ fine mẽſe.

¶ De Coctanis.

Inter hos autẽ fructus coctana ſunt laudabiliora. Nam cum
ſtipticitate et ponticitate quam habent ſunt odorifera et ideo
ſũt ſtomachi cõfortatiua magis et ſilr̃ cordis. Vñ multũ cõ-
petũt in reducẽdo appetitũ ex dñio colere defedatũ. Bonũ eſt ꝙ ĩuol
uanꝛ ſtuppis: ⁊ decoquãꝛ ĩ prunis ſeu ĩ calidis cineribꝫ: et tũc frigãꝛ ꝑ
fruſta ⁊ ponãꝛ ĩ optĩo vino odorifero: ⁊ iſto mõ meliꝰ nutriũt ⁊ minꝰ
g̃uãt ſtomachũ ⁊ citiꝰ digerũꝛ. Et ſic dñt exhiberi hñtibꝫ ſtomachũ de
bilẽ: ſꝫ coctana cruda ſũt maioris ſtipticitatis ⁊ difficilioris digeſtio
nis: ⁊ ab hñtibꝫ ſtomachũ debilẽ ⁊ frigidũ nullo mõ debẽt ſumi.

¶ De Piris.

De piris autẽ ſciendũ ꝙ quãto pira ſunt magis odorifera ⁊ co
ctanis in ſapore et ſubſtãtia ⁊ calore ꝓpinqua: tanto ſunt ſto-
macho cõueniẽtiora: et pira minꝰ dulcedine ꝑticipãtia cũ p̃di
ctis ꝯditiõibꝫ minꝰ ſũt apta nutrimẽto: ⁊ magis ſũt ꝯueniẽtia ad vẽ-
trẽ ꝯſtringẽdũ añ cibũ ſumpta: vel ad laxãdũ ſi ſumanꝛ poſt alios ci-
bos: ⁊ ecõuerſo pira dulciora ⁊ ſub̃e melioris: ſũt nutrimẽto magꝫ ap
ta: ⁊ ſpãlr̃ decoquanꝛ ſic ſuꝑiꝰ dictũ ẽ de coctanis. Et nota ꝙ pira et
coctana ieiuno ſtomacho comeſta ſũt cauſa fortis colerice ⁊ incurabi
lis: ⁊ ſi ꝯtingat ꝙ comedanꝛ in ieiuno in aliq̃ caſu ſuꝑbibaꝛ vinũ vetꝰ
odoriferũ in pauca quantitate ſicut de perſicis dictũ eſt.

¶ De Pomis.

De pomis aũt ſciendũ ꝙ poma dulcia pñt comedi añ cibũ ⁊ pꝰ
et magis cõpetunt ad nutriẽdũ q̃ꝫ põtica acetoſa vel ſtiptica: ⁊
de q̃bꝫ põticis ſilr̃is eſt ratio: ſicut de coctanis ⁊ piris q̃ ad oꝑatiões et
quo ad modũ exhibẽdi. Poma aũt odorifera ꝯfortãt cor ⁊ cerebrum
et habẽt ꝓprietatẽ ꝯfortãdi ꝓncipalia mẽbra ſi ſint tꝑata ĩ caliditate: ⁊
h̃ eſt verũ de pomis acetoſis et ponticis. Sed poma dulcia nõ mul-
tum ꝯpetũt colericis ꝯuertunꝛ eñ in colerã. Et nota ꝙ poma hñt ma
laꝫ ꝓpꝛietatẽ in generãdo vẽtoſitatẽ in ſcd̃a digeſtiõe ⁊ tertia: ꝓpꝛ̃ quã
dictũ ẽ a ſapiẽtibꝫ ꝙ poſſunt generare ethicã ⁊ ptiſim. Nã vẽtus gene
ratꝰ ex hijs habet malã ꝓprietatẽ ad exſiccãdũ arterias pulmonis.

¶ De Meſpilis.

De meſpilis autẽ et ſorbis ſciẽdũ ꝙ minus cõpetunt nutrimẽ-
to inter ceteros fructus ſuperiꝰ noĩatos: q̃d ſatis oſtendit au-
ſteritas ſui ſaporis et duricies ſue ſubſtantie poſtq̃ꝫ ſũt in arbo-
re maturata: igiꝛ ex hijs minꝰ eſt comedendũ q̃ꝫ de ſuꝑius noĩatis et
magis recipi debẽt via medicine q̃ꝫ via cibi. Uirtꝰ aũt hoꝝ fructuũ

eſt ſtiptica valde: ꝛ iõ ſatis ꝯpetũt in fluxu vẽtris. Sorbe tñ ſunt delectabiliores meſpil̃: ſʒ qꝛ meſpile in arboꝛe nõ molleſcũt mollicie ſufficiẽte ad eſum. Ideo añq̃ comedant̃ remolliant̃: ꝛ tũc ſunt magis delectabiles guſtui et min⁹ ſtiptici. Sic igit̃ patet tertia vtilitas comedendi fruct⁹ in latitudine ſanitatis. ¶ Quarta vtilitas comedẽdi fructus in latitudine ſanitatis eſt cõpꝛeſſio cibi de oꝛificio ſtomachi ad fundũ. Sũt aũt q̃dã fruct⁹ cõpꝛimẽtes ſua põticitate ꝛ ſtipticitate de quibus ſuperius ſufficienter dictum eſt. Et alij ſunt cõpꝛimẽtes grauitate et ponderoſitate et groſſicie ſue ſubſtantie: et huiuſmodi ſunt auelane: caſtanee. Nã iſti duo fruct⁹ nõ hñt põticitatẽ nec ſtipticitatẽ ꝓpter quã cõpꝛimũt cibũ nec aromaticitatẽ ratione cuius cõfoꝛtãt ſtomachum: ſed depꝛimunt cibum ratione grauitatis et groſſiciei ſubſtãtie que eſt in eis: ꝛ tales fruct⁹ nõ multũ cõpetunt coꝛpoꝛib⁹ ſanis debilitant eñi ſtomachũ: qꝛ difficilis digeſtionis ſunt et mali chimi: nec habẽt dulcedinẽ rõne cui⁹ ſtomachus ĩ eis delectet̃ nec ſtipticitatem: et ideo auelane hũide ꝛ virides maxime ſunt euitãde licet pñt cibum ſumptũ cõpꝛimere: qꝛ nec dulcedinẽ hñt q̃ placeãt oꝛi ſtomachi nec aromaticitatẽ qua cõfoꝛtãt ꝛ coꝛroboꝛãt ſpũs nec ſtipticitatẽ nec ponticitatẽ quo roboꝛẽt et foꝛtificẽt ſtomachi oꝛificium aggregando partes: et ideo generalit̃ ſũt nociue oꝛi ſtomachi: quia ſua frigiditate et grauitate ꝑcutiũt: nullũ ꝯferẽdo iuuamentum.

¶ De Caſtaneis.

Sciẽdũ ꝙ ſunt digeſtiõis difficilis: ꝛ generãt hũoꝛẽ groſſum melãcolicũ ꝛ opilãt venas: ſed inter fruct⁹ ſilueſtres caſtanee vt diſtinguũt̃ a glãdib⁹ notabile alimentũ dãt coꝛpi ꝛ habent aliq̃lẽ ſtipticitatẽ: ꝛ ſpãlit̃ dũ aſſant̃: et ideo cõpetũt poſt cibum.

¶ De Auellanis.

Sed auellane ſunt min⁹ nociue: ꝛ ſi auellane aliquãtulũ toꝛreant̃ acq̃rũt quãdã ſtipticitatẽ ꝛ dulcedinẽ rõne q̃ꝝ ſtomach⁹ ĩ eis delectat̃ ꝛ ab eis ꝯfoꝛtat̃: ſic̃ ꝛ caſtanee qñ aſſant̃ acq̃rũt ſtipticitatẽ ꝛ dulcedinẽ maioꝛẽ ꝛ ſic a ꝓpꝛietate magꝫ ꝯpetũt poſt cibum.

¶ De Nucibus.

Et eſt diligent̃ notandũ: ꝙ nuces ſicce peioꝛes ſunt auellanis. Nã magis vnctuoſe ſunt rõne cui⁹ in colerã ꝯuertunt̃ ꝛ inducũt capitis doloꝛẽ: ꝛ oculos turbãt et vertiginẽ generãt: ꝛ ſpecialit̃ ſũpte poſt cibũ ꝛ ligue paralyſim inducũt ꝛ vomitũ ꝓuocãt: et hñtes ſtomachũ colericũ maxĩe debẽt euitare nuces ſiccas: ꝛ quanto ãtiq̃oꝛes tãto peioꝛes. Recẽtes ãt min⁹ male ſũt: qꝛ nõ ſũt tãte vnctuoſitãtꝫ: ꝛ iõ nõ generãt doloꝛẽ capitꝫ nec vertiginẽ ꝛ ſilia ſic̃ ſicce ꝛ rõne hũiditatis lubꝛicãtis laxãt vẽtrẽ: ꝛ ſi aliquãtulũ toꝛreant̃ ꝛ comedant̃ poſt cibũ cõpꝛimũt cibũ ſũptũ: ꝛ ſicce ſumant̃ añ cibũ cũ ficub⁹ ꝛ ruta valẽt ꝯtra venenum. Sic igit̃ patet ꝙ nuces recẽtes ſunt magis

ꝯueniẽtes corꝑibꝫ ſanis q̃ȝ ſicce: et ꝯtrariũ eſt de auellanis.

¶ De Amigdalis.

AMigdale aũt dulces medie ſũt inter auellanas et nuces niſi
ꝙ melioris ſũt nutrimẽti ⁊ ſtomacho magis ꝯueniẽtes: ⁊ pu-
to ꝙ virides ſũt meliores ad eſuȝ q̃ȝ ſicce ⁊ antiq̃. Nã ſicce hñt
quãdã vnctuoſitatẽ rõne cuiꝰ pñt inducere nocumẽta q̃ inducũt nu-
ces. Amigdale tñ dulces ⁊ ſicce nõ ſũt a deo male ſic̃ nuces: q2 nõ tãtã
hñt vnctuoſitatẽ. Vñ diligent̃ notãdũ ꝙ lac amigdoloꝝ ſiccoꝝ anti-
quoꝝ nõ multũ ꝯpetit febricitãtibꝫ ꝓpt̃ vnctuoſitatẽ coꝝ: rõne cuius
inducit dolorẽ capitis ⁊ ad colerã põt ꝯuerti. Sȝ lac amigdoloꝝ vi-
ridiũ ẽ eis ꝯueniẽtiꝰ. Et ſi velimꝰ ex antiq̃s lac facere carẽs vnctuoſi-
tate. Primo torrefiãt aliquãtulũ: ⁊ deinde infundant̃ in aq̃ frigida: ⁊
deinde piſcent̃ ⁊ diſtẽpent̃ cũ aq̃ laudabili: ⁊ deinde cõmoueat̃ lac for-
tiſſime ⁊ ſpuma pꝰ agitationẽ remoueat̃ ⁊ lac ſine vnctuoſitate rema-
nebit. Eſt diligent̃ notandũ ꝙ amigdale dato ꝙ hñt m̃ltas bonas ꝓ-
prietates tñ ĩimicãt̃ ſtomacho: ⁊ ſilit̃ nuces: auellane: ⁊ fiſtici vt dicũt
q̃dã ⁊ pinee fiſtici tñ minꝰ offẽdũt ſtomachũ ĩ ſua cẽntia. Et ſilit̃ intel
ligat̃ d̃ amigdalis ⁊ nucibꝫ: ſȝ pinee ⁊ auellane ſũt ĩ ꝯtriũ. Nã cũ modi-
cũ exſiccãt̃ minꝰ nocẽt ſtomacho. Amigdale ſicce nullo mõ ꝯpetũt pꝰ
cibũ: nec añ niſi ad ꝓhibẽdũ aſcẽſũ vaporꝫ vini ad caput vñ ebrietatẽ
ꝓhibẽt. Pinee plꝰ ĩimicãt̃ ſtomacho ⁊ plꝰ ꝓſũt pectori. Fiſtici ãt minꝰ
ſtomacho nocẽt ſȝ ꝓſũt vt dicũt alij: ꝓhibẽt eñ nauſeã ⁊ ſtomachi ſub
uerſionẽ ⁊ ꝯfortãt os eiꝰ vł nõ hñt iuuamẽtũ vł nocumẽtũ ĩ ſtomacho
vt q̃dã dicũt. ¶ Quĩta vtilitas vtẽdi fructibꝫ ĩ regimĩe ſanitatꝫ ẽ tp̃s
nc̃citatꝫ: ⁊ ĩ caſu ĩ q̃ alij cibi ꝓ nutritiõe corꝑis nõ ſufficerẽt. Int̃ fructꝰ
hũidos ficꝰ ⁊ vua ſũt melioris nutrimẽti ⁊ maioris. Reliq̃ aũt fructꝰ
hũidi: puta pruna: poma ⁊ pira: ⁊ ſilĩa paruȝ ꝯpetũt via nutrimẽti: ⁊
ſpãlit̃ ĩ hyeme. Amigdał ⁊ pineis ⁊ auellanis ⁊ fiſticꝫ ⁊ nucibꝫ vti poſ
ſumꝰ tp̃e nc̃citatꝫ ĩ via cibi: ⁊ ſpãlit̃ ĩ hyeme. Amigdale eñ recẽtes cor
pus ĩpiguãt: ⁊ eſtuationẽ ſtomachi ſuo tp̃e pñt aliq̃lit̃ tꝑare ⁊ cũ exte
riori cortice ſũpte ſtomachi hũiditates ꝯſumũt ſeu mũdificãt ⁊ ebrie
tatẽ ꝓhibẽt ⁊ ſũpte pꝰ cibũ aſcẽſũ vaporꝫ ad caput ꝓhibẽt. ¶ Ampliꝰ vi
ſuȝ ꝯfortãt ⁊ pectꝰ mũdificãt et opilatiões lateꝝ aꝑiũt et ſuꝑfluitates
vł̃it a viſceribꝫ abſtergũt ⁊ ſubaȝ cerebri augmẽtãt. ⁊ m̃rici m̃ltũ ꝯue-
niũt: bñ nutriũt et ſuauit̃ dormire faciũt: et vias vrine aꝑiũt: et gĩgĩ-
uas ꝯfortãt et ꝯſtrigũt cũ cortice exteriori maſticate: et qñ ſicce aliq̃n
tulũ torrefiũt ſunt ꝯueniẽtiores ſtomacho: q2 eaꝝ vnctuoſitas remo
uet̃ et recẽtes amigdale magis ꝯpetũt pꝰ alios cibos q̃ȝ ſicce et econũ-
ſo de ſiccis. Meliꝰ eñ eſt ꝙ añ aliũ cibũ comedant̃: tantarũ igit̃ vti-
litatũ fructꝰ nõ eſt negligendus. Nuces aũt offendũt ſtomachũ et ca
put et viſuȝ et linguã: et ſolũ habent vnã bonitatẽ ꝙ a veneno piſciũ
tuent̃ añ comeſte. Nõ ergo comedant̃ niſi tp̃e piſciuȝ et tũc comedant̃

ante piſces cũ ficub₉ ꝛ ruta vel cũ piſcib₉ vel poſt piſces: et oĩb₉ modis
ꝓſunt: ſꝫ credo ꝙ plus ꝓſũt añ ſumptẽ: et in illo caſu magis approbo
ſiccas q̃ꝫ virides: q̃ꝫuis via nutrimẽti ꝛ q̃ ad alia virides ſint min⁹ no
ciue. Euitent̃ igit̃ fruct⁹ iſti quãtũ poſſibile ẽ. Auellane epar cõfortãt
ſꝫ nocẽt ſtomacho ꝛ capiti: ꝛ ſunt ſḿ aliq̃s ita nociue ſic nuces: ꝛ ſḿ
aliq̃s paꝝ differũt a nucib₉ niſi ꝙ nõ ſũt boni chimi. Nõ ẽ aũt auella
na tãte caliditatꝫ ſic̃ nux ꝛ ẽ maioris nutrimẽti ꝛ min⁹ vaporoſa ꝛ vẽ
treꝫ ſtringit: ꝛ nuces magis laxãt q̃ꝫ ſtringũt. Fiſtici aũt epar ꝯfortãt
ꝛ ſḿ aliq̃s ſtomachũ vt ſupius dictũ ẽ: ꝛ pñt comedi ante cibũ ꝛ poſt
q₂ nõ laxãt ventrẽ nec ſtringunt quidã dicũt ꝙ ventrẽ laxãt. Granũ
pini eſt difficilis digeſtionis et multi nutrimẽti: et plus ceteris fructi
bus oleaginoſis et ei⁹ nutrimentũ forte: et bene mundificat renes: et
precipue mẽbra ſpũalia: ſed ceteris fructib₉ plus ſtomacho ĩimicant̃.

De Dactilis.

DE dactilis aũt ſciẽdũ ꝙ ſunt indigeſtibiles et caput grauãtes
et generãt humores groſſos et viſcoſos et venas opilãt ꝛ pe-
ct⁹ leniũt ꝛ ſcreare faciunt: ꝛ tuſſim mitigãt ꝛ dẽtes ꝛ gigiuas
putridas efficiũt vt q̃dã aſſerũt. Dactili aũt ꝑticipãtes quãdam ſti-
pticitatem ſtomacho ſunt boni et ventrẽ ſtringunt. Si aũt p̃dicti fru
ctus condiant̃ cum melle vel zuccara ſtomacho minus nocebunt: ſed
tñ corꝑib₉ tꝑatis eis vti nõ ꝯuenit: ꝛ p̃cipue cũ magis ꝯdiant̃ ad volu
ptatem q̃ꝫ neceſſitatem.

Capitulum XIII. de Herbis ſeu Oleribus.

DE herbis ſeu olerib₉ q̃ ſunt in vſu ꝑmo ponẽde ſunt regule ge-
nerales. Prima ꝙ oẽs herbe ſimplicit̃ male ſũt via cibi nec
nutrimẽtuꝫ dãt corꝑi. Oẽs em̃ herbe ꝑ ſuã naturã declinãt ad
humores melancolicos vel malos: et hoc etiã faciunt a tota ſubſtan
tia excepta bugloſſa ꝛ lactuca: hee em̃ due herbe ceteris herbis via ci-
bi ſunt meliores ſeu minus nociue: herbe em̃ frigide: puta atriplices:
ſpinargia: et blete generãt ſanguinẽ aquoſum fleumaticũ ꝛ indigeſtũ
ꝛ aptũ putrefactioni et ebulliti õi rõne hũiditatis ꝛ paſſibilitatꝫ ſubē
ꝛ paucitatꝫ calidi: talia em̃ cito ſuſcipiũt calorẽ extraneũ herbe calide
puta mẽta ſaluia: petroſilinũ: allea: cepe ſynapis ꝛ ſiĺia generãt ſãgui
nẽ acutũ ꝛ iſtãmatiuũ: pũgitiuũ calidũ ꝛ ſiccũ: ꝛ ſic via cibi nõ mĺtũ
ꝯpetũt corꝑib₉ tꝑatis. ſꝫ tñ via medicie ad ꝑſuãdũ ꝛ alterãdũ pñt ſu-
mi ſic illi q̃ ſẽ calide ꝯplexõis ad alt̃andũ colerã ꝛ ſãguinẽ: pñt vti her
bis frigidis ĩ eſtate: ꝛ ꝯplexiõis frigide pñt vti ĩ hyeme calidis ad ſub-
tilandũ et alterãdũ. Scđa regula talis ẽ ꝙ herbe nõ debẽt comedi
crude niſi interdum lactuca et portulaca cum aceto ad cõpeſcendum
ſanguĩs caliditatẽ et eſtuationẽ ſtomachi ꝛ epatis: et debent ſumi in
principio mẽſe ꝛ in pauca quãtitate. Tertia regĺa ꝙ herbis calidis
vtẽdum eſt tꝑe frigido: et frigidis calido: et tẽperatis: puta boragine

ꝛ buglossa oī tpe. In estate igiꝛ cū hijs addaꝛ lactuca ꝛ ſpinargia ꝛ ble
te. In hyeme ṽo crissones ꝛ aut petroſilinū aut pauca folia mēte et te=
neritates vrticaꝝ. In vere ṽo cū boragine ꝛ buglossa pn̄t addi ſpera=
gi ꝛ lupini postqꝫ fuerit pluti. ¶ Quarta regula ꝙ herbe nō debēt co=
medi cū ſemīe eaꝝ pfecto pducto: ꝛ ſiliꝛ anqꝫ ad pfectū deuenerūt au=
gmētū. ¶ Quīta regula ꝙ nō debēt parari cū lacte aīaliū ſed amigda
larū: vel cū aq̄ decoctiōis carniū laudabiliū: vł cū oleo oliuaꝝ dul=
ci. ¶ Sexta regula ꝙ ferculū de oleribꝫ cōiter dꝫ ſumi ī pncipio mēſe:
qꝛ talia fercula cōmuniter laxāt ventrē. Cōtrariū tn̄ huius euenit in
ſubstātia cauliū. Nam dato ꝙ brodiū caulium ſit laxatiuū et ſpecia=
liter cum parum bulliunt: ſubstantia tamē ventrē cōstipat: vnde po
test ꝯueniēter recipi in fine menſe ꝛ brodiū in pncipio. Un̄ multuꝫ est
inartificiale recipere brodiū caulium pmū et caules ſimul: qꝛ vnū cō
stringit ꝛ aliud laxat: et ſic cauſaꝛ in stomacho motus agitatiuus: ſed
cuꝫ abijciꝛ pma aqua nō erit piculū ſubstantiā cauliū ſumere cū bro=
dio ſcdo vel tertio. De alijs aūt oleribꝫ humidis ventrē laxantibꝫ nō
expedit multū ꝙ abijciaꝛ prima aqua niſi forſan intendamus magis
ad nutritionē et velimꝰ impedire laxationeꝫ. Sumentes igiꝛ caules
via cibi nō expedit ꝙ pma aqua ebulitionis remaneat: ſic em̄ magis
nutriēt ꝛ minꝰ laxabūt. ¶ Septia regula ꝙ ſi herbe frigide ꝛ hūide ſu
manꝛ via cibi debēt taliter pparari ꝙ eaꝝ hūiditates tēperenꝛ. Unde
bonū ē ꝙ pmo coquanꝛ in aq̄: ꝛ deinde frixenꝛ in oleo dulci: vł ſi to=
taliter decoquanꝛ in aqua pmiſceanꝛ aliq̄ bn̄tia ṽtutē ꝯtrariā. Uerbi
grā: cucurbite ſunt frigide ꝛ hūide. Un̄ bonū est ꝙ pmo decoquanꝛ in
aq̄ et inde friganꝛ in oleo: vel cū eis pmiſceanꝛ aliq̄ calida ꝛ ſicca: pu=
ta cepula alba vł feniculus vel petroſilinū: ꝛ ſiliꝛ intelligaꝛ de calidis
et ſiccis p ꝯtriū. ¶ Octaua regula ē ꝙ illa olera ſunt ꝯueniētiora ad nu
triēdū q̄ minꝰ pticipāt farmaca q̄litate: ꝛ ſūt ille herbe q̄ruꝫ ſapor est
minꝰ austerꝰ ꝛ dulcedini magis ꝓpinquus. Sciēdū igiꝛ ꝙ herbe ſeu
fructꝰ ex qbꝫ ē ꝯſuetū fieri ferculū ſūt hec: lactuca: bleta: atriplex: por=
tulaca: caules: cucurbita: melones: borago: buglossa: petroſilinū: alli
um: cepe: ꝛ porrū. Notādū ꝙ ex allio nō fiūt fercula cōiter: dicūt etiā
q̄dā magni ꝙ ex melōgenis q̄ cōiter vocanꝛ albagnie nō debēt fieri fer
cula: qꝛ coꝝ vſus nullo mō pdest. Et audiui ꝙ ſi q̄s ex eis ꝯtinue co=
mederet p ān̄ū ꝙ cadēt ī inſaniā: q̄dā tn̄ ꝯstruūt ex eis cibaria delica=
ta piecta pma aqua decoctionis earum: et quando decoquunꝛ cū bro
dio carniū laudabiliū pinguium ſunt multum delectabiles et postqꝫ
ſic factus est cibus ille temperatus est vt quidam aſſerunt. Nam eaꝝ
austeritas remouetur per decoctionem primā: et propter carnes qui=
bus ſecundo condiunꝛ: ꝛ q̄uis ſm ſe generent humorem melancoli=
cum ſicut caules: multū tn̄ cōſiderari dꝫ modus ppārādi ꝛ illō qd̄ cū
eis miſceꝛ ex q̄ cibi malicia bn̄ pōt corrigi. Et etiā oportꝫ multū ꝯſide.

rare amicabilitatē guſtꝰ. Nā qñ cibꝯ ē multū dectabilis leſio ꝓueniēs
nō ē multū manifeſta. Nā qđ melius ſapit melius nutrit. Daᷓ em̄ gu-
ſtus ꝓpter alimentuꝫ. De iſtis melōgenis parū curamꝰ in hoc climate
ſeptimo et in ꝑte occidentis: quia non inueniunᷓ apud nos: de alijs
tñ aliqua breuia dicemꝰ: ⁊ primo de frigidis.

De Lactuca.

Et p̄mo de lactuca q̄ ⁊ ſi pauci ſit nutrimēti ſicᷓ ⁊ alia olera: tñ
inᷓ oēs herbas generat meliorē ſanguinē: cū ſanguis geneatꝰ
a lactuca decliat ad frigidū ⁊ hūidū. Cōpetit igr̄ i ꝯplexiōe ca-
lida: ⁊ tꝑe calido ⁊ añ aliū cibū: ⁊ p̄t hō ſumē eā crudā ⁊ coctā: ſꝫ cruda
plꝰ alterat ⁊ minꝰ nutrit: ⁊ cocta ecōuerſo ⁊ nō dꝫ ablui: nā ex ablutio
ne efficiᷓ vētoſa ⁊ inflatiā: ⁊ intēdiᷓ eiꝰ frigiditas ⁊ hūiditas ex q̊ red-
diᷓ indigeſtibilis. Ip̄a lactuca in ſua natura cito digeriᷓ: ſitim ſedat:
ardorē ⁊ calorē mitigat: ebullitionē hūoris tꝑat: lac in mamillis mul
tum multiplicat: appetitū cibi excitat: nō ſoluit nec ſtringit ventrem:
nec vrinā ꝓuocat et in medio potatiōis vini comeſta nō ꝑmittit ho-
minē inebriari: ſomnū ꝓuocat: ſed viſum offuſcat. Ad ꝓuocandū igr̄
ſomnū multū cōpetit ſenibꝯ: ſed q꜡ hūida ⁊ frigida debet comedi cuꝫ
aromatibꝯ tꝑantibꝯ eius frigiditatē ſicut galienꝰ faciebat tꝑe ſue ſene
ctutis: libidinē coitus ſedat. Et eſt notādum ꝙ interdū pōt comedi
poſt alios cibos qñ aliqͣs p̄ſumpſit aliqua cibaria acuta valde ⁊ cali-
da tūc em̄ poſt pōt comedi lactuca ad remouendū eoꝝ maliciā. La-
ctuca ē duplex hortulana ⁊ ſilueſtris. Silueſtris eſt multū frigidior
hortulana: ⁊ ē in ꝟtute opij: vñ nō cōpetit via cibi ſꝫ ſolū via medicie.

De Bleta.

Bleta declinat ad frigiditatem ⁊ humiditatem et alba eſt me-
lior ad eſum q̄ꝫ nigra: ⁊ nullo mō debet comedi cruda ſꝫ cocta
et parū nutrit ⁊ minꝰ q̄ꝫ lactuca: et malū hūorē generat vl' mi-
nꝰ bonū q̄ꝫ lactuca: ⁊ ſtomachū debilitat ⁊ inteſtia ⁊ aſſiduatio vſus
eiꝰ inducit vētris dolorē pūgitiuū ſi comedaᷓ cocta inducit rugitū ⁊
inflationē niſi condiatur cum aliquibꝯ ſpeciebꝯ malicie ipſiꝰ obuian-
tibus imo ſic ſumpta curabit dolorē ventris eū laxando ⁊ venas ape
riendo. Et eſt notandū ꝙ bleta eſt humidior lactuca: vnde lactuca eſt
quaſi media inter caulem et bletam.

De Atriplicibus.

Atriplices parū differūt a bletis in cōplexione ⁊ oꝑatione ni
ſi ꝙ atriplices ſunt humidiores ⁊ ratione huiꝰ ventrē ſubdu-
cūt ⁊ parū nutriūt: ⁊ ardorē colere mitigāt ⁊ vomitū ꝓuocant
⁊ ſpālitᷓ eoꝝ ſemen ⁊ parati ſūt corruptiōi: ſed ictericis ꝓſunt ad ſalu-
tem: nullo modo cōmedanᷓ crudi: ſola em̄ lactuca ⁊ portulaca come
danᷓ vtroqꝫ modo. Debēt autē atriplices cōdiri cum oleo ⁊ ſale ⁊ ace
to. Nam ſimpliciter ſumpti ſunt mali ſtomacho.

De Spinargia.

Spinargie ſimiles ſunt atriplicibus niſi ꝙ meliores ſunt ſto-
macho: ventrē eñ humectāt ⁊ humorem aquoſum valde fri-
gidum et humidum generant niſi earum malicia corrigatur
ſic atriplices. Et nota ꝙ ſpinargia eſt valde bona gutturi et pulmōi.

De Portulaca.

Portulaca alimentū paruꝫ dat corpori et illaudabile ⁊ frigidū
et humidū: aufert ſitim ⁊ cōſtipat ventrē: et aufert dentiū ſtu
poreꝫ et eſt bona ſpleni ⁊ ꝑcipue ſemen eiꝰ: ſed viſuꝫ offuſcat ⁊
appetitū defedat nimiꝰ vſus eiꝰ et libidinē aufert ⁊ vomitū ꝓhibet.

De Cucurbita.

Cucurbita generat hūorē aq̄ſuꝫ nō auſterū nec vl'iter ꝑticipan
tem farmaca q̄litate ſicut ipiꝰ ſapor oñdit: paꝝ nutrit ⁊ ꝓpter
paſſibilitatē ſue ſubſtātie pata ē recipe corruptionē. Uñ qñ ip
ſius digeſtio corrūpit generat hūorē malū valde. vñ non eſt recipien
da in ſtomacho imūdo. Etiā nō debet comedi ſi ſit incōueniens pata
Nā hijs duob' modis cito i ſtomacho ſuſcipit corruptionē ⁊ ad ma
lum hūorē valde ꝯuertit. Ampliꝰ ex ſui natura generat hūorē nō ꝑti-
cipātē q̄litatis exceſſum ſi bñ digerat: qḋ oſtendit ex ipſiꝰ ſaporis inſi
piditate: ⁊ ſic etiā ex ſui paſſibilitate facile ꝯuertit ad naturā illoruꝫ q̄
cū ea ꝑmiſcent in ꝑparatiōe: vñ ſi ꝑmiſceat cū ea qḋ generat hūorem
ſalſuginoſuꝫ: et ipa talē hūorē generat et ſic de alijs. Unde ſe habet re
ſpectu aliorū ciboꝝ ꝑticipantiū q̄litatis exceſſum ad moduꝫ medij ſi
cū eis ꝑmiſceat qḋ mediū facile ꝯuertit ad extrema. Sed qꝛ cucurbi
ta eſt multū aquoſa: bonū eſt cū ea permiſceri cepulā albā feniculū vl'
calamentum vel organum: et ꝙ etiam primo elixetur: deīde frigat.

De Caulibus.

Caules ſm aliq̄s frigidi ſūt ⁊ ſicci: ſm aliq̄s calidi ſunt ⁊ ſicci.
Nos aūt dicimꝰ ꝙ via cibi ⁊ eoꝝ ſubaꝫ ꝯſiderādo ſūt frigidi ⁊
ſicci: ⁊ generāt hūorē melācolicū: ſ; via medicīe ⁊ q̄ ad eoꝝ cir
cūferētiā calidi ſūt ⁊ ſic ſūt mali ſtomacho paꝝ nutriūt ⁊ malū hu-
morē generāt: ⁊ peiorē q̄ꝫ lactuca ⁊ viſuꝫ obtenebrāt niſi ocl'i ſint val
de hūidi: tūc eñ pñt ꝯferre deſiccādo: ſomnū iducūt ⁊ mēſtrua ⁊ vri
nā ꝓuocāt: eoꝝ ſuba poſt ꝑmā ⁊ ſcdam decoctionē ventrē laxat.

De Caulibus ſilueſtribus

Caules ſilueſtres nō ſūt ꝯpetētes ad eſū ſūmitates cauliū ⁊ ſpā
lit eoꝝ ocl'i ꝯueiētiores ſūt ſtipite ⁊ folijs: ⁊ dnt decoq̄ ⁊ ꝑpari
cū carnib' laudabilib': ⁊ efficient ſatꝫ bōi nutrimēti ⁊ delecta
biles ad eſuꝫ. Caules ml'tū ꝯfortāt iūcturas ⁊ ab ītra ⁊ ab extra. Uñ
antiq̄ꝰ mulieres cibabāt filios ſuos caulib' vt citiꝰ ambularent.

¶ De Boragine.

Borago domeſtica et ſilueſtris: ceteris oleribꝫ eſt cõuenientior
humane cõplexioni ad eſum. Eſt eñ calida ꝛ humida tẽpera=
te: ꝛ ceteris oleribꝫ meliorẽ generat ſanguinẽ. Et qꝛ borago ꝑ/
ticipat quadã aſꝑitate ex qua ad eſum reddit̃ minꝰ delectabilis ꝛ vti
lis: bonũ eſt ꝙ cũ ea permiſceat̃ aliq̃d ex quo p̄dicta aſperitas remoue
atur: ſicut ſpinargia ꝛ blete tenerrime: tunc eñ cõfortat cor ꝛ vniũſa/
liter oĩa ſpũalia: et eſt lenitiua pectoris ꝛ pulmonis et leticiã inducit.
Uñ verſus. Dicit borago gaudia ſemꝑ ago. Dicũt quidã ꝙ ſi comeda
tur cruda generat ſanguinẽ laudabilẽ: ſed magis approbo ꝙ decoqua
tur cũ carnibꝫ caponũ ꝛ apponat̃ aliquãtulũ de petroſilino ad rep̄mẽ/
duin eiꝰ humiditatẽ: et de ſpinargijs ꝛ bletis ad reprimẽdũ eiꝰ aſꝑita
tem. Alie herbe calide quibꝫ hoĩes cõſueuerũt vti: ſunt hec: petroſili/
num: mẽta: ſperagi: trifoliũ: feniculus: apiũ: naſturciũ ortulanũ ꝛ aq̃
ticũ: ſaluia: hyſopus. Ex hijs aũt herbis ꝑ ſe nõ fiũt fercula. Nã parũ
nutriũt ꝛ generãt ſanguinẽ acutũ: ꝛ adurũt ſanguinẽ iam generatũ.
Unde tales herbe ſingularit̃ nullo mõ ſũt ſumẽde via cibi ſꝫ ſolũ via
medicine: tñ hijs herbis vtunt̃ hoĩes ſani ad corrigendũ malitiã ali/
orum olerũ ꝛ in ſalſis ꝓpter aliquas vtilitates ſpãles quibꝫ hoĩes for
ſan ab egritudine p̄ſeruantur.

¶ De Trifolio.

Et dicamꝰ primo de trifolio. Hec eñ herba calida eſt et ſicca:
ꝛ participat amaritudine ꝛ ſtipticitate manifeſte: ꝛ ideo via ci
bi nõ cõpetit: valde autẽ ẽ bonũ ſtomacho ſeu crudũ ſiue buli
tum ſumat̃: ſed parũ ſuſtinet decoctiõis. Põt autẽ cõuenient̃ exhibe=
ri cum oleo aceto et ſale: ꝛ ſtomachũ ꝯfortat et faſtiditos curat ꝛ appe
titũ excitat ꝛ ꝓuocat conuenient̃: decoctio trifolij ſi ex ea abluat̃ locus
morſus ſcorpionis: vel vipere curat dolorẽ: ꝛ ſi nõ ſit locꝰ morſus do
lorem ſimilẽ dolori omnino cauſato a morſu.

¶ De Speragis.

De ſperagis aũt ſciendum ꝙ paucum alimentũ dant corpori
non bonũ poſſunt tñ offerri cuꝫ oleo et aceto: ſicut ſuꝑius di/
ctum eſt de trifolio: et ſunt delectabiliores ad eſum et ſtoma/
chum magis cõfortãtes. Bulliti in aqua molliũt ventrẽ et ꝓuocant
vrinã: et dicunt quidã ꝙ nauſeam inducunt.

¶ De Feniculo.

Feniculus tarde digerit̃ ꝛ male nutrit et parum. Unde non cõ
petit via cibi ſed confert inflationi ſtomachi. Et ſi bibat̃ cum
aqua frigida nauſeam facit. Et ſi terat̃ cum aqua ſuꝑ morſuꝫ
canis rabioſi: cõfert: plus igit̃ via medicine cõpetit q̃ꝫ cibi. Nõ igitur
vtendũ eſt eo in regimine ſanitatis niſi ad correctionẽ malitie q̃rũdã

alioꝝ ciboꝝ:ſicut interdū cū lactuca comedimꝰ petroſilinū ad reſiſtēdū frigiditati ⁊ humiditati lactuce:ſicut etiā cū cucurbitis decoqmꝰ feniculū:⁊ ſiliter cū rapis ad corrigendū eaꝝ maliciā.

De Petroſilino

Sciendū ꝙ generat ſanguinē valde accutū et incitat ad iraꝫ et eſt aperitiuum:et nō cōpetit via cibi niſi ad correctionē malicie alioꝝ ciboꝝ ſicut de feniculo dictū ē Herba autē petroſilīj in cibis poſita digeſtionē confortat et ventoſitatē excludit ⁊ eſt herba ſatis cōueniēs ad ſalſas. Uſus aūt huiꝰ cōueniētior ē in tpe frigido ⁊ etate ſenectutis ⁊ regione frigida quā in oppoſitis p̄dictoꝝ ⁊ fit ex eo epulū cū ſale contra morſum canis rabioſi.

De Apio

Apium ſatis ꝯuenit cū petroſilino in cōpletiōe ⁊ in ꝓprietatibus ſed ſapor eiꝰ ē minꝰ delectabilis. Unde in via cibi minus eo vtunł homiēs cōmuniter:nō eſt tñ tante ſiccitatis ſicut petroſilinū; vñ non tantū adurit: ꝓprietatem habet in appiendo opilationes ſplenis et epatis:ſed nocet capiti ⁊ incitat morbū epilentiū et maſticatum:facit odorem oris bonum

De Naſturtio ſiue creſſonibꝰ

Sciendum ꝙ calefacit ſtomachū et epar ⁊ ꝓfert groſſiciei ſplenis et ſanguinem adurit et parū nutrit ⁊ ipius nutrimentum non eſt laudabile pulmonem mūdificat ⁊ renes ad coitum incitat:appetitum ad cibū excitat:tamē parū ex eo poteſt ſumi in principio menſe cum aceto croco et ſale ⁊ oleo ad reuocationē appetitꝰ ⁊ aliter eſt malū ſtomacho quia ipm nimis mordicat bibitū ⁊ linitū retinet capillos cadentes.

De Saluia

Saluia multū eſt calida ⁊ ſicca ideo non multū cōpetit ꝑ ſe via cibi. Ipa em̄ ſaluia multum cōfortat neruos:in ſanitate homines multū vtuntur ſaluia. Dupliciter. Primo quidē cōponendo ex ea vinum ſaluiatum quo vino homines in latitudine ſanitatis vtuntur ſpecialiter in principio menſe. Et competit huiuſmodi vinū paraliticis epilenticis moderate ſumptum et p̄cedente purgatione antecedentis materie. Amplius vtuntur ſaluia in ſalſis nam excitat appetitum et ſpecialiter cū ſtomachus fuerit repletꝰ malis humoribus crudis et indigeſtis:⁊ ad eandem intentionē poteſt ex ea fieri herbulotum et comedi ieiuno ſtomacho

De Menta

Menta multum calida eſt et ſicca ⁊ parum competit via cibi in regimine ſanitatis verum eſt ꝙ ſtomachū confortat ⁊ ipm ca=

lefacit ſingultū ſedat ꝛ digerit et ꝓhibꝫ vomitū et fleumaticū ꝛ ſāgui neū et ad coitū incitat et ꝓhibet ſputū ſanguinis. Confert ad morſuꝫ canis rabioſi et eſt ꝯtrāria ad illud.

Ca. xiiii. de radicibus

Radices quibus homies ſani cōmuniter vtunꝭ his tempoꝛibꝫ ſunt hee: poꝛri: allea: raphanus: cepe: radix paſcinata napi ſeu rape et coꝛne. De poꝛris alleis et cepis breuiter eſt ſciendūꝫ ꝙ ꝓpria cibi non cōpetunt temꝑatis coꝛpoꝛibus nec calidis: et ſpecialiter cruda: parū enī nutriunt: et male nutriunt: et generant ſanguinem acutū et pungitiuum: groſſos tamē ſubtiliant et viſcoſus incidunt et poſtꝗ̄ decocta ſunt perdunt pungitiuitatem ꝛ adhuc remanet virtus inciſiua et ſubtiliatiua. Unde magis cocta competunt ꝗ̄ cruda

De Poꝛris

Poꝛri autē ſunt calidi et ſicci et dant coꝛpi alimentū illaudabile et oculis nocent ꝛ generāt ſanguinē nigrū et melancolicum et generāt ſomnia terribilia et neruos ledūt ratiōe pungitiuitatis coꝛū: nocent dentibus et gingiuis et nullus colericus nec melācolicus eis vtatur ꝛ ſpecialiter crudis.

De Cepe

Cepe calide ſunt et hn̄t hūiditatē ſupfluā terreſtrē cū humiditate aquoſa ſubtili indigeſta. Si comedanꝭ crude gn̄ant i ſtomacho hūoꝛes malos et putrefactibiles et coꝛruptibiles et generant ſomnia mala ꝛ terribilia et doloꝛē capitis. Unde nimi⁹ vſus earū diſponit hominē ad memoꝛiā ꝑdendā ꝛ ꝑturbat intellectum et ꝑducit ad dementiā. Sꝫ ſi comedanꝭ cocte cū aqua laudabiliū carniū laudabiliter iuuāt digeſtiuā ꝛ minuunꝭ eaꝝ nocumēta ꝛ tꝑant cibaria frigida cum ꝗbus decoquunꝭ ſed meli⁹ eſt eis nō vti.

De Alleis

Allea calida ſunt ꝛ declināt ad aliqualē hūiditatem ſed min⁹ quā cepe: valent contra ventoſitatem et valent intuſſi ꝛ bene ſcreare faciunt: ſed nocēt viſui et doloꝛē capitis inducūt: Unde alea ſunt tyriaca ruſticoꝝ. Predicta acrumina ſolū cōpetūt his ꝗ fleumaticū aut groſſum viſcoſum humoꝛē habuerūt. Colerici a ꝑdictis generibꝫ acruminū abſtineāt De raphano aūt et radice que ſūt ꝓpinqua et incōplexione ꝛ ꝓprietate: ſciendū eſt ꝙ nō multū cōpetunt ꝓpria cibi: ſpēaliter coꝛꝑibus colericis gn̄ant enī ſanguinē acutū ꝛ pūgitiuum et eſt raphan⁹ mal⁹ ſtomacho faciēs eructuationē ꝛ gn̄at hūoꝛem groſſum ꝛ ſi digeſtiua ſit debilis hūoꝛē crudū: habet tn̄ virtutem ſubtiliatiuā ꝛ inciſiuā. Quidam aūt comedūt radicem ꝛ raphanū p⁹ alios cibos ad confoꝛtandum digeſtionē: de quo admiraꝭ Gali. Unverū ē ꝙ exꝑientia docet ꝛ dicūt ſapiētes ꝙ ſi comedaꝭ poſt aliū cibū

iuuat ad deſcenſum ei⁹ ventrē laxat. Sȝ ſi comedat̄ an̄ aliū cibū im pellit cibum ad ſuperiora et vomitū inducit. Bonū ē aūt q̄ comedat̄ cū aceto ⁊ ſale poſt alios cibos et in pauca q̄ātitate: verū ē q̄ oculis nocet et capiti et valet cōtra morſum ſcorpionis ſumptus intus et ex tra applicatus et ad coitum incitandum.

De Rapis et Napis

De rapis aūt et napionib⁊ ſciendū q̄ inter radices mag̃ cōue niūt ad corpis nutritōēȝ qd̄ ſat̄ oñdit̄ ex amicabilitate ſui ſa poris. Hoc em̄ ɔmūe ē oībꝫ edulijs q̄ amara ⁊ pūgitiua mi nus alimentū dāt corpi quā dulcia. Et q̄ nape et rape ſūt ceteris ra dicib⁊ dulciores ⁊ min⁹ pūgitiue magis cōpetūt via cibi ſȝ gñant ſan guinē groſſū melācolicū ⁊ ſūt difficil̄ digeſtiōis et vētoſe ⁊ gñant hu morē crudū ſi digeſtiua ſit debilis: hñt tñ ꝓprietatē mirabilē ad ɔfor tationē viſus ⁊ bonū ē q̄ depurent̄ a prima aq̄ ⁊ nullo mō comedi de bent cruda ⁊ napiōes ſūt rapis laudabiliores. Et incitāt ad coituȝ et ventrem molliunt et vias mundificant vrinales.

De Paſcinacis.

De paſcinacis aūt ſciendū q̄ ſi fuerint albe poterūt cocte cum carnib⁊ ſumi vel ſine: q̄m̄ cōferūt eadē iuuamēta ventri et re nib⁊ ſicut rape: ſȝ expedit vt poſt ſumant̄ ſȝ min⁹ nutriūt q̄ȝ rape ⁊ na piones et indigeſtibilitas ineſt eis ſicut alijs radicib⁊ et generāt hūo rē groſſum ⁊ crudum ſi digeſtiua ſit debilis et hūor q̄ gñat̄ ab eis eſt mediocriter malus. Corne aūt meliores ſunt paſcinacis ſed multuȝ nocent capiti humido et pulmoni.

Ca. XV. de fungis

Volo aūt p⁹ tractatū d radicib⁊ aliq̄ȝtulū loq̄ de fungis q̄ ma iorē hñt ſilitudinē cū radicib⁊ q̄ȝ cū herbis vel fructib⁊. Scie dū aūt q̄ ē vna maneries fungoꝝ qua hoīes vtunt̄ et ſpēaliter ytalici via cibi poſtq̄ȝ elixiati ſūt vl̄ frixi vel ɔditi cū q̄buſdā ſpēb⁊ ⁊ ſūt ſaporis delectabil̄ et vocant̄ apud gallicos cā pani oli et naſcūt̄ in pra tis et in terra nō corrupta vbi etiā aīalia venenoſa nō ɔuerſant̄. Na ſcētes āt iuxta cauernas aīaliū venenoſoꝝ ⁊ ī loc̄ putridis iuxta plā tas ſeu arbores mortiferas ſunt mortiferi. Sūt etiā q̄dā fungi q̄ a to ta ſpē ſunt mortiferi. Fungi nō mortiferi meliores ſūt ſicci q̄ȝ virides et bonū ē q̄ cū piris ꝑbuliāt̄ in aq̄ et cū pulegio frigant̄ ⁊ cū oleo oli uarū dulci et ſupaſpergat̄ puluis quarūdā ſpēꝝ: puta zinziberis albi et cynamomi et ſic corrigit̄ eoꝝ malicia: ſūt etiā frigidi et hūidi et talē hūorē generāt: et eoꝝ ſubſtātia ē multū putrefactibilis. Et ſil̄r hūor generatus ab eis. Male igit̄ nutriūt et ſunt difficilis digeſtiōis et di gerant̄ ſi comedant̄: ſed generāt colicam: et ex eis interdum prouenit ſuffocatio anxietatis et ſincopis et ſudor frigidus: et cura eius eſt

ꝑ oximel diu͛eticũ cũ decoctiõe hyſſopi ⁊ pulegij ⁊ ſunt mala ſtoma-
cho valde ⁊ bonũ ē pꝰ eos bibere bonũ vinũ. Uſuꝫ igiť fungoꝝ oīno
vitupo ſalua reuerētia ytalicoꝝ: qui eis vtunť ad voluptatem.

Capitulũ .xvi. de Trufflis.

NOn ſolũ aũt hoīes vtunť fungis ſed etiam idijs ſeu trufflis.
Sic aũt noīanť ab aliquibꝫ. Alij aũt nominãt tuberas ⁊ ſũt
radices in terra ſine trunco et folijs figure rotunde coloris ru-
bei: ſaporis inſipidi: dulcedini aliq̃li aꝓpinquãtes: ⁊ puta ꝙ alimen-
tũ dant frigidum ⁊ humidũ ⁊ groſſum: generãt eñ humorē nõ mul-
tũ maluꝫ ⁊ comeduntť crudũ ⁊ cocte. Subſtãtie eoꝝ eſt multũ terrea
ꝓpter quod ſi comedanť poſt aliũ cibum iuuãt ad eiꝰ deſcenſum ab o-
rificio ſtomachi. Et dicũt quidã ꝙ generãt humorē melancolicũ ⁊ ni-
hil eſt eis par. Bonũ eſt ꝙ primitꝰ elixenť in aqua cũ vitello oui poſt-
quã primitꝰ ſunt excorticati ⁊ deinde cõdianť cũ oleo dulci et addať
puluis quarũdã ſpecierũ: ⁊ poſt trufflas debet bibi bonũ vinũ. Uſus
autē ꝯtinuus ē ꝑiculoſus corpi hũano ex eo ꝙ inducit ꝑaliſim ⁊ ap-
poplexiã: colicã: ſtranguriã ⁊ ſunt dure digeſtionis grauantes ſtoma-
chum ⁊ multũ approꝑinquãt ad naturã fungoꝝ ſed minꝰ mali ſunt
q̃ꝫ fungi. Eliganť aũt truffle que inueniunť in terra arenoſa libera nõ
nimis aquoſa: ⁊ dicũt quidã ꝙ ſicce ſunt deteriores humidis ⁊ maxi-
me comedanť in vere ⁊ generanť in ꝓfunditate terre ꝑ viã putrefacti-
onis. Unde videť terra interdũ effumare in loco in quo generãtur vt
niues exiſtentes in illo loco liquefiant penitus et ſic caliditatē quan-
dã habent putredinalem. Et ex hoc opinanť quidã ꝙ ſint calide com-
plexionis et ꝙ humorē calidũ generent ⁊ ꝙ incitēt ad coitũ. Iſta ta-
men non aꝓpobo quia dictis ſapientũ in iſta materia non cõcordant
Securius eſſet eis nõ vti ſalua reuerentia eis vtentiũ plus ad volu-
ptatem q̃ꝫ ꝓpter neceſſitatem ⁊ vtilitatem.

Capitulũ .xvii. de Carnibus

QUia bone carnes bonũ ſanguinē generãt: inter alia cibaria po-
ſito ꝙ bene digeranť determinãdũ eſt de alimēto ſũpto a car-
nibus in ſpeciali. Et primo de alimēto ſumpto a quadrupedi-
bus domeſticis ⁊ ſilueſtribꝫ. Et deinde de alimento ſumpto a volati-
libus tam domeſticis q̃ꝫ ſilueſtribus. Primo dicemꝰ de alimēto ſum-
pto ex aīaliũ quadrupedũ diuerſitate: deinde ex mēbroꝝ eorundē va-
rietate. Sciendũ ꝙ aīaliũ quadrupedũ quedã ſunt boni ⁊ laudabi-
lis nutrimenti: ⁊ quedã illaudabilis. Amplíꝰ q̃dam ſunt facilis di-
geſtionis ⁊ alia difficilioris et tardioris. Amplíꝰ quedã generant
groſſiorem ⁊ viſcoſiorē humorē et alia ſubtiliorē. Itē quedam carnes
multi nutrimenti ſunt alie pauci. Carnes aũt laudabilis nutrimen-
ti ď nũero q̃drupedũ ſũt carnes capriolorũ iuuenũ ſilueſtriũ ⁊ dome

ſticoꝝ: et domeſtice ſunt ſilueſtribꝫ meliores. Silueſtres vero ſūt pl⁹
debito ſicciores: ſed carnes capraꝝ antiquaꝝ ⁊ hircoꝝ ſunt ſimpliciť
illaudabiles ſiue ſunt domeſtice vel ſilueſtres ¶ Amplius dico ꝙ car
nes porcoꝝ non antiquoꝝ nō nimis iuuenū ſed etate mediocriū: pu-
ta vni⁹ anni vel duoꝝ tā domeſticoꝝ ꝙ̄ ſilueſtriū ſunt multū lauda-
biles corporibꝫ ſanis ⁊ fortibus in quibus viget fortis calor. Et puto
ꝙ ſilueſtres ſunt domeſticis meliores eo ꝙ domeſtice ſunt pl⁹ debito
viſcoſiores ⁊ humidiores. Predicte aūt carnes ſi aliq̄ntulū ſaliant̄ an̄
quā comedant̄ obtempat̄ earū viſcoſitas. Et quidā ſimpl'r opinātur
has carnes meliores eſſe inter q̄drupedia vel eē ſimpl'r ꝯueniētiores
corꝑibꝫ nr̄is ⁊ nobis magis ꝓportionabiles ⁊ magꝭ nutritiuas ¶ Am
plius dico ꝙ carnes vituloꝝ lactantiū ſunt valde laudabiles Nō lau
dabiles aūt carnes boū veteꝝ vel thauroꝝ vel vaccaꝝ domeſticaruꝫ
vel ſilueſtriū. Nā ſunt difficilis digeſtiōis ⁊ mali chimi ⁊ hūorē gene
rant melancolicū. Un̄ eaꝝ vſus inducit leprā ⁊ quartanā ⁊ ſpleneticā
paſſionē ⁊ ſiles egritudines melācolicas. ¶ Amplius carnes arietuꝫ
vnius anni ſpēaliter caſtratorū: ſunt laudabiles ⁊ a quibuſdā ſapien
tibus ꝙ̄ plīmū aꝓbate. Sed carnes arietū nō caſtratoꝝ antiquorū
et ouiū et agnorū purorū nō ſunt laudabiles nec in ſanitatis regimi
ne ꝯueniētes. Predicte carnes laudabiliores ſūt tꝑibꝫ quibꝫ hn̄t pa-
ſcua meliora tūc em̄ ſunt ꝯueniētiores eſui. Un̄ carnes caprarū ſunt
meliores in eſtate in qua pullulatiōes quibꝫ paſcunt̄ ſūt ꝑfecte ⁊ ſiliť
q: boues indigēt herba ꝓfunda ꝓ eoꝝ paſcuis ſunt in eſtate groſſio-
res et pinguiores ⁊ eſui ꝯueniētiores. Oues aūt ſm̄ primū ⁊ medium
veris ſunt ꝯueniētes: nō em̄ indigent paſcere herba magna ⁊ ꝓfūda
parua em̄ ſufficiēter nutriri pn̄t. Ex dictis igit̄ elici pōt ꝙ carnes hir
corū caprarū ⁊ arietū ⁊ bn̄ ⁊ porcoꝝ antiquorū et ſpēaliter nō caſtra-
torū ⁊ porcellorū lactantiū et agnorū nō ſunt multū ꝯueniētes in re-
gimīe ſanitatis: ſed carnes vitulorū iuuenū ⁊ arietū anualiū ⁊ porco
rū annorū duoꝝ vel vni⁹: etiā caſtratorū ſpēaliter ſunt cōuenientes
eſui in regimīe ſanitatis. Quidam aūt opinant̄ vitulinas meliores ⁊
aliȷ̄ porcinas ⁊ aliȷ̄ magis aꝓbāt carnes anualis arietis caſtrati ſed
in hoc ē multū ꝯſiderāda ꝯſuetudo ⁊ appetit⁹ hoīs ¶ Ampli⁹ ꝯſueue
rūt hoīes ſani exiſtentes vti carnibꝫ leporinis ⁊ cuniculorū ⁊ ceruo-
rū. Et iſte carnes ſunt melācolice ⁊ talē humorē hn̄t gn̄are. Un̄ tales
carnes dū ꝑueniūt ad antiq̄tatē ſimpl'r ſūt euitāde: meliores aūt ſūt
cū ſunt ꝑtui ꝓpinque vt ſiccitas eorū obtꝑet̄ ab etate. Et p̄dicte carneſ
ſunt ſimpl'r euitande niſi ſint pingues. Nā ex earū pinguedine obtꝑa
tur ſiccitas. Un̄ quaſi idē videt̄ de carnibꝫ p̄dictis ſicut ꝺ caprinis ſil
ueſtribus et domeſticis et bouinis. Nā carnes porcorū ꝓportionabi
les ſunt carnibꝫ boum ⁊ carnes leporū ⁊ cuniculoruꝫ ꝓportionabiles
ſunt carnibꝫ caprarū Sunt alia multa quadrupedia que ſunt eſui in

cõueniẽtis et apud nos nõ ſunt in vſu ꝙuis tꝑe neceſſitatis hoies eis
vti pñt vt vulpiũ ⁊ lupoꝝ aſinorũ ⁊ equoꝝ ⁊ canũ carnes. His enim
carnibꝰ homies apud nos non vtunť niſi tꝑe neceſſitatis. Carnes aũt
vulpinas comedũt quidã venatores tꝑe autũni qꝛ tũc pingues inue-
niunť. Impinguanť enĩ ab vuis: Siliter carnibꝫ canũ iuuenũ bñ pin
guiũ et caſtratoꝝ vtunť qđ tollerabile ẽ tꝑe neceſſitatis. Et ſilr intelli
giť de carnibꝫ lupoꝝ. ¶ Deteriores aũt his carnes azinoꝝ equoꝝ ⁊ ca
meloꝝ ⁊ leonñ carnes. Et qꝛ oĩno ꝑdicte carnes diſtãt a cõplexiõe ho
mis nõ approbo eaꝝ vſũ niſi ĩ magna nc̃citate. Carnes aũt cuniculoꝝ
poſt carnes apri ⁊ porci ſiluestris et capzioli ſunt ꝯueniẽtiores in regi
mĩe ſanitatis. Et ẽ diligẽter notandũ ꝙ carnes declinãtes ad ſiccita
tatẽ nõ debẽt aſſari ⁊ elixari. Et declinãtes ad hũiditatẽ dñt aſſari vt
eaꝝ hũiditas tꝑeť. Et iõ carnes cuniculoꝝ:lepoꝝ:ceruoꝝ:⁊ vituloꝝ
et caprioloꝝ debẽt elixari et carnes porcoꝝ et caſtratoꝝ arietũ aſſari
elixatio enĩ obtꝑat ſiccitatẽ et aſſatio hũiditatẽ. Et ex hoc patet ꝙ in
tempibus et cõplexionibꝫ hũidis magis cõpetunt carnes declinãtes
ad ſiccitatẽ et aſſate. In tempibꝫ autẽ ſiccisꝰ ⁊ cõplexione ⁊ etate ſiccisꝰ
magis ꝯueniũt carnes declinantes ad hũiditatẽ. Inter carnes ꝑdi-
ctas laudabiles q̃dã ſũt faciliores digeſtiõis vt caprioloꝝ et cuniculo
rũ iuuenum. Et quedã difficiliores digeſtiõis puta porcorũ ⁊ caſtra
torũ arietũ aliqualiter antiquoꝝ et thaurorũ iuuenũ. Et quedã ſunt
mediocris digeſtionis: vt carnes vitulorũ vniꝰ anni: et agni caſtrati
et iuuenum leporũ ¶ Amplius carniũ ꝑdictarũ laudabiliũ q̃daꝫ hu-
morem groſſiorem et viſcoſiorẽ generant vt carnes porcine: vel groſ-
ſiorẽ ſine viſcoſitate vt ceruine ⁊ bouine iuuenes. Et quedam gene-
rant ſubtiliorem ſine viſcoſitate: vt carnes cuniculorũ et capziolorũ
Et quedã ſubtiliorẽ cum aliquali viſcoſitate vt carnes agnorũ iuue-
nũ. Carniũ etiã ꝑdictarũ laudabiliũ: quedã plꝰ nutriũt ⁊ quedã mi-
nus: et alie mediocriter. Exemplũ primi porcus: exemplũ ſecũdi cuni
culus: exemplũ tercij caſtratꝰ aries. ¶ Amplius carniũ ꝑdictarũ lau
dabilium ꝯuenit diuerſitatẽ mẽbrorũ ꝯſiderare. Et primo quidẽ di-
uerſitatẽ membrorũ q̃ attendiť ſm intra et extra ⁊ ſcđm ante et retro
et ſcđm dextrũ ⁊ ſiniſtrũ. Quo ad primũ ſciendũ ꝙ cõiter ⁊ regulari-
ter mẽbra exteriora ſunt magis laudabilia in ſanitatis regimĩe ꝙꝫ in-
teriora. Membra enĩ interiora: puta cerebrũ: cor: pulmo: ſtomachꝰ.
epar: ſplen: et teſticuli: renes et inteſtina nõ ſunt laudabilis nutrimẽ
ti vel ſimplr vel nõ ſicut exteriora. Sunt enĩ difficilis digeſtionis ⁊
generatiua groſſi humoris. Unde de cerebro eſt ſciẽdum ꝙ ẽ ſtoma-
cho malũ nauſeatiuũ et fleumaticũ ⁊ groſſi humoris generatiuum.
Uñ ſi bene digerať alimentũ dat corpi notabile ſed nullo mõ comedi.
debet poſt alios cibos. Bonũ autẽ ẽ ꝙ cũ origano vel calamẽto vl cũ
aliquibus obtemꝑantibꝫ eius humiditatẽ, viſcoſitatẽ et frigiditateꝫ

in qb⁹ ſit virtus inciſiua et calefactiu apparet. Et ſicut ē dictū ꝺ cerebro
ita intelligendū eſt: de omnib⁹ medullis ⁊ nucha. Et ꝯueniens ē ꝙ ſi
comedant̃ ꝙ primitus aſſent̃ ſupꝛ carbones vt earū viſcoſitates ⁊ hu
miditates obtempent̃. Notādū ꝙ comeſtio cerebellorum ⁊ ſpēaliter
capriolorum cōueniēs eſt cōtra venena ⁊ cōtra morſum venenoſarū
aīaliū. De corde ſciēdū ē ꝙ difficilis eſt digeſtiōis et tarde ꝑtranſi-
ens. Si aūt bene digerat̃ alimentū nō paucū dat corꝑi nec mali chi
mi ⁊ ſpēaliter cor eduli. Sciendū autē ꝙ cor cerui virtutē habet ty-
riacalē. ¶ De pulmone aūt ſciendū ꝙ ē facilioris digeſtiōis ceteris in
terioribus qꝺ declarat eius raritas ⁊ mollicies: ſed alimētū dat fleu
maticum ⁊ paucum: et puto ꝙ nō multū malum et ſpecialiter pulmo
eduli. ¶ Stomach⁹ autē ⁊ guttur et inteſtina ⁊ matrix ſunt difficilis
digeſtiōis ⁊ tarde: ⁊ non ſunt generantes bonū ſanguinē ¶ Splenis
autē caro eſt peſſima ⁊ eius caro eſt cathochimica et eſt mali ſangui-
nis generatiua ⁊ ſaporis indelectabilis. ¶ Epar ē dure digeſtiōis ſed
multū nutrit ⁊ gñat ſanguinē ꝯuenientem ſuppoſito ꝙ nutrimentū
ſit ex ficub⁹ ⁊ paſſulis multis. ¶ Teſticula autē ſunt indigeſtibiles et
cachochimi ſed ſi bene digerant̃ bñ nutriunt. Meliores autē ſūt por
corū teſticuli. Inquantū eñ porcorū caro ea ꝗ aliorū ē melior intan
tū etiā teſticuli. Et hic ē diligēter notādum: ꝙ teſticuli aīaliū ꝑuecto
rū in qbus eſt iam fermentatū ſemē ⁊ generatū nō ſunt boni nutrimē
ti. Hñt eñ aliquid fetens inſinuās naturā ſpermatis: ſicut renuncu
li: habent aliquid fetens inſinuans naturā vrine in eis generate ⁊ cō
ſeruate. Unde ⁊ ꝓpter hanc cauſam renūculi nō generāt ſanguinē ſim
pliciter bonum: ſed teſticuli aīalium iuuenum adhuc coire nō poten-
tiū in quib⁹ adhuc nō ē ſperma fermētatū ſunt ſatis laudabilis nutri
menti ſi bñ digerant̃. Quo ad mēbra exteriora ſciendū ꝙ ceteris pari
bus anteriora ſūt meliora poſteriorib⁹ q꞉ magis a ſuꝑfluitatib⁹ depu
rata ⁊ forti calori ꝓpinquiora ⁊ magis mobilia ⁊ cōiter min⁹ pīguia.
Et ſilr̃ dextera ꝑs ē melior ſiniſtra ⁊ vlr̃ ꝑtes carnee meliores ſunt nō
carneis. Partes eñ ꝓuate carnib⁹ ſūt ſicut pedes: roſtrū: ⁊ aures. Et
inter has ꝑtes pedes ſunt laudabiliores ⁊ deinde aures: ⁊ omēs iſte
ſunt difficilis digeſtionis et pauci nutrimēti. Laudabiliores autē
ſunt pedes porcorū iuuenum. Decoquant̃ autē ⁊ elixent̃ in aqua ⁊ p⁹
comedant̃ cū aceto vel ſinapio. Et interdū decoquunt̃ cū olerib⁹: ⁊ in
terdū cū ordeo ⁊ efficiūt̃ digeſtibiliores ⁊ ptiſana efficit̃ laudabilior ⁊
magis ſubductiua ventris. Pedes autē porci ⁊ extremitates eduli la
ctantis colericis ōferūt ⁊ ſpecialiter ſi ī tꝑe calido: maxie ꝯdiant̃ ī ſul
ſo. De ꝑtibus autē carneis ſciendum: ꝙ caro eſt duplex vna eſt glādu
loſa ſicut mamillarū ⁊ teſticulorū inguium aſſellarum faucium ⁊ lin
gue ⁊ ſimiliū. Omnib⁹ autē carnibus laxis ⁊ glāduloſis cōmune ē de
lectabiles apꝑere ſcdm̄ eſum. Quod autē ex ipis alimentū bñ qdē di-
geſtū eſt: bonū humorē generat qꝺ autē min⁹ bñ digeſtum eſt humo-

rē fleumaticū aut crudū gn̄at. Ex ꝑtibꝫ quidē hūidis fleumaticus ex
duris autē crudꝰ. Alimētum autē vberū qn̄ habet lac inſinuat aliqđ
dulcedinis et ꝓpter hoc delectabile ē ipis leccatoribꝫ. Qđ autē de teſti
culis ē dicēdum dictū ē ſupius. Nutrimentū autē lingue medium ē
inter nutrimentū carnis firme nō ſpongioſe ⁊ nutrimētū carnis ſpō
gioſe. Nō em̄ ē adeo laudabilis nutrimēti ſicut caro firma nō ſpōgio
ſa nec adeo mala ſicut ſpōgioſa. Lingua vero vituli vel cerui ē lauda
bilior ſicͭ teſticuli porcorū iuuenuꝫ ſunt laudabiliores. Et adhuc ſūt
meliores teſticuli gallorū ſaginatoruꝫ ⁊ pulmo edui alijs pulmōibꝰ
laudabilior et par eduli ē alijs laudabiliꝰ. Et ſtomachꝰ galloꝝ ⁊ cere
brū cuniculorū et cor ceruorū ē laudabiliꝰ alijs. Carniū autē nō ſpō
gioſarū nec glādulosarū ē melior q̄ cordi ꝓpinq̄or: cuiuſmodi ē caro
coſtarum et q̄ eſt iuxta oſſa et q̄ ē in ꝑte anteriori ⁊ in ꝑte dextra: ⁊ q̄ eſt
pinguis pinguedine moderata. Carnes autē maxīe diſtātes a corde
et in ꝑte ſiniſtra et ſine oſſibꝰ ſunt minꝰ bone ſicut carnis natis ſini-
ſtre. Eligāt̄ igit̄ carnes ī qbꝰ ſūt oſſa: pingues: ꝓpinq̄ cordi: āteriores
et dextre. ¶ Eſt hic diligēter notādū q cuniculꝰ hꝫ ꝑtes poſteriores ſa
tis bonas eo q illas ꝑtes ſp̄ eleuat ſup ꝑtes anteriores: ⁊ ſic ꝑ accn̄s
ꝑs poſterior ē magis depurata a ſupfluitatibꝫ vt quidā dicunt et cuꝫ
hoc ille ꝑtes ſunt magis pingues in cuniculis ſꝫ in hoc ē materia cōſi
derandi. ¶ Nūc reſtat dicere de volatilibus. Volatilia q̄ cōiter ſunt in
vſu ſunt hec gallus: gallina: capones: ⁊ anſeres: anates domeſtice: ꝑ-
dices: faſiani: pauones: grues: malardi: ⁊ ſilr̄es aues ſilueſtres degen-
tes in aquis vt anates. Et etiā turtures: colūbe iuuenes: ſturnelli: a-
laude: pluuerij paſſeres: ⁊ reliq̄ue aues minute q̄ capiunt̄ in bladis vt
turdi meruli. Volatilium autem q̄ enūerata ſunt: q̄dam ſunt lauda-
bilis nutrimenti quedā illaudabilis. Et q̄dam ſunt facilis digeſtio-
nis ⁊ q̄dam difficilis. Et quedā ſūt tempate cōplexiōis ⁊ q̄dā diſtpa-
te. Laudabilis nutrimēti ſunt galline ⁊ earū pulli capones iuuenes
et antiqui bn̄ pingues ⁊ ꝑdices iuuenes ⁊ allaude ⁊ turtures ⁊ pulue
rij coturnices et aues pue q̄ capiunt̄ in bladis. Alia autē volatilia ab
iſtis ſunt illaudabilis nutrimēti difficilis digeſtiōis ⁊ ineq̄lis ꝯple-
xionis: puta carnes: anſerū: anatū: ⁊ pauonū: et malardorum. Et vlr̄
carnes auium habentiū collum longuꝫ et roſtrum lōgum degentiuꝫ
in aquis oēs ſunt illaudabilis nutrimēti et difficilis digeſtiōis et ge
nerāt humorē melācolicum. Siliter ſturnelli meruli et turdi ſūt gra
ues ad digerenduꝫ et groſſe nature. Paſſerū autē carnes ſunt calidiſ
me et a tꝑamento longiſſime et multum excitātes coitum. Vn̄ non
multū ꝯueniunt in regimie ſanitatis. Inter carnes volatiliū lauda-
biliū: in regimie ſanitatis quedā ſunt tꝑatiores et tꝑamento ꝓpinquo
res. Alie ſunt minꝰ tꝑamento ꝓpinque. Tempatiores quedā ſunt ga
line iuuenes et gallinarum pulli et iuuenes pingues capones que tn̄

ad aliqualē caliditatē et humiditatē declinãt. Sil'r et ꝑdices iuue
nes et coturnices. Perdices tñ declinant ad aliqualē frigiditatem ⁊
ſiccitatē: et ſũt ſicut galline deſerte et habēt ꝓrietatē cõſtrigēdi vētrē
aſſe et elixe. Coturnices autē ſunt ſatꝫ tꝑate. Dicũt quidam ꝙ ex co=
meſtione coturnicis fit ſpaſmꝰ et terbanus ſed aliquãtulũ declinant
ad caliditatē et ſunt ſubtiles ſubſtãtie generãtes bonos humores et
multũ cõpetunt ſanis et cõualeſcentibꝰ. Reliqua autē volatilia ſupe
rius enumerata plus diſtãt a tꝑamēto: puta carnes columbarũ iuue
nũ et turturum iuuenũ. Nã harum antiquarũ carnes ſunt euitande
ꝓpter earum nimiã caliditatē et ſiccitatē et digeſtionis difficultatem
Antiqua autē columba mirabilē habet ꝓrietatē in epilēticis et pali
ticis: et turtures in acuendo ingeniũ. Horũ tñ pulli ſunt cõuenien
tiores corpibus ſanis ſed declinant ad ſiccitatem et caliditatem. Vñ
euitari debent in regionibꝰ calidis cõplexione etate et tꝑibus calidiſ
Aues parue q̃ capiunt̄ in bladis et alaude declinãt ad ſiccitateꝫ et cali
ditatem ſed nõ tm̄ vt turtures et columbe. Et ē diligenter notandum
ꝙ genus volatiliũ oĩm eſt pauci nutrimenti ſi cõꝑent̄ generi peditãti
tium et maxime porcorũ quorum carnes nullũ aliud nutrimentũ ex
cedit in bonitate. Sed volatiliũ caro ē digeſtibilior et maxime ꝑdi
cum et gallinarũ gallorum iuuenũ et columbarũ et alaudarũ et aui
um ꝑuarumque capiunt̄ in bladis. De interioribꝫ volatiliuꝫ reſpectu
mēbrorum exteriorum ꝓportionabiliter dicēdum eſt ſicut in peditan
bus dictum eſt. De inteſtinis volatilium ſil'iter eſt ſciendum: ꝙ ſunt
ſimpliciter in eſibilia: quarum tñ auium ventres eſibiles et delectabi
les ſunt valde ſicut ventres anſerum impinguatorũ gallorũ et galli=
narum quorum alimentũ infuſum fuerit ĩ lacte. Sicut autē corũ vē
tres ſic et epata nõ ſolum ad eſum delectabilia ſũt ſꝫ maxīe nutritiua
Teſticuli gallorũ iuuenum etiã ſunt boni nutrimenti et multi ⁊ faci
lis digeſtionis. Cerebella volatilium laudabiliora ſunt cerebellis q̃
drupedum quãto ſicciora eis. Ipõrũ autē volatilium que ſunt mon
tana cerebra ſunt aquaticorũ cerebris meliora ꝓportionabiliter aliȷ̄s
partibus. Criſtas et barbas gallorum nõ collaudauit aliquis nec vi
tuperauit. De partibus autē exterioribus volatilium ꝓportionabil'r
eſt dicēdum ſicut in peditantibus dictum eſt. Partes eñ anteriores
ſunt meliores poſteriorbus et dextera quã ſiniſtra et pinguis medio
criter quã pinguedine denudata et ꝓpinqua cordi q̃ꝫ remota et oſſuo
ſa parum q̃ꝫ oſſibus denudata. Unde ſciendum ꝙ ale volatiliũ et ſpe
cialiter iuuenũ pinguium ydonee ſunt ad digeſtionē et nutritionem
et ſil'r gallinarum ⁊ gallorum pinguium ⁊ iuuenuꝫ ſil'r et caponũ Op
time quidē ſunt ille ale que ſunt nutritorum bñ et iuuenũ: peſſime ꝟo
que macillentoruꝫ et ꝓuectorũ. Et eſt diligēter notãdũ ꝙ volutati=
lia q̃ ſũt dure carnis vt pauo et anſer et antiquꝰ capo et anas et grus

indigent multa mora p⁹ eorũ occiſionẽ antequã decoquant̃ ⁊ comeſ‐
dant̃ ⁊ oppoſitũ eſt de volatilib⁹ mollis carnis et faciles digeſtionis.
Nõ eñ indigẽt multa mora p⁹ eorũ occiſionẽ añquã decoquant̃. Et
quãto carnes volatiliũ ſunt groſſiores et min⁹ putrefactibiles tanto
indigẽt maiori mora vt carnes eorũ moleſtãt ⁊ fiãt magis apte ad de
coctionẽ ⁊ digeſtionẽ ⁊ eorũ aromaticitas reducat de potẽtia ad actũ
et lõga mora. Et pauones maxĩe indigent lõga mora inter volatilia
oĩa et deinde agrones ⁊ grues: ⁊ deinde capones antiq: deinde galli
ne et galli iuuenes. Cetera autẽ volatilia pauca vel nulla mora indi‐
gent. Bonũ igit̃ ẽ q̄ pauo cõſuet̃ p̄ tres dies vl̄ p̄ duos et capo iuue‐
nis vel galline iuuenes p̄. xij. horas ad min⁹ et capo antiqu⁹ p̄. xxiiij.
et grues et agrones p̄ duos dies vel diẽ cũ dimidio ¶ Ampli⁹ diligẽ‐
ter ẽ notandũ q̄ mod⁹ decoctiõis multũ eſt cõſiderandũ in carnibus
peditãtiũ ⁊ volatiliũ. Nã q̄ decoquũt̃ ĩ aq̄ dulci dãt corpi hũidi⁹ ali‐
mentũ et facili⁹ digerunt̃. Aſſata autẽ et frixa ſicciora ſunt ⁊ tale dãt
corpibus nutrimentum: ſilr̃ domeſtica ceteris parib⁹ dãt alijs hu‐
midi⁹ nutrimẽtũ ⁊ faciliores digeſtiõis et pluriũ ſupfluitatũ q̄ȝ ſilue
ſtria. Et habitãtia in mõtanis et ĩ locis ſiccis dãt corpi ſicci⁹ alimẽtũ
et miorũ ſupfluitatũ ⁊ magis mundũ et min⁹ reſolubile ⁊ difficilius
cõuertibile q̄ȝ habitãtia ĩ locis aquoſis et hũidis. Et dȝ hec cõpatio
fieri ĩ eadẽ ſpẽ et ceteris parib⁹ ex pte etat̃ habitudis ⁊ ſiliũ. Et qꝛ li‐
matie videnť hr̃e cõuenientiã cũ carnib⁹ peditantiũ et q̄dã ex eis q̄ti
die comedunt breuiter hic de eis ẽ trãſeundũ inquãtũ hñt alimti vir
tutẽ. Sciendũ igit̃ q̄ carnẽ hñt durã et pter h̄ indigeſtibilẽ, ſi tñ di‐
gerat̃ maximi nutrimẽti exiſtit. Et qꝛ aqua decoctiõis earũ ẽ ventris
ſubductiua pter hoc aliq̄ cõdiẽtes h̄ brodiũ cuȝ oleo ſale ⁊ vino vtũ
tur brodio ad ſeceſſuȝ eorũ q̄ ſm ventrẽ. Si autẽ velis ſolo nutrimẽ‐
to eis vti carnẽ hui⁹ aĩalis decoctã in aqua trãſpone in aliã aquã de‐
inde iterũ illud decoques et ſic ſc̄do et tertio decoques q̄ tenera fiat
caro p̄parata eñ ſic reſtringit ventrẽ et alimentũ ſufficiens corpibus
exhibet intãtũ etiã q̄ multũ cõpetit volẽtib⁹ ĩpinguari. Multas bo
nas alias habet pprietates quas memi me ſcripſiſſe in cõſilio p̄ me or
dinato ad emoptoycam paſſionẽ: in quo etiã loco ſufficienti⁹ electio
nẽ reqre limatiarũ et modũ p̄parationis et iuuamenti eorum

¶ Ca. xvIII. de piſcibus

Conſequẽter determiãdũ eſt de piſcib⁹. Sciẽdũ igit̃ q̄ piſces
reſpectu carniũ ceteris paribus minoris ſunt nutrimẽti et fa
cilioris digeſtiõis: ⁊ nutrimentũ eorũ ẽ magis ſupfluũ et fleu
maticũ et frigidũ et hũidũ et min⁹ mãſiuũ. Et quidã dicũt q̄ ſũt ad di
gerendũ duri: et longi faciunt morã in ſtomacho et ſitim gñant: et ſi

ſint ad digerendū duri et longā morā faciunt in ſtomacho hoc ē rōne frigiditatis et viſcoſitatis:et quia in corū digeſtione laborat ſtoma=chus et interdū corrūpunt̄ in ſtomacho et qualitatē quandā ſuſcipiunt putredinalē ꝛſitim generāt. Et vt ſit ad vnū dicere carniū laudabiliū nutrimentū meliꝰ nutrimento piſcium. Et eſt ſciendū ꝙ piſces marini ſunt meliores piſcibꝰ aq̄ dulcis ceteris paribꝰ. Eorū em̄ nutrimentū minꝰ ē ſuꝑfluicū et fleumaticū et nature carnium magis ꝓpinquum:ſed q̄a ceteris paribꝰ piſces marini ſunt durioris carnis piſcibus aque dulcis idō ſunt difficilioris digeſtionis et reſolutionis ꝛpluris nutrimēti et purioris. Vn̄ iudicio meo meliores ſunt in regimine ſanitatis q̄ꝫ piſces aque dulcis. Et ē diligēter notandū ꝙ in piſcibus tā marinis q̄ꝫ aque dulcis eligēdi ſūt quorū caro nō ē viſcoſa ſed frangibilis:non multū groſſa ſed ſubtilis:non grauis odoris ſed ſuauis: nec cite putrefactionis ſed ſufficienter durationis:nō mali coloris:ſꝫ albi et quorū habitatio nō eſt in lacubus ſtagnis:nec ī locis ſordidis nec in aquis habentibus multas herbas: qui etiam non ſint macri nec valde iuuenes nec valde magni. Et qui ſunt velocis motꝰ et pauce viſcoſitatis. Et ſi ſint piſces marini qui capti fuerint in fluminibꝰ multum diſtantibꝰ a mari:tales vtiqꝫ piſces primis cōditiōibus ſuppoſitis ꝑ ceteris erunt eligendi. ¶ Amplius ſuppoſitis ꝑdictis cōditionibꝰ quāto ſquamoſiores tanto meliores. Et ſil'r intelligat̄ de ſpinis. Hec em̄ ſignificāt puritatē ſubē piſcis. Inter piſces marinos capti et nutriti in mari ꝓfundiori et magis agitato et ad qd̄ ē curſus pluriū fluuiorū puriores ſunt ꝛ meliores. Et ex hoc cōcludit̄ ꝙ piſces capti et nutriti in mari mortuo non ſunt ita laudabiles ſicut q̄ capti ſunt in alio mari. Et ſil'r capti in mari meridionali nō ſunt adeo ſani ſicut in ſeptētrionali quod magis eſt agitatū. Eſt em̄ magis tempe=ſtuoſum et velocioris fluxus et refluxus. Et ſil'r intelligit̄ de piſci=bus aque dulcis. Nā ceteris paribꝰ quāto aqua eſt ꝓfundior ꝛ mobilior tanto piſcis in ea nutritꝰ eſt melior. Ex his igit̄ elici pōt ſufficiēter qui piſces ſunt vitupabiles et qui laudabiles de piſcibꝰ q̄ ſunt in vſu In his partibus gallicanis. Et primo dicemus de piſcibus mariniſ deinde de piſcibus aque dulcis. Dicamꝰ igitur ꝙ beſtiales ſicut por=cus marinus canis marinus delphin et morua non multum competunt in ſanitatis regimine. Sunt enim difficilis digeſtionis et groſſi humoris et multe ſuperfluitatis. Nec in carnibus predictorum piſcium apparent conditiones ſuperius enumerate:puta albedo ſubtilitas frāgibilitas ꝛ q̄ꝫtitatis mediocritas:motꝰ velocitas et odoris ſuauitas. Et ſi hos piſces et cōſil'es comedi contingat non ſtatim ſūt comedendi aut coquendi poſtq̄ꝫ capti ſunt ſed obſeruādi ſūt ꝑ aliq̄s dies q̄uſqꝫ eorū carnes moleſtant et tremeſcāt ſine ſubē corruptione

¶ Ampliꝰ ꝑdicte piſces meliores ſūt ſemiſalſi quā recētes. Piſces āt

ꝑfecte ſalſi nõ cõpetũt in ſanitatis regimine ſicut nec carnes. Nã ma-
le nutriũt ⁊ parũ et tarde. Et de alijs piſcib⁹ marinis ſciendũ ꝙ ꝯſide
ratis ꝯditiõib⁹ ſupradictis laudabilib⁹ mihi appet ꝙ roget⁹ ⁊ gor-
natus inter piſces marinos ſũt laudabiliores: nã eorũ caro ē alba ſa-
tis ſubtilis et frangibilis boni ſaporis ⁊ odoris delectabilis ⁊ eorũ
ſuba appet puriſſima. Et p⁹ hoc plagitia ⁊ ſola: ſed horũ caro ē magis
viſcoſa et min⁹ frãgibilis ⁊ min⁹ alba ⁊ magis groſſa et min⁹ ſubtilis
nec horũ ſapor aut odor ē ita delectabil'. Et forte piſcis merlẽgus eſt
laudabilior p⁹ rogetũ. Non eñ ē tante groſſiciei ⁊ viſcoſitatis ſicut
plagitia et ſola ⁊ ei⁹ ſuba ē ſatis frãgibilis ſ; ꝯſideratis ſapore ⁊ odo-
re cũ colore ⁊ ſubē puritate ⁊ mobilitate deficit in bonitate a rogeto ⁊
gornato: et ſilr̃ intelligat̃ de allece. Et morua iuuenis ſatis appin-
quat p̄dictis in bonitate ꝯſideratis p̄dictis ꝯditiõib⁹ ē tñ groſſior et
viſcoſior p̄dictis piſcibus. Salmones autē ⁊ turboti ⁊ maquerelli ⁊
cõgri multũ deficiũt a bonitate rogetoꝝ. Sunt eñ multũ groſſiores
et viſcoſiores et magis ſũt ſupfluitate pleni. Vñ nõ cõpetũt niſi exer-
citantib⁹ fortib⁹ iuuenib⁹ robuſtis cũ qbuſdã ſalſis eorũ groſſiciei vi-
ſcoſitati et frigiditati repugnantib⁹. Rogia ē ꝓpinquior p̄dictis ime-
diate in bonitate ⁊ malitia. Sepia autē ceteris enũeratis ē deterior
ſicut facile ē videre ꝯſideratis cõditiõib⁹ ſupius enũeratis. Oẽs aũt
piſces ſupius enũerati meliores ſunt frixi vel aſſati q̃ elixiati. Et elixi-
ati in vino cũ qbuſcũq; ſemib⁹ vel herbis eorũ viſcoſitati et frigidita-
ti repugnantibus q̃ in ſimplici aqua cocti. Cutis autem piſciũ ſpe-
cialiter frixorum in multo oleo ſimpliciter eſt euitanda. Et vniuerſa-
liter eorũ interiora euitãda ſunt q̃uis quorundã piſciũ epata ſilr̃
et capita ſunt guſtui multũ delectabilia: ſicut patet de epate morue ⁊
capite eius: et de oculis quorundã aliorum ſicut meli⁹ me nouerunt
leccatores. Preter autē hos piſces marinos ſunt quidã alij de genere
oſtracordermacũ qui ſunt in vſu. Nos autē ſolũ facimus mentionē
de oſtreis ⁊ molis quibus ſolis gallici vti cõſueuerunt. Aqua decocti-
onis earum quandam habet viſcoſitatē: ratiõe cui⁹ ventrē laxat: ſed
p̄dictorum caro ꝑfecte cocta et in pluribus aquis ꝑ decoctionē depu-
rata inter alios piſces ſufficienter nutrit ſicut de limacijs dictũ eſt: et
ventrem ſtringit et inter alios piſces pl⁹ ſtomachũ cõfortat et mino-
ri frigiditati ꝑticipat. Humor tñ a talib⁹ generat⁹ ſicut ⁊ ceterorũ pi-
ſciũ eſt crud⁹ vel fleumatic⁹: crudus quidē oſtracodermacũ habenti-
um carnem durã: et flenmaticus oſtracodermacũ habentium carnē
minus durã cuiuſmodi ſunt et oſtree ⁊ mole q̃ ſunt in vſu. Hũor igit̃
ab eis gñat⁹ fleumatic⁹ eſt ſ; min⁹ q̃ ceterorũ piſciũ. De piſcib⁹ aque
dulcis q̃ apd̕ nos ſũt in vſu dicam⁹ ꝙ ꝯſideratis ꝯditiõib⁹ ſupi⁹ enũera-
tis: puta coloris albedine: frãgibilitate ⁊ ſubtilitate ſubſtãtie ⁊ ſapo-
re et odoris ſuauitate: et mediocri q̃titate et cõpetēti ſquamoſitate ⁊

veloci motu ⁊ aqua in qua repiti ꝯſueuerũt bonitate meliores ſũt pi
ſces q̄ capiunt in aqua petroſa currente verſus ſeptemtrionē ꝓfunda
multe agitatiōis ad quā non cōfluũt ſordicies ciuitatũ in qua etiã
nō ſunt herbe male. Et mihi apparet ꝙ parca ⁊ lucius mediocris ob/
tinent primũ gradũ ſuppoſito ꝙ ſint pingues. Et deinde vendoſie et
deinde lopia: et quãuis carpa ſit ſquamoſior p̄dictis: tamē nō habet
carnē adeo album nec frangibilē nec ſubtilem ſicut lucius ⁊ ꝑca et ſepi
us reperitur in ſtagnis. Anguilla autē dato ꝙ ſit laudabilis guſtui tñ
conſideratis cōditiōibꝫ p̄dictis deficit a p̄dictis piſcibꝫ ⁊ multũ. Sꝫ
lamprede ꝑue ſunt laudabiliores anguillis ⁊ minus ꝑiculoſe. Non
enĩ ſunt tante viſcoſitatis nec groſſiciei ſicut patet ad ſenſũ. Et ſicut
dicimus de anguilla inter piſces aque dulcis: ſic intelligimus de lam
preda. Unde ſalua reuerentia vtentiũ: iſte piſcis eſt valde ꝑiculoſus
quãuis ſit ori ſaporoſus. Horũ enĩ piſciũ in aqua ſimilis eſt genera/
tio generationi ſerpentum in terra. Unde multũ dubitandum eſt ꝙ
non ſint venenoſi. Unde eorum capita ⁊ caude in quibus venenum
conſueuit eſſe ⁊ ſimiliter interior ſpina nullo modo ſunt edenda. Bo
num eſt etiam ꝓpter coꝝ viſcoſitatem ꝙ ſubmergant in vino optimo
viue ⁊ dimittant ibidem quouſqꝫ mortue ſint ⁊ deinde preparentur
cum galentina optimarũ ſpecierũ ſm ꝙ coci magnorum dominorũ
conſueuerunt facere. Laudo tamē ꝙ ꝑbullient primo duabus ebulli
tionibus in vino ⁊ aqua: ⁊ illa abiecta decoquantur ad ꝑfectionē ⁊ fi
at galentina vel paſtillatura vel aſſatura et cum ſalſamento appriato
comedantur. Comodoſius eſt tamē manerië huiuſmodi piſcium di/
mittere. Jam enĩ multi ex eorum vſu ſunt periclitati. Unde conſide
ratis cōditionibus ſupradictis inter omnes piſces peſſimi ſunt ⁊ mi
nime comedendi. De cancris autē fluuialibus ⁊ marinis quaſi eadẽ
ratio eſt ſicut de oſtreis et molis niſi ꝙ difficilioris digeſtiōis ſunt et
pluris nutrimenti ſunt et nō facile ĩ ſtomacho corrumpunt ſicut mul
ti alioꝝ piſcium ⁊ habent quandã viſcoſitatē ratiōe cuius laxant ven
trem niſi decoquant in pluribus aquis ⁊ ſic aqua decoctionis eoꝝ fit
maxime laxatiua. Et eorũ ſubſtantia ventrē conſtringit et ſufficiēter
nutrit. Et ē eius ſatis laudabile nutrimentũ inter piſces. Eſt etiã dili/
gēter notãdũ ꝙ piſces corpus humectãt et lac ⁊ ſꝑma mltiplicãt: ⁊ mul
tũ cōpetunt colericis: ⁊ loquor de recentibus piſcibus. Non ſunt co=
medendi piſces poſt forte exercitium vel poſt fortē laborem quia tũc
de facili corrumpunt. ¶ Amplius habentes ſtomachum debilem vel
malis humoribus plenũ non gaudeant in eſu piſcium. ¶ Amplius ſciē
dum ꝙ piſces groſſi ⁊ viſcoſi ſemiſalſi meliores ſunt recentes. Et ſa/
liti multi tempꝰis non ſunt boni. ¶ Amplius piſces ⁊ carnes nō ſunt
ſimul edenda: nec piſces ⁊ lacticinia. Nec piſces comedendi ſunt poſt
alios cibos. ¶ Amplius piſces laudabiles parũ ſaliti et in pauca q̄n=

titate ſumpti reuocāt appetitū ꝛ ipm corroborant ſpecialiter ſi qs ha
buerit appetitum ad eos

¶Ca.xix.de aīalium ſuꝑfluitatibus.

Onſequēter dicam⁹ de aīaliū ſuꝑfluitatibꝫ que ſunt ī vſu: pu
ta de lacte ouis ꝛ ſanguīe. Primo ḡ dicam⁹ de ſanguīe. Sciē
dū igit̄ ꝙ oīs ſanguis ē difficil' ad dirigēdū ꝛ marie q̄ ē groſſ⁹
et melācolic⁹ cuiuſmodi ē ſanguis bouī. Sanguis aūt leporis ē aliis
delectabilior. Et ī mlt̄is ē ī ꝯſuetudīe ipm coq̄re cū epate, ꝛ cū q̄buſdā
aliis viſceribꝫ. Quidā etiā vtunt̄ ſanguine porcoꝝ iuuenū ꝛ magno-
rū caſtratoꝝ: ſꝫ ſanguis porcoꝝ nō caſtratoꝝ ē īdelectabilis ꝛ diffi-
cilis digeſtiōis. Sanguinē aūt capreoloꝝ iuuenū quidā dicunt eſſe
delectabilē. ¶Amplius quidā dicunt ꝙ bon⁹ eſt ſanguis gallinaꝝ et
colūbarū impinguatoꝝ: et tn̄ eſt deterior q̄ꝫ porcoꝝ nō caſtratoꝝ nec
ad delectatiōnē nec ad digeſtionē valet. Multū tn̄ deficit a ſanguīe
lepoꝝ: ſed qꝛ oīs ſanguis eſt indigeſtibilis ꝛ ſuꝑfluitus ſ̄m quēcunq̄
modū quis ipm ꝑparauerit nō ē vtendū eo in ſanitatis regimine ni-
ſi in caſu neceſſitatis

¶De Lacte

De lacte ſciendū ꝙ lac eſt boni nutrimēti facilis digeſtiōis ꝛ ſa
tis nutrit. Eſt aūt eligendū lac mediocre ꝛ nō ſubtiliſſimū cu
iuſmodi eſt lac cameli: nec groſſimū et pinguiſſimū cuiuſmo-
di ē lac vaccaꝝ ꝛ pecudū. Eligēdū igit̄ ē lac capre: nō em̄ habet tm̄ a-
quoſitatis ſicut lac cameli qḋ nō ē aptū ad nutriendū rōe nimie hūi
ditatis: nec habet tm̄ pinguedinis ꝛ groſſiciei ſeu caſeitatis ꝛ butiro-
ſitatis ſicut vaccarū: ꝛ pecudū. Et cū cōponētia lac ſunt magis cōmē
ſurata in lacte ꝛ min⁹ excedētia ꝛ exceſſa magis eſt cōueniēs in ſanita
tis regimīe. Lac em̄ hūidiſſimū vētris ē ſubductiuū. Et lac groſſiſſi-
mū et pinguiſſimū eſt venarū opilatiuū ꝛ ventoſitatū generatiuū et
difficilioris digeſtiōis q̄ꝫ ſit neceſſariū in regimīe ſanitatis. Eligatur
igit̄ lac capre nō nimis ꝓpinque ꝑtui nec nimis diſtātis a ꝑtu non pre
gnantis: nutrite in bonis paſcuis ꝛ in tempe quo reꝑiunt̄ meliora pa
ſcua in q̄ aīalia ſūt pinguiora Et qꝛ lac ē facil' digeſtiōis ꝛ corruptiōis
nō eſt comedēdū cū aliis cibis ꝛ ſpēaliter cū piſcibꝫ. Sil'r comedēdū
eſt cū trahit̄ ab vbere: ſi em̄ remanet ꝑ tp̄s notabile corrūpit̄ a cōtinē-
te. Bonū eſt etiā ꝙ admiſceat̄ aliquantulū mellis vel zuccari vt ip̄i⁹
corruptio in ſtomacho impediat̄ ꝛ ventoſitatū in lateribꝫ generatio ꝛ
dentiū ꝛ gingiuaꝝ leſio ꝛ capitis grauedo. Uſus em̄ lactis capit' do
lorē inducit ꝛ gingiuas laxas efficit ꝛ dentes putrefactibiles ꝛ corro-
ſos cauſat. Uñ bonū ē p⁹ aſſumptionē lactis trāſglutire aquā mellis
et ſil'r gargariſare ꝛ ex eo os ꝛ dentes lauare ꝛ ſc̄do p⁹ aquā mellis vti
eodē mō vino pōtico ꝛ ſpēaliter ꝓpter gingiuas ꝛ dentes. Et ſi dubi-

tarem⁹ capiti dolorē nullo mō poſt lac bibat vinū niſi valde aquati-
cum. Qui aūt magis grauant et vſu lactis ſunt habentes capita de-
bilia et venas epatis ſtrictas ⁊ ſtomachū debilē ⁊ immūdū. Uſus cō
tinu⁹ lactis ſeroſi nō eſt periculoſus omnibꝫ eo vtētibus ſicut lactis
non ſeroſi ſed caſeati plurimum. Nam lac caſeatum plurimum ledit
eos qui ſunt diſpoſiti ad lapidis generationem et venarum opilatio
nem. Pectori autem eſt omne lac bonum et pulmoni. In quibus au
tem dubitatur fluxus ventris: abſtineant a lacte ſeroſo quia ventrē
facile ſubducit. De lacte aūt coagulato ſiue ignito ſiue bullito ⁊ de co
cto ſciendum ꝙ lac bullitū et decoctum caret ſubſtantia ſeroſa ⁊ ideo
efficit difficilioris digeſtionis maioris opilationis et ventoſitatis et
groſſioris humoris nec tantū conuenit in regimine ſanitatis ſicut et
cetera. Et ſimiliter intelligitur de lacte decocto cum ferro ignito vel
lapidibus ignitis niſi ꝙ lac iſto modo decoctū acquirit quandā ſtip
ticitatem ſeu ſtipticam qualitatē ratione cui⁹ ſtomachū confortat et
viſcera: ⁊ magis q̃ aliter coctum vel nō coctum ſimpliciter. Unde nō
ita cito corrumpit in ſtomacho. Et eſt cibus conueniens ſatis his a-
quorum ſtomachis cito deſcēdit cibus antequā digerat ꝑfecte. Et q̃
lac ventrem laxat ratiōe cuiuſdam introſitatis in aquoſitate lactis
qua totum lac participat et nō ſolum aqua ipſius. Bonū eſt ꝙ cū la-
cte ꝑmiſceat aliq̄ aq̄ mixta ſimul cū lactis ſeroſitate per ignitionem
vel ebullitionem totaliter cōſumat et ſic preparatū lac erit vētris mi-
nime ſubductiuum. Lac autē coagulatum virtute coaguli diſtinguē
tis ſerum a caſeo ſiue ſeroſitate ſumptum eſt minus cōueniens q̃ lac
ſimplex ꝓpter ipſius groſſiciem: nec eſt ita ſtomacho cōueniens et ce-
teris viſceribus ſicut lac ꝑ ferrum ignitum decoctum: ſed ſi comedat
ſerum ſimul cum caſeo in lacte ſic coagulato: quaſi eſt eadem ratio de
lacte ſimplici ⁊ coogulato niſi ꝙ ratiōe coaguli minus laxabit vētrē
et plus morabit ī ſtomacho et erit maioris caliditatis: et ratōe diſtin
ctionis partium lactis natura magis laborabit in digerendo. Unde
omnib⁹ conſideratis minus cōpetit in regimine ſanitatis q̃ lac non
coagulatum. Preter manerics lactis enumeratas eſt vna manerics
lactis accetoſi et eſt groſſioris ſubſtantie: difficilioris digeſtionis: fri-
gidioris complexionis aliis manericbus lactis et minus conueniēs
corporibus ſanis et ad frigiditatem declinantibus: et ſpecialiter ſm
ipſorū viſcera non competit ſed dentibus et gingiuis et capitibus ſa-
norum corporum minus obeſt. Non eñ ſic capitis dolorem inducit
nec gingiuas laxat nec dentes ad putrefactionem corroſiuam diſpo-
nit: ratione tamē ſue frigiditatis dentes ledit ⁊ neruos ſicut alia frigi
da. Nam frigidum inimicum eſt neruis dentibus et oſſibus: et ſpeci
aliter ſi tota complexio corꝑis ad frigiditatem declinet et tempus et
etas frigida fuerint: et eo magis ſi cerebrum ⁊ orta ab eo a radicali

cõplerione declinet ad frigidũ. Et vt ſit ad vnũ dicere corpibus ſaniſ
nõ cõpetit via cibi ⁊ minus corporibꝰ frigidis ⁊ ſpecialiter tpe frigi-
do et etate ſenili. Corpibus tñ colericis ⁊ ſpẽalr ẜm eorum viſcera et
tpe et etate ⁊ regione calidis ẜ lac ſatis ẽ cõueniens ⁊ ſufficienter dige
rit̃ et cõueniẽter nutrit: nec in eoꝝ ſtomachis accetoſabit̃. ¶ Ampli
us nec in fumos colericos cõuertetur. Calidis igitur corporibus lac
a ccetoſum non ſolum non obeſt ſed ſufficienter prodeſt. Sed habẽ
tes renes calidos et meatus ſtrictos non debent hoc lacte vti. Nam
eius eſt cauſa generationis lapidis in talibꝰ corpibus et opilationis
venarum. Si autẽ habet meatos amplos ſpecialit̃ ẜm renes et veſi
cã: improportionabiliter caliditati generatiõis lapidis periculum to
taliter eſt ſublatum

¶ De Caſeo

De caſeo vero ẽ ſciendũ ꝙ caſeus recens ẽ frigidus ⁊ humiduſ
et groſſe ſubſtãtie ⁊ difficilis digeſtiõis ⁊ opilatiuꝰ et lapidis
generatiuꝰ ⁊ nõ multũ cõpetit via cibi ĩ regimĩe ſanitatis. Et
caſeus vetꝰ ẽ calidꝰ ⁊ ſiccꝰ ꝓpter ſal ⁊ tendit aduſtionẽ ⁊ difficile digẽ
rit̃. Parũ nutrit et male et minus cõpetit q̃z recẽs. Et ſi aliquis caſeꝰ
eſt bonꝰ: mediꝰ eſt inter nouũ ⁊ veterẽ viſcoſum ⁊ frangibilem duruꝫ
et mollem et parũ declinãs ad aliqualẽ dulcedinem nõ nimis ſalſus
nec minꝰ parum nec albi coloris nec ſpongioſus nec lachrymoſus cũ
inciditur: nec cedẽs tactui cõprimẽti ad modũ panis bñ fermẽtati nõ
leuis ſed põderoſus: ſaporis delectabilis et bonis odoris: cuiꝰ in ſto
macho mora nõ eſt diuturna: et bono lacte cõueniẽter factus ſufficiẽ
ter vnctuoſus. Talis vtiq̨ caſeus bonus eſt et inter alios magis ẽ eli
gẽdus: et poſt cibũ ſumptꝰ nõ multũ nocere poteſt in regimĩe ſanita
tis. Multa vero quãtitate quicũq̨ caſeus ſumptꝰ ĩ via cibi vniuer
ſaliter ẽ malus: ſtomachũ grauans: et inobediens digeſtioni: et opila
tiuus et lapidis in renibus generatiuꝰ: et humorũ groſſorũ in corpo
re cauſatiuus. Solus igitur ille caſeus eſt ſanus quem dat auara
manus.

¶ De Butiro

De butiro aũt ſciẽdũ ꝙ rõe ſui hũiditatꝫ et vnctuoſitatꝫ plĩme
nõ ꝯpetit via cibi: imo ſi qs eo vtat̃ ĩ q̃ztitate notabili abhoĩatio
ne ĩducit et fac̃ cibũ ſupnatare in orificio ſtomachi et vẽtrẽ plꝰ debito
laxat et vomitũ ĩducit. Nullo g̃ mõ butirũ ẽ comedẽdũ via cibi et in
q̃ztitate notabili et ſpẽalr nõ comedat̃ pꝰ alios cibos ſꝫ ad cõdimen
tũ cibarioꝝ ſatis ꝯuenit ſicut oleũ oliuarũ q̃uis butiꝝ ſit calidꝰ oleo
et multũ humidiꝰ. Et qñ vtimur butiro ad comedẽdũ cuꝫ alijs ciba
rijs ſiue ad condiendum non eſt tantũ decoquendum ſic̃ oleũ. Nã eſt
maioris paſſibilitatis q̃z oleum. Unde magna ebullitione virtus eiꝰ
totaliter exalat: ſed oleum eſt magis viſcoſum et minus reſolubile:

⁊ ideo pl⁹ ſuſtinet de ignis acuitate: quapropř ex eo perfecti⁹ cibaria cōdiuntur q̄ȝ ex butiro: ſed carentes oleo vtunť butiro loco olei.

De Ouis.

De ouis eſt ſciendũ q̄ oua gallinaꝝ et faſianoꝝ iuuenũ ⁊ pinguiũ ſunt bona in ſanitatis regimīe ⁊ alijs ouis ſimplr̄ meliora: ſuppoſito q̄ ſint recentia. Et inter oua recentia gallinaꝝ ceteris parib⁹ oua puula oblonga ſunt meliora. Unde vſus. Filia pſbyteri iubet ꝑ lege teneri. Ex bona ſunt oua candida: longa: noua. Amplius oua tremula ſunt meliora duris et ſorbilib⁹: et talia oua ſunt multi nutrimēti: ⁊ boni ⁊ facilis digeſtionis: ⁊ generant ſanguinem maxime ꝓportionalē cordi. Unde cōualeſcētibus ſenibus ⁊ debilibus maxime cōueniũt ſpecialiter vitellum. Et albumen oui non eſt malũ: ſi nō ſit induratũ. Album tamē durũ ſimplr̄ eſt euitandũ. Oua autē in cineribus indurata ⁊ frixa in patella quouſq; ſint indurata reſpectu tremuloꝝ: peſſimũ dant corpi nutrimentũ: ⁊ ſunt difficilioris digeſtionis ⁊ multarũ ſuꝑfluitatũ. Sorbilia aũt ſunt facilis digeſtionis: ⁊ leniũt pulmonē: ⁊ pectus: ⁊ ventrē ſubducunt: ⁊ minus nutriunt q̄ȝ tremula. Cocta aũt ⁊ indurata ſunt difficilioris digeſtionis et mali nutrimēti: ⁊ tarde ꝑtranſiũt. Meliora aũt coctis ⁊ aſſatis ſunt que vocanť ſuffocata: ſeu in aqua ⁊ oleo p̄parata cũ aliqua portiōe ſalis vſq; ad aliqualē cōſiſtentiā decocta ⁊ nō indurata. Nam indurata ſunt ſimilia coctis ⁊ aſſatis. Sic igiť p̄parata noſtris corpibus in regimīe ſanitatis ſunt magis cōueniētia. Oua anetũ: anſerũ: ſtrutionũ: ⁊ alioꝝ volatiliũ in regimīe ſanitatis p̄dictis ſunt minus ꝯuenientia: vel ſimplr̄ euitāda. Ampli⁹ oua q̄ dicunť oua venti: q̄ ſunt ſine coitu maſculi minora ſunt alijs: et min⁹ cōuenietis saporis: q̄m non cōpleta: nec ita digeſta ſicut alia. Unde puto q̄ in regimīe ſanitatis ſunt minus cōuenientia.

De melle ⁊ zuccaro.

Quia in regimīe ſanitatis vtimur melle ⁊ zuccaro: ideo de iſtis duobus ꝯſequēter eſt aliquid dicendũ: q̄ȝtum ſufficit ad regimen ſanitatis. Sciendũ igiť q̄ paꝝ nutriũt: ſed coꝝ nutrimentũ eſt ſatis laudabile. Et nutrimentũ mellis calidi⁹ eſt nutrimēto zuccari: ⁊ ſenibus ⁊ fleumaticis ⁊ natura frigidis ꝯuenienti⁹. Corporibus aũt calidis natura ⁊ iuuenibus nō cōuenit mel. Nam in corporibus taliũ in colerā rubeā faciliter cōuerreť: et corpus nō nutriet: ſed a ſua cōplexiōe naturali diſtrahet. Zuccaꝝ etiā talib⁹ corpibus ratione ſue paſſibilitatis in colerā ꝯuerti cōſueuit. Corpibus igiť in caliditate notabiliter lapſis nō ꝯpetit mel: nec corpibus etiā tempatis in etate: tēpore: ⁊ regione calidis: q̄ȝuis zuccarũ poſſit talibus corporibus aliq̄n cōuenire. Colericis tamē iuuenibus et in eſtate non cōpe

cit: ſed in alijs ꝯpetit: puta fleumaticis: ⁊ melancolicis: et ſanguineis:
⁊ temꝑatis: in qbus nõ eſt tante caliditatis dñiũ q zuccarũ in eis ad
colerã cõuertat. Eligat aũt mel vernale: ſaporis dulcis: coloris pale-
arum inter albũ ⁊ rubeũ: ſubſtãtie nõ liquide: ſed viſcoſe: et ſit mel ro
ris qđ eſt melle apum temꝑatius. Hoc tamẽ mel apud nos non colli
gitur nec inuenit: ſed in partibus meridiei valde calidis: ⁊ ſpecialiter
in monte peſſulano. Multũ etiam cõſideranda eſt natura arborum:
ſuꝑ quibus inuenit mel roris. Nam ſm q arbores ſunt alterius ⁊ al-
terius nature: ſic ⁊ mel. Si eñ inueniat mel ſuper arboribus calidis
erit calidius: et ſi ſuꝑ temꝑatis vel frigidis: erit minus calidũ. Et ſili-
ter intelligat de melle apũ. Multũ eñ cõſideranda ſunt loca habita
tionis apũ: ⁊ ex quo rore: ⁊ ſuꝑ qua ſpecie floris vel arboris nutriunt
¶ Eſt aũt quoddã genus mellis qđ eſt acre: cuiꝰ natura eſt venenoſa:
qđ eſt ſimpliciter euitandũ. ¶ Mel coctũ cum aq̃ vel ſine aqua ⁊ de-
ſpumatũ: plus nutrit ⁊ minꝰ ſubducit: ⁊ eſt minus ventoſuz. Et ſi qs
aſſiduet mellis crudi comeſtionẽ: inducit vomitũ. Mel aũt cũ aqua
coctũ eſt magis vrine ꝓuocatiuũ q̃ȝ decoctũ ſine aqua.

¶ Caplm̃. XX. ¶ De ſaporibus ⁊ cõdimentis.

C Onſequẽter eſt dicendũ de cõdimẽtis ⁊ ſaporibus. Ea eñ ex
quibus cibaria cõdiunt: ſunt in ſanitatis regimĩe non modi-
cum vtilia: tum q2 ꝑ ꝯdimẽta guſtui efficiunt delectabiliora:
⁊ ꝑ ꝯſequẽs digeſtibiliora. Nã qđ eſt delectabilius: eſt ad digeſtionẽ
melius: tum q2 ꝑ ꝯdimẽta addit bonitas: ⁊ corrigit malicia. Ea autẽ
ex qbus cibaria cõiter cõdiunt: ſunt ſal: oleũ: ſagimẽ: ⁊ butyrũ. Expiẽ
tia eñ docet q comeſtibilia que comedunt ſine ſale ſunt ori inſipida:
⁊ ſtomacho minꝰ acceptabilia. Sal igit comeſtibili addit bonitatẽ ſa
poris: ⁊ maliciã exiſtentẽ in comeſtibilibꝰ ab humiditate quadã indi
geſta ⁊ aquoſa aufert. Et ſic ꝑfectiꝰ cũ ſale digerunt et decoquũtur q̃ȝ
ſine ſale. Salis eñ ꝓprietas ẽ hũiditatẽ extraneã deſiccare: et deinde
fortius qđ manet cõſtringere ⁊ adequare. Et ex dictis põt elici ſuffici
enter q̃ cibaria in eoꝝ cõdimẽto indigẽt pluri ſale: ⁊ q̃ pauciori. Naȝ
cibaria ſuꝑfluica: ⁊ hũida: et cuȝ hoc groſſa indigent pluri ſale. Cibaria
aũt ſicca nõ ſuꝑfluica ſubtilia: indigẽt in eoꝝ cõdimẽtis minimo ſa-
le: ⁊ intermedia eoꝝ indigẽt mediocri ſale. Ex dictis igit elici põt que
carnes ſunt cõuentiores ſaliture: ⁊ q̃ minꝰ. Et ſilr de piſcibꝰ. Nã car
nes mĩme apte ſaliture: ſunt carnes ſubtiles ſicce: nõ ſuꝑfluice: vt car
nes volatiliũ laudabiliũ: puta gallinaꝝ: ⁊ ꝑdicũ: ⁊ faſianoꝝ: ⁊ allau-
doꝝ: et cuniculoꝝ: ⁊ lepoꝝ iuuenũ: ⁊ ſimiliũ. Et ꝓ oppoſitũ carnes ſu
ꝑfluice ⁊ hũide ſaliture ſunt maxime ꝯuenietes: puta carnes porcine.
Carnes aũt bouine nõ ſunt ita ꝯueniẽtes ſaliture. Nam dato q ſunt
groſſe ⁊ ſuꝑfluice: non tamẽ ſunt humide: ſed ſicce. ¶ Et ſilr intelligat
de piſcibus. Nam piſces habẽtes carnes ſubtiles nõ ſuꝑfluicas: nul-

lo modo cōueniūt ſaliture. Et ſpecialit̃ ſi ſint parui: ſicut ſunt piſces
petroſi: ſicut parca: ⁊ vendoſia: ⁊ ſiles piſces. Piſces aūt beſtiales ha
bentes carnē durā ⁊ ſuꝑfluicā ⁊ cū hoc humidā ſunt ſaliture maxime
cōuenietes: ſicut patz de porco marino: ⁊ balena. Nam ſalſi nō ſalſis
ꝓualent: dū ſalitura nō ſit longi tempis. Sic igit̃ patz ꝙ ſalis cōdime
tum in ſanitatis regimīe eſt neceſſariū. ¶ Amplꝰ in defectu carniuz
ad cōdimentū olerū ⁊ leguminū nō ſufficit ſal ⁊ aqua: ſed indigemus
oleo ⁊ butyro vel ſagimīe. Nam q2 legumīa ⁊ olera ſunt nature melā
colice ⁊ terreſtris: bonū eſt ea ꝯdiri cū aliquo vnctuoſo coꝝ terreſtrei
tatē obtēperāte: ex quo etiā ſapor coꝝ efficit̃ delectabilior et ſuauior:
⁊ ꝑ cōſequēs ad digerendū ⁊ nutriendū meliora. ¶ Oleū autē oliuaꝝ
inter olea ex quibus cibaria cōdiunt̃ eſt dulcius: tempatius: et natu-
re amicabilius. Oleū autem nucū multū eſt calidū ⁊ ſiccum: et ſimili
ter oleū lini: nec eorū ſapor eſt ſic nature amicabilis. Oleū autem pa-
paueris quo vtunt̃ aliqui ē boni ſaporis ⁊ odoris: ſed declinat ad fri-
giditatem. Unde ſic nō competit in regimīe ſanoꝝ. Oleū autez amig
dalarū dulciū eſt ſatis laudabile: ⁊ ꝓpinquuz tempamēto. Et in defe
ctu olei interdū vtimur butyro: ſicut ſup̄ dictū eſt in capitulo de lacte
⁊ animaliū ſuꝑfluitatibus. Sagimīe autem ⁊ ſpecialiter porci inter-
dum vtimur ad condimentū cibarioꝝ: propter defectum ⁊ propt̃ caſ-
dem cauſas que ſuꝑius dicte ſunt. Sapoꝝ delectamēta ad volupta-
tem magis ꝙ̃ propter neceſſitatē a leccatoribus fuerūt ꝓmitus adin-
uenta. Unde nō multuz ſunt neceſſaria in ſanitatis regimīe: imo in-
terdū talium ſaporū delectamēta inferunt nocumēta. Nam propter
talium ſaporuz placentiam homo plus comedit ꝙ̃ natura requirat.
Unde homo exiſtens ſanus ⁊ in naturali diſpoſitōe: tales ſapores nō
appetit nec via cibi: nec via potus: ſicut cōſideranti patet. Et ſi aliqs
ſanus tales ſapores appetat: hoc forte eſt ex cōſuetudine. Et quia con
ſuetudinē iam inductam difficile: imo impoſſibile et dānoſuz eſt ſubi
to permutare. Dandum eſt enim aliquid cōſuetudini. Ideo intendo
hic breuiter de ſaporibus pertrāſire. ¶ Primū autez qđ in ſaporibus
omībus eſt obſeruandū: ſuppoſita corporū ſanitate eſt ꝙ ex eis paruz
ſumatur: ⁊ quāto ſapor plus diſtat a tempamēto ⁊ a natura cibi ⁊ po
tus: tanto minus ſumatur de eo: et quāto ſapor eſt tempatior ⁊ natu
re cibi vel potus ꝓpinquior: tanto plus poteſt ex eo ſumi. ¶ Amplius
cōſiderandū eſt ꝙ temporibus calidis ſapores declinent ad frigus: vel
ad calidū valde parū: ⁊ in tpe frigido ecōuerſo. Materia igit̃ ſaporū
in eſtate ſit veriutū: vel agreſta de ſūmitatibus vitis: vel acetū: vel ſuc
cus limonū: vel citrangulorū: vel granatoꝝ cum zuccari ⁊ aqua roſa
ta ⁊ amigdalis: ⁊ pānis aſſatꝰ infuſus in aliq̄ ſuꝑdictoꝝ: ſine alleis et
ſpeciebus calidis. Et interdū in ſaporibꝰ q̇ fiūt in eſtate pōt addi ali-
quātulū ſerpilli ⁊ petroſillini ad obtempandū frigiditatē ꝑdictorū.

Materie aũt ſapoꝝ competentiũ tēporibꝫ frididis: ſunt ſinapiũ: eruca: zinziber: piper: cinamomũ: gariofili: allea: saluia: menta: ſerpillũ: ꝛ petroſillinũ: vinũ: aqua carniũ: acetũ nõ forte: ſed ꝓpinquũ nature vini. Et in tēporibꝫ mediocribꝫ ſunt ſapores mediocres eligēdi. ¶ Amplius diuerſificanꝫ ſapores ratiõe cibarioꝝ ꝓ quibꝫ fiũt. Nam alia et alia cibaria indigēt alio ꝛ alio ſapore: ſicut ſciũt dñoꝝ coci. Caſtratorum igiꝫ elixatoꝝ: ꝛ ſilr vituloꝝ ꝛ capreoloꝝ ſapor cõueniens eſt ſalſa viridis. In eſtate quidē aceto ꝛ agreſta cũ paucis ſpeciebꝫ: ſine alleis: puto cũ petroſillino: zinzibere albo: ꝛ agreſta: ꝛ aceto: ꝛ pane aſſe infuſo in aceto vel agreſta. In hyeme fit eadē ſalſa cum pluribꝫ ſpeciebꝫ ꝛ pauco alleo: ꝛ optimo vino: ꝛ pauca agreſta: vel põt ſufficere ſinapium vel eruca. ¶ Sapor aũt carniũ bouinarũ ꝛ elixataꝝ eſt piper bullitũ qđ fit ex pipere: ꝛ pane aſſo: ꝛ aqua carniũ: ꝛ pauca aqua in hyeme Et in eſtate cũ pipere pauco: ꝛ multa agreſta. Et iſte idē ſapor eſt ſatis cõueniẽs carnibꝫ porcinis: ꝛ ſpecialr in hyeme: et põt ſufficere ſinapium vel eruca. Sꝫ qñ comediꝫ eruca debet piſtari cũ amigdalis: ꝛ diſtpari cũ aceto in eſtate ꝛ hyeme cũ optimo vino. Poſſunt etiã carnes porcine frigide comedi ĩ eſtate cũ aceto ꝛ petriſilino in ꝑncipio refectionis. Si aũt ꝑdicte carnes paſcillenꝫ: ꝛ ſpecialr porcine ꝛ bouine. In hyeme quidē apponaꝫ cepe albũ cum puluere ſpecieꝝ forti: ꝛ cum agreſta. Et in eſtate cum puluere ſpecieꝝ dulci in pauca quãtitate: ſine cepis: cũ veriuto ꝛ caſeo butiroſo. Vel poſſunt apponi cepe ꝑue ꝛ in parua quãtitate. ¶ Si aũt paſtillatura fit ex carnibꝫ ſubtilioribꝫ: nõ apponaꝫ cepe: ſed in eſtate lac amigdalaꝝ cũ agreſta ꝛ pauco puluere: ſpecierũ dulci: ꝛ in fine põt apponi ouũ cõquaſſatũ cum agreſta: ſed in hyeme loco agreſte apponaꝫ vinũ: ꝛ plus de ſpeciebꝫ. ¶ Aſſature autē cuniculoꝝ ꝛ pulloꝝ iuuenũ cõueniẽs ſapor eſt: ſalſa camelina in qua baſis eſt cinamomũ: ꝛ panis mica: cũ agreſta quidē in eſtate: ꝛ cuꝫ vino in hyeme. Aſſature porci ſapor cõueniens eſt: liquor deſcendẽs ꝯqſſatus cũ optimo vino ꝛ cepis in hyeme: ꝛ in eſtate viridis ſalſa ſupiꝰ nominata. Et põt ſufficere ſinapiũ in hyeme: vel eruca modo ꝑdicto ꝑparata in eſtate. Aſſature aũt ꝑdicũ: faſianoꝝ: ꝛ colũbaꝝ: ꝛ turturuꝫ nullo alio ſapore indigēt: niſi ſale. Caponũ autē ꝛ gallinaꝝ elixatarũ cõueniens eſt ſapor aque decoctõis eoꝝ: cũ aliquãtulo puluere ſpecierũ dulci: ꝛ ꝑcipue ſi in ꝑdicta decoctõe addaꝫ ſaluia: hyſopꝰ: petroſilinũ: ꝓ hoc in hyeme. Et in eſtate ſufficit ſola aqua cũ aliquãtulo croci: addito ſucco ſũmitatũ vitis. Sed caponũ ꝛ gallinaꝝ pinguiũ paſtillatarũ ſapori nihil penitꝰ eſt apponendũ: niſi aliquãtulũ pulueris ſpecierũ: ꝛ in fine agreſta ſuꝑdicta in eſtate: ꝛ optimũ vinũ in hyeme. Sapor eoꝝ cõueniẽs in aſſatura in hyeme (alba alleata diciꝫ) bullita: cuiꝰ cõpoſitiõem coci ſciũt. Vel põt ſufficere vinũ cũ cis cõquaſſatum cũ aliquãtulo pulueris ſpecieꝝ laudabiliũ: ꝛ ſpecialr vinũ dulce.

Sed in eſtate ſit vinũ debile vel agreſta: ⁊ minus apponat᷑ de puluere ſpecierꝝ. Aſſature anſerũ: ⁊ anatũ: ⁊ ſimiliũ in aquis degentiũ ſapor eſt pipata: nigra ⁊ bullita. In hyeme quidẽ ſine aceto ⁊ agreſta: ⁊ cuꝫ vino. In eſtate cum vino ⁊ agreſta ⁊ pauciori pipere q̄ȝ in hyeme.

¶ De saporibus ⁊ cõdimentis piſcium.

De piſcibus auteꝫ ſciendũ eſt general'r ꝙ quãto ſunt groſſioris carnis: ⁊ difficilliorís digeſtionis: ⁊ pluriũ ſupfluitatũ: ⁊ humidioris nature: tantũ indigẽt ſaporibus calidioribꝫ ⁊ acutioribus. Et hoc eſt verũ nõ ſolũ in piſcibus: ſed in carnibꝫ. ¶ Unde ſequit᷑ ꝙ piſces beſtiales ⁊ ſpecial'r porcus marinꝰ: ſiue aſſatus ſiue elixatus: indiget ſalſa fortiori ⁊ acutiori. Et huiuſmodi ſapor eſt pipata nigra bullita: ⁊ alleata alba bullita. Et quãto piſces marini ⁊ dulcis aque magis appropinquãt ad p̄dictos piſces: tãto magis indigent ſaporibus ſimilibꝫ. ¶ Anguilla aũt: ⁊ murena: ⁊ lampreda requirũt ꝓ ſapore gelentinã ex fortibus ſpeciebꝫ: cuiꝰ cõpoſitõeꝫ nouerũt coci magnorꝝ dñorꝝ. Anguille aũt ⁊ murene interdũ comedunt᷑ in aſſatura: et tũc ſapor cõueniens eſt ſalſa viridis cũ fortibus ſpeciebꝫ ⁊ vino in hyeme: ⁊ cũ debilibus ſpeciebꝫ: ⁊ agreſta: ⁊ aceto in eſtate. Et ſimil'r intelligat᷑ de congro. ¶ Sapor aũt ſalmonũ elixiatorꝝ eſt pipata nigra bullita. Fortis quidẽ in hyeme: ⁊ debilis in eſtate: ſicut de porco marino ſupius dictũ eſt. ¶ Merlengorꝝ elixatorꝝ: vl' aſſatorꝝ: vel frixorꝝ ſapor eſt ſinapiũ dulce: vel eruca ſupius deſcripta. ¶ Rogatorꝝ ⁊ gornatorꝝ ſapor cũ elixant᷑ eſt ſalſa camelina. In hyeme q̃dẽ acutior: ⁊ cũ vino in eſtate q̃dẽ obtuſis ſpeciebꝰ ⁊ agreſta. Aſſatorꝝ autẽ et frixorꝝ ſapor eſt ſalſa viridis ſupius noĩata. In hyeme quidẽ eſt acuta ſpeciebꝫ ⁊ cũ vino. In eſtate v̾o obtuſa ſpeciebꝫ: ⁊ cũ agreſta ⁊ aceto. Vel aſſatorꝝ ſalſa cõueniens ⁊ apud gallicos vſitata eſt vinũ in quo diſpatũ eſt zinziber albũ: bullitũ: ⁊ ſup aſſaturã ꝓiectũ: ⁊ hoc in hyeme. Sed in eſtate fit idem cũ agreſta et pauco zinzibere. ¶ Frixoruꝫ piſcium paruorꝝ aque dulcis ſapor cõueniẽs eſt ſalſa viridis. Sed elixatorꝝ in aq̄ ſapor cõueniẽs eſt ſinapiũ: vel eruca: vel cepe albuꝫ decoctũ cũ eiſdem. ¶ Lucius elixatꝰ vel barbellus ſil'r ꝓ ſalſa requirũt ſalſam viridẽ ſuperiꝰ noĩatã. Et ſil'r ſi frixent᷑ vel aſſent᷑: vel vinũ vel agreſta in quibus diſtempatũ ſit zinziber albũ bullitũ: ⁊ ſup aſſaturã ꝓiectũ. ¶ Cancrorum ſapor eſt acetũ ſimplex in eſtate: ⁊ in hyeme vinũ vel acetũ cũ puluere quarũdã ſpecierꝝ. ¶ Oſtrearũ aũt ſapor ſi frixent᷑ eſt agreſta ſimplex in eſtate: ⁊ cũ puluere quarũdã ſpecierꝝ in hyeme. Poteſt etiaꝫ ex eis fieri potagiũ: vel ferculũ croceũ: vel albũ cum amigdalis. Hec igitur ſufficiant de ſaporibus.

¶ Ca. XXI. De potibꝰ naturalibꝰ ⁊ artificialibꝰ

Poſtq̄ȝ determinauimꝰ de cibis in ſpeciali: ꝯſequẽter eſt determinan-

dum de potibus. ¶ Sciendū igiť ꝙ quidam eſt potus qui eſt medici
na pure: quidā eſt potꝰ pure: ⁊ quidā eſt potus ⁊ medicina ſimul. Po
tus quidē pure medicina eſt. ſicut ſirupus digeſtiuꝰ vel laxatiuꝰ: vł ne
ctar ſeu claretū ex forti vino ⁊ ſpeciebus: qḋ datur in fine cibi ad cōfor
tandum virtutē digeſtiuā in ſtomacho ſolum. Potus autē qui eſt po
tus ⁊ medicina ſimul eſt (verbi gratia) ſirupus violaꝝ roſaꝝ vel neꝯ
nufaris: qui in eſtate exhibenť ad ſitim cōpeſcendā: ⁊ malā diſtraſiam
accidentalē remouendā. Potus autē pure potus eſt qui datur ad ci
bi delatōem: vel ꝑmixtiōem: vel eſtuatōem: vel ſitis a cibo inducte re
motiōe: ſicut ſupius memini me dixiſſe in capitulo de comeſtis ⁊ bi
bitis in generali. ¶ Potus aūt pure potꝰ eſt duplex. Naturalis ⁊ arti
ficialis. Naturalis eſt duplex. ſ. vinū: et aqua. Iſti potus ſunt in vſu
apud nos. Et inter potus de his ſapientes latini: arabes: ⁊ greci fece
runt mentionē: q̄uis alique gentes vtanť lacte loco potus: et alique
oleo: ⁊ alique ſirupis quibuſdā in ſanitatis regimīe. Sed qꝛ hoc nō
eſt cōſuetū apud nos: ⁊ puto ꝙ nō eſt artificiale: de his potibus nullā
facio mentionē. ¶ Potus aūt artificiales qui apud quoſdā nr̄m ſunt
in vſu ſunt hi: ceruiſia vel ex ordeo vel ex auena: pomeriū: ceraſiū: bo
ſchetū ſeu mellicratū. Sed qꝛ de aqua ſufficiēter dictū eſt in ṗmo ca-
pitulo ſcḋe ꝑtis huiꝰ oꝑis: de ipa ad p̄ſens nihil penitus eſt dicendū.
Sed de vino: de quo ſupius in caplo de comeſtis ⁊ bibitis dictū ē in
generali. ¶ Sciendū ꝙ q̄uis in ſitis extinctiōe aqua ſit cōueniētior
potus q̄ʒ vinū: tamē oībus ꝯſideratis vinū eſt potus ꝯueniētior in re
gimine ſanitatis q̄ʒ aqua. Nam dato ꝙ in ſitis repſſione q̄ eſt appeti-
tus frigidi: ⁊ hmōi aqua vniuerſalr̄ melior ſit: qꝛ frigida ⁊ hūida na-
turaliter: tamē in cibi ꝑmixtiōe ⁊ eiuſdē delatōe ad ꝑtes corpis extre-
mas vinū p̄ualet aqua. Naʒ vinū rōne ſue ſubtilitatis in ſubſtātia et
actōe facilius cibis ꝑmiſceť: ⁊ ſpecialr̄ quia natura magis delectať in
eo: ideo citius attrahit ipm: ⁊ aliīs cibis ꝑmiſcet. Et ſpecialr̄ qꝛ hec ꝑ-
mixtio fit ꝑ viam cuiuſdā ebulitōis: quā vinū magis iuuat rōne vir-
tualis caliditatis: ⁊ aqua impedit rōne frigiditatis. Et ſic patet ꝙ vi
num p̄ualet aqua in ciboꝝ ꝑmixtiōe. Et ſilr̄ modo p̄ualet in eorū de-
latōe. Nam vinū eſt optimꝰ penetrator: qḋ ei attribuiť rōne ſubtilita
tis ſue ſubſtātie: ⁊ rōne ſue caliditatis virtualis. Talia em̄ ſunt mul-
tum penetratiua: ⁊ ꝑ ꝯſequēs vinū eſt magis delatiuū q̄ʒ aqua: in qua
nō eſt virtualis caliditas: nec ſubſtātie igneitas et aereitas. Unde aq̄
mora tranſeūdo impedit oēm curſū: ſicut memini me ſupius dixiſſe i
caplo ṗmo ſcḋe ꝑtis huiꝰ oꝑis. ¶ Ampliꝰ motus alimēti ad mēbra eſt
a virtute attractiua. Et qꝛ mēbra magis diligūt vinū q̄ʒ aquā: plꝰ iu-
uabit ad delatiōeʒ nutrimēti ad mēbra q̄ʒ aqua. Amplius ex alio: aq̄
nō eſt ita ꝯueniēs potꝰ vt vinū: qꝛ aq̄ impedit alimentū nutrire: eo ꝙ
nō nutrit. Si igiť ꝑmiſceať cuʒ eo qḋ nutrit: illud vtiqʒ minꝰ nutriet.

Unde quãto cibus eſt magis aquaticus: tanto eſt minus nutritiuus.
Bonū eſt igitur ꝙ vinum permiſceatur cum cibo quod nõ ſolũ non
impedit nutritõem: imo multum iuuat: quia vinum eſt maxime nu-
tritiuũ: ⁊ maxime reſtauratiuũ: et velociſſime nutrit. ¶ Amplius vi-
num cõfortat calorem naturalẽ ⁊ ſpiritum: ⁊ totum corpus calefacit:
que multũ faciunt ad nutritõem. Et aqua rõne ſue frigiditatis para-
lyticat: ⁊ mortificat: ⁊ oẽs anime opatões deſtruit. Unũ non ponit pe-
des in opatõibꝫ nature ꝑ ſe. Unũ ipiꝰ ſoliꝰ nõ videtur aliqs vſus: niſi for-
ſan ꝙ in acutis bibatur morbis. ¶ Ampliꝰ vinũ hꝫ alias bonitates q̃s
nõ hꝫ aq̃. Eſt enĩ bonꝰ penetrator in toto corꝑe: ⁊ fleuma groſſũ inci-
dit: ⁊ reſoluit ipm: ⁊ colerã rubeã cũ vrina ⁊ ſudore extrahit: ⁊ colerã
nigrã calefacit ⁊ facit exire: ⁊ flectit ipiꝰ nocumẽtũ: ⁊ materias coagu-
latas diſſoluit. Ampliꝰ ingeniũ clarificat: irã cõpeſcit: triſticiã remo-
uet: gaudiũ inducit: libidinẽ incitat: et imũdicias expellit: audaciam
cauſat: auariciã fugat: liberalitatẽ inducit. Et vt ſit ad vnũ dicere: vi-
num reddit hoiem virilẽ ⁊ ſm aiaꝫ ⁊ ſm corpꝰ: ⁊ aq̃ femineũ. Unũ cete-
ris paribꝫ nõ bibẽtes vinũ ſunt effemiati reſpectu bibẽtiũ vinũ. Unũ
ꝯpertũ eſt ꝙ quidã non bibẽs vinũ ꝑmo: ⁊ poſtea cõſuetus bibere vi-
num: melior ſm aiaꝫ ⁊ ſm corpꝰ effectꝰ eſt. Sic igitur potꝰ vini ꝯueniẽ-
tior eſt ĩ ſanitatis regimĩe q̃ꝫ potꝰ aq̃. Immo nõ approbo potũ aq̃ ſim-
plicis ĩ ſanitatis regimĩe. Has bonas ꝓprietates vinũ hꝫ: debito mo-
do exhibitũ. Et ſi indebite exbibeatur vſqꝫ ad ebrietatẽ: ratõem rõnalis
anime ⁊ lumẽ extinguit: ⁊ virtutem beſtialẽ irrationalẽ inducit: con-
cupiſcibilẽ ⁊ irraſcibilẽ confortat: ⁊ rationi inobediẽteꝫ reddit. Et ſic
remanet corpus ſicut nauis in mari ſine gubernãte: propter qd̃ fauet
cui non eſt fauendũ: ⁊ laudat qd̃ non eſt laudanduꝫ. Et interdum fa-
cit loqui peſſima cuꝫ ira ⁊ ſuꝑflua ſuperbia: et finalr̃ facit operari peſ-
ſima: puta adulteria ⁊ turpiſſima homicidia. Amplius ĩdebite ſum-
ptum cerebrũ ⁊ neruos mirabiliter ledit: ⁊ paralyſim: ⁊ ſtuporeꝫ: ⁊ ce-
teras humorales egritudines inducit. Et vt ſit ad vnũ dicere: cito ta-
les moriũtur ⁊ ſeneſcũt: et talibꝫ meliꝰ eſſet ꝙ biberent aquã q̃ꝫ vinũ.
¶ Ut igitur non cadat error ex vini adminiſtratiõe: cuius debite ad-
miniſtrati tot ſunt iuuamenta: et indebite non minora nocumenta:
ponende ſunt regule que obſeruande ſunt in potu vini. ¶ Prima re-
gula eſt ꝙ vinum ſtomacho ieiuno et corpore famelico non eſt biben-
dum. Facit eniꝫ cadere in ſpaſmũ: et mentis leſionem et alienatõem.
Et ſi aliquem cõtingat ſitire ieiuno ſtomacho: ſciat hanc ſitim nõ eſ-
ſe veram: nec naturalem. Nam ſitis vera et naturalis eſt propter eſtu-
ationeꝫ factum a cibo ꝑaſſumpto: quod in ꝓpoſito eſſe non poteſt. In
tali igitur ſiti nõ eſt bibendũ vinũ: niſi ſimul aliqd comedatur. Poteſt tñ
ad ſedatõem ſitis bibi iulep: aut aliqs ſirupus approp̄iatꝰ: vel zucca-
rum roſatum cum aqua. Stomacho igitur nullo modo bibatur vinum.

¶ Secūda regula eſt ꝙ inter duas comeſtiōes cibo ſumpto adhuc in
ſtomacho nō digeſto: vinū nō eſt bibendū: tum q2 digeſtionē interrū-
pit: tum q2 facit indigeſtū cibū de ſtomacho deſcendere. ¶ Tertia re-
gula eſt ꝙ poſt forte exercitiū nō eſt bibendū vinū. Nam hoc multum
ledit neruos ⁊ cerebrū. ¶ Quarta regula cōſideranda in vino eſt ꝙ vi-
na mixta cū aqua pauca citiꝰ inebriant: ⁊ ad cerebꝝ ⁊ ad neruos citiꝰ
penetrant: ⁊ ſpecial'r ſint vina groſſa. ¶ Quinta regula eſt ꝙ malis ci-
bis ⁊ fructibꝫ comeſtis ⁊ digeſtis in ſtomacho nō debet bibi bonū vi-
num ⁊ ſubtile eo ꝙ faceret maliciā ciboꝝ ad mēbra citius penetrare.
Et hoc eſt veꝝ in quātitate notabili: ſ3 ſi bibat' in quātitate pauca ad
intentōem ꝑmixtiōis: coriget maliciā ciboꝝ maloꝝ: ⁊ digeſtionē cō-
fortabit. ¶ Sexta regula eſt ꝙ ſi in eadē mēſa vinū forte bibat ⁊ debi-
le: incipiendū eſt a debili: ⁊ vltimo forte eſt bibendū. Na3 digeſtio in
orificio ſtomachi eſt debilior q̄ vino forti cōfortabit'. ¶ Amplius vinū
forte cū maiori delectatōe ſuſcipit': ⁊ ſic ſtomachus totū cibū ꝑfectius
amplectit': ⁊ os ſtomachi ꝑfectius claudit'. Amplius ſi vinū forte reci-
peret' ante: dubitandū eſſet ne rōne ſubtilitatis ⁊ actōis ante ꝑfectam
digeſtionē deſcēderet a ſtomacho: ⁊ reliquū cibū indigeſtū ſecū trahe-
ret. Et ſpecialiter q2 cetera mēbra diligūt vinu3 forte plus q̄3 debile: ⁊
ſic citiꝰ traherēt q̄3 eſſet oportunū. ¶ Septima regula eſt ꝙ vinū qđ
bibit' ad cibi ꝑmixtionē: debet recipi ſimul cū cibo: nec debet expecta-
ri ſitis: ſed vinū qđ bibit' ad ſitis inducte a cibo extinctiōem debet ſu-
mi in fine totius digeſtiōis: ⁊ plus vel minꝰ ſcḋm ꝙ maior vl' minor eſt
ſitis. S3 vinū qđ eſt potꝰ delatiuꝰ ſumi debet ꝯpleta ꝑma digeſtione
⁊ parū ante horā ſuſcipiēdi aliū cibū ſequentē. Et talis potus ſpecia-
liter cōpetit quādo cibaria primitꝰ ſumpta fuerint groſſa in ſubſtātia
⁊ actōe. Nec debet expectari ſitis ad talē potū ſuſcipiendū. Nam ta-
lis potus ꝑparat ſtomachū ad ſuſcipiēdū ſequentē cibū: ⁊ iuuat trāſi-
tum cibi ad epar. Nec debet eſſe talis potus magne quātitatis: vt ci-
to poſſit digeri. Non enī imaginandū eſt ꝙ ante digeſtionē ipſius in
ſtomacho trāſeat ad epar. S3 ſi talis potus delatiuꝰ eſſet aqua: non
oporteret expectare eiꝰ digeſtionē ante penetratōe3 ad epar. ¶ Octa-
ua regula ē ꝙ quāto cibus ē groſſior: ⁊ ſiccior: ⁊ frigidior: potus ꝑmi-
xtiuꝰ ⁊ delatiuꝰ debet eſſe maior: ⁊ ecōuerſo quāto cibꝫ ē calidior: ſub-
tilior: ⁊ humidior: potus ꝑmixtiuꝰ ⁊ delatiuꝰ debet eſſe minor. Et ſpe-
cialiter quāto cibus ē groſſior: ⁊ frigidior: ⁊ digeſtiōi inobediētior: tā-
to vinū ꝑmixtiuū vel delatiuū debet eſſe ſubtiliꝰ ⁊ fortiꝰ. Et quāto ci-
bus eſt ſubtilior: ⁊ calidior: ⁊ digeſtibilior: tanto potus debet eſſe de-
bilior. Unde fortius vinū bibendū eſt cum carnibus bouinis q̄3 pulli-
nis: ⁊ fortius bibendū eſt cū piſcibus q̄3 carnibus regulariter. ¶ No-
na regula ꝙ quādo quis eſt valde ſitibūdus: tūc vinu3 eius debet eſſe
ſubtilius et colore remiſſius. Et quāto aliquis eſt minus ſitibūdus:

cius vinũ poteſt eſſe fortius et rubicũdius. Uina em̃ fortia cõuenien
tia non ſunt ad extinguẽduʒ ſitim. ¶ Decima regula eſt ꝙ pueri ⁊ nu
trices nõ debent bibere vinũ: niſi paruʒ: ⁊ valde debile: ⁊ aquaticum.
Senibus autem cõpetit vinũ forte: ⁊ odoriferũ: ⁊ saporoſum. Unde
pueris dare vinũ ſpecialiter forte: eſt ignẽ addere igni. Et ẽ alia ratio.
Nam pueri habẽt neruos debiles: ⁊ cerebrũ valde paſſibile ⁊ debile:
vnde cito leduntᷓ a vino. Etiam vinũ non eſt bene ꝓportionabile com
plexiõi eorũ ratiõe ſiccitatis vini. Sunt em̃ pueri valde humidi: nec
comedũt fortia cibaria ad digerendũ: et cum hoc habent digeſtiuam
fortẽ: ⁊ ſpirituũ multitudinẽ. Et ſic pueris ⁊ nouiter natis nullo mo
do eſt vinũ exhibendũ: niſi valde paruʒ: ⁊ ſic ad vinũ paulatim aſſue-
ſcant. Et quãto magis ꝓcedũt in tempe: tanto magis et ſecurius po-
teſt eis miſtrari vinũ. Et ſpecialiter cũ comedunt cibaria groſſa: ⁊ ad
digerendũ difficilia: ⁊ ad mẽbra difficilius tranſeũtia: et in eis cole-
ra multiplicatᷓ: quã vinũ extrahit cum ſudoribus et vrina. ¶ Undeci
ma regula eſt ꝙ habentes cerebruʒ debile: naturalr̃ ſiue accidentalr̃:
non bibãt forte vinũ odoriferũ in quãtitate notabili: ſed vinũ debile
⁊ aquaticũ. Et ſimiliter habẽtes epar calidũ ⁊ ſtomachũ: abſtineant a
vinis fortibus ⁊ calidis. Et ſimilr̃ habitãtes in regione calida. Simi
liter qui ſunt cõplexionis calide ex cõplexiõe totali: minꝰ indigent vi-
nis fortibus: ⁊ calidis: ⁊ ſubtilibus. Et cõtrariũ eſt de eis qui ſunt fri
gide complexiõis: ⁊ habitant regionẽ frigidaʒ. ¶ Duodecima regula
eſt ꝙ vina aquatica valde ſunt euitãda via potus. Magis eniʒ ſunt
medicinalia q̃ȝ potatiua: ⁊ vina noua ſunt adhuc indigeſta: ⁊ impura:
⁊ ventoſa: ⁊ opilatiua: ⁊ diſſenteriã inducũt. Sʒ vina mediocria eta
te: nõ defecata ſunt magis ceteris eligenda. ¶ Decimatertia regula ẽ
ꝙ inebriari vino ſemel vl̃ bis in menſe ꝯpetit in regimĩe ſanitatis: vt
quidã aſſerũt: tum propter ſomni ꝓlixitatẽ ex quo virtutes quieſcũt
aĩales: ⁊ fortificantᷓ naturales: tum quia ſequitᷓ ſudor ⁊ vrina vel vo-
mitus: ex quibꝫ ſupfluitates a corpe reſoluũtur: ⁊ remanet corpꝰ mun
dum. Hanc tamẽ regulaʒ nõ approbo: niſi in his qui vtũtur malo re
gimine. In vtẽtibus bono regimĩe hec regula non eſt obſeruãda. Et
circa hanc regulã obſeruandũ eſt ꝙ inebriatio nõ ſit fortis: cuiꝰ nocu
mentũ in cerebro ſit notabile. Nã talis inebriatio plus debilitat vir
tutes aĩales: q̃ȝ quies ſequẽs cõfortaret eaſdem. Debet igitᷓ inebriatio
eſſe debilis q̃ ſomnũ inducat: ⁊ ſollicitudinẽ penitus ãmoueat. For-
tius em̃ inebriari vitupabile eſt moribus ⁊ natura. ¶ Decimaq̃rta re
gula ẽ ꝙ ſi bibatᷓ vinũ non ſolum in ratõe potus. ſed ad corporuʒ nu-
tritiõem: ⁊ reſtauratõem: et impinguatiõem: ſicut cõtingit in macillẽ
tis naturaliter vel accidẽtaliter: tunc competũt vina dulcia et groſſa
ſufficiẽter colorata. Talia em̃ vina ſunt ſufficiẽter nutritiua: ⁊ depdi
ti reſtauratiua: ⁊ corpoꝝ impinguitiua. Unde ꝯueniẽtiora ad impin

guandū corpa macra. Et per oppoſitū ſi intendam⁹ non nutritōem:
nec deperditorū reſtauratiōem: nec impinguatōem: ſed magis ꝯſum
ptionē: macilentiā: ⁊ deſiccatiōem: vt cōtingit in his qui ſunt multū
carnoſi ⁊ pingues: tūc vina ſubtilia in ſubſtātia ⁊ actōe non dulcia: ſʒ
ſapore acuta: modicū colorata ſunt eligenda. Et ſimilit̄ aptiua ſi ſint
venarū ſubtiliū ⁊ ſtrictarū. In habētibus eñ venas ſtrictas dubitā-
duʒ eſt exhibere vina groſſa: que ſint opilatiua. Unde ſi quis eſſet ma
cilentus ⁊ cū hoc haberet venas ſtrictas: nō eſſet ſecurū ei exhibere vi
na dulcia: groſſa ⁊ rubea. ¶ Decimaqnta regula eſt ꝙ ſi vinuʒ det̄ ꝓpt̄
cibi permixtiōem ⁊ delatiōem: tunc vina ſubtilia nō dulcia: ſed ſapo-
re amicabilia: odorifera: nō auſtera: nec pontica: colore mediocria: ad
albedinē aliqualem declinātia: ſufficiēter fortia eligenda ſunt. Talia
eñ vina bene ſunt cibarijs ꝑmiſcibilia: ⁊ ſufficienter penetrātia: ⁊ di
geſtionem nō impediētia: ⁊ ſtomachū ad ſequētem cibum meli⁹ ꝑpa-
rantia. Et talis potus cibi debet eſſe permixtiu⁹ ⁊ delatiuus. Si au-
tem detur vinū ad ſitis extinctōem: tunc vinū album: ſubtile: debile
nature: aque ꝓpinquū eſt eligibilius. Tale eñ vinū magis humectat:
⁊ infrigidat: ⁊ per cōſequēs melius extinguit ſitim. Et quāto ſitis eſt
maior: tanto tale vinū eſt cōueniētius. Et in iſto caſu in fine comeſti-
onis eligibili⁹ ē vinū dare albū: aq̄ſuʒ: ⁊ ſubtile: qñ. ſ. vinū bibit̄ ad ci
bi ꝑmixtiōeʒ ⁊ ſitis ſedatōeʒ. Et ſi vtrūqȝ vinū bibat̄ ad vnā intētōeʒ:
tūc ſꝑincipiēdū eſt a debili: vt in iſto caplo ſupi⁹ dictū eſt. ¶ Decima-
ſexta regula eſt ꝙ ſi vinū det̄ ad ſpirituū ꝯfortatōem: ⁊ reꝑatōeʒ ⁊ vir
tutis ꝯfortatiōeʒ: tūc debet dari vinū ſubtile: odoriferū: ſaporis dele
ctabilis: mediocris coloris: ſufficiētis fortitudinis. Et tale vinū de-
bet ſumi cū pauco cibo. Et dʒ eē depuratū ab vtraqȝ ſupfluitate: ⁊ dʒ
ſumi in pauca quātitate. ¶ Decimaſeptima regula eſt ꝙ ſi exhibeat̄ vi
num ad ſtomachi ⁊ viſcerū ꝯtētiue fortificatōeʒ: eligem⁹ vina groſſa:
pontica: nigra vel rubea: ſicut ꝯtingit in habētib⁹ fluxū ventris ꝓpter
debilitatē ꝯtētiue ſtomachi. Sʒ ſi intēdam⁹ ꝯfortatōem digeſtiue ſto
machi: cōpetūt vina ſubtilia: vel mediocria in ſubſtātia ⁊ colore: boni
odoris: ⁊ ꝯtinētis ſaporis: ⁊ ſufficiētis vigoris: ⁊ aliq̄lis ſtipticitatis.
¶ Decimaoctaua regula eſt ꝙ vina alba ſunt debiliora ⁊ magis aquo
ſa: deinde nigra frigidiora rōe terreſtreitatis: ⁊ nō aqueitatis. Et ru-
bea ⁊ rufa ſunt calidiora ceteris. Et hoc eſt verū cōparāda vina eiuſ-
deʒ territorij adinuicē: ⁊ nō aliter. Unde vina rubea et rufa gallicana
nō ſunt ita fortia: ſicut ſunt multa vina alba que reperiunt̄: ſicut ꝯſi-
deranti eſt manifeſtū. Debet igit̄ fieri compatio inter vina eiuſdē ma
nerici ⁊ territorij. Uñ videm⁹ ꝙ vinū primit⁹ eſt valde albū: ⁊ in tꝑis
ꝓceſſu cū defecat̄ ⁊ purificat̄: efficit̄ min⁹ albū. Et vinū qđ in ꝑncipio
eſt min⁹ rubeū: in tꝑis ꝓceſſu efficit̄ magis rubeū. Et hoc ē manifeſtū
ſignū ꝙ nigredo ⁊ albedo atteſtant̄ minori caliditati vini: ⁊ rubedo ⁊

rufedo maiori. ¶ Decimanona regula ē ꝙ vinū factū debile ꝑ admixti
onē aque laudabilis eligibiliꝰ eſt ꝙꝫ naturaliter debile: ſuppoſito eodē
gradu debilitatis in vtroqꝫ. Et ſpecialr̄ quādo debilitas vini eſt val=
de magna: ſicut eſt debilitas vinoꝝ gallicanoꝝ. Nam vina ſic natu=
raliter debilia multū ſunt corruptibilia ⁊ putrefactibilia: ſed vina de
bilia per admixtionē aque nō ſunt putrefactibilia: ſicut manifeſte poſ
ſumꝰ expiri. Nam ſi dimittat̄ vinū gallicanū in vitro ꝑ noctē: in ma=
ne ſentit̄ ſapor corruptꝰ: et apparebit color corruptꝰ. Sꝫ nō ſic erit de
vino debilitato per aque admixtiōem. Sꝫ ſecus eſſet vbi nō eſſet tan
ta debilitas naturalis: ſicut ꝑ aque admixtionē: tūc em̄ eligibiliꝰ eſſꝫ
vinū debile naturaliter: qꝛ natura magis laborat in digerēdo: qđ eſt
minus homogeneū. Et vinū debilitatū per aquam eſt hmōi reſpectu
vini debilis naturaliter. Et hāc regulaꝫ memini me ſuꝑius dixiſſe in
capitulo de comeſtis ⁊ bibitis in generali. ¶ Uiceſima regula cōſide
randa eſt ꝙ cuꝫ vinis fortibus: ſubtilibꝫ: ⁊ fumoſis bonū eſt ꝙ admi
ſceat̄ aq̄: q̄ ſufficit ad rep̄ſſionē fumoſitatis vini: q̄ tn̄ nō faciat ſubam
vini ad cerebꝝ velociꝰ pēetrare. Uñ pauca aq̄ q̄ntitas ſufficit ad rep̄ſ
ſionē fumoſitat̄: q̄ tn̄ nō ſufficeret ſubtiliare ſubaꝫ vini vt faciliꝰ pene
traret: rōe cuiꝰ penetratōis ꝯtigit iebriatio. Sic igit̄ appoſitio pauciſ=
ſime aq̄ impedit fumatiōem ad caput: rōne cuiꝰ poteſt cōtingere capi
tis grauedo ⁊ dolor: ⁊ nihil iuuat ad penetratōem ſubſtantie vini ad
cerebrum et neruos: ratiōe cuius poſſet cōtingere inebriatio. Sꝫ ma
ior quātitas p̄dicta iuuabit ad vini penetratiōem ad neruos: et ſpeci
aliter ſi vinuꝫ ſit groſſum ⁊ forte: ⁊ non impedit vini fortitudineꝫ q̄n
poſſet inebriare. Et ſi plus apponatur de aqua: virtꝰ vini totaliter de=
ſtruet̄: ſic ꝙ inebriare nō poterit. Sic igit̄ approbo ꝙ in oībus vinis:
ſpecialr̄ fortibꝫ ⁊ fumoſis: ſi indigeamus fortitudine vini ſine fumo=
ſitate aliquid ponat̄ de aqua. Unde etiaꝫ poteſt ſuſtineri ꝙ cuiuſcūqꝫ
quātitatis aq̄ appoſitio: iuuat ſube vini penetratiōem. Unde ſi bibat̄
vinū in quātitate īmoderata: iuuaret ad iebriatōeꝫ: ſꝫ ſi bibat̄ in quā
titate moderata nō inebriabit. Et ſic nō iuuabit ad īebriatōeꝫ: ⁊ tn̄ fa
ciet ad fumoſitatē vini recipiēdū. Bñ em̄ ſtat ſil' ſubaꝫ vini eſſe magꝭ
ſubtilē: ⁊ rōe illiꝰ magꝭ penetratiuā. Et ſic idebite ſūptā magꝭ inebria
tiuam: ⁊ tamē eandeꝫ ſubſtantiā eſſe minus fumoſam. Nam fumoſi=
tas plus debet̄ vino ratiōe qualitatis que rep̄ſſa eſt per admixtioneꝫ
aque pauce: ⁊ inebriatio ei debet̄ ratiōe ſubſtātie in bibētis ſubſtanti=
am cerebri ⁊ neruoꝝ: cuiꝰ penetratōeꝫ iuuat admixtio aq̄ modice. Et
in hoc eſt materia ſubtilis ꝯſiderādi. ¶ Uiceſima p̄ma regula ꝙ ſi in=
tēdamꝰ pectoris ⁊ pulmōis mūdificatōeꝫ ⁊ vētris laxatiōeꝫ: tūc vina
mediocris ſube ſapore dulcia ſūt magꝭ eligibilia: ⁊ ſpālr̄ ſi nō dubita
mꝰ opilatōeꝫ venaꝝ. ¶ Uiceſima ſecūda regl'a ꝯſiderāda ē ꝙ vinū eligi
biliꝰ ⁊ meliꝰ in ſanitatꝭ regimīe eſt vinū mediū ſeu eq̄le inter vetuſ=

ſtatem et nouitatē:clarum: ad rubedineꝫ trahens:bonū habens odo
rem ⁊ equalis ſaporis:qđ nec acre:nec acutū: nec dulce: nec fumoſuꝫ:
nec groſſum nec valde ſubtile:ſed ad ſubtilitatē declinās ſit:qđ etiaꝫ
inter fortitudinē ⁊ debilitatē obtinet mediocritatē:qđ etiam non cre
uit in ſaxoſis ⁊ lapidoſis mōtibus:nec ī terra ſimpliciter plana ⁊ ara=
bili:ſed in terra montuoſa ſicca a ſole:verſus meridiē diſcoopta. Qđ
etiam nō creuit in regione nimis calida:nec nimis frigida. Et ex his
cōcludi poteſt ꝙ vina cyprina:nec greca:nec garnacina cōueniūt ī ſa=
nitatis regimīe via potus. Nec vina gallicana ⁊ eis ſimiles:ſed talia
vina ſicut ſunt vina de belua:et de berſilitico:et de ſancto portiano.
Hec eñ vina ſunt cōuenientia via potus in regimīe ſanitatis:cōſide
ratis eorū coloribus:ſubſtātijs:odoribus:ſaporibus:et locis ī quibꝫ
creuerint:et cōſideratis eoꝝ effectibus quos homīes in ſeipſis iā du=
dum experti ſunt. ¶ Uigeſimatertia regula eſt ꝙ homīes q̄ vtunť mlťo
vino:vel ex natura:vel ex ꝯſuetudine:vel ex q̄cūqꝫ alia neceſſitate:nō
debent vti multo cibo. Uinū eñ eſt cibus ⁊ potus. Unde videmꝰ po
tatores tabernas quotidie ſequētes reſpectu alioꝝ hoīm pauci victꝰ.
Quō eñ natura pt digerere multū cibū ⁊ multū potū? Pro certo ma
le. Et bonuꝫ eſt ꝙ talis qui vult repleri vino: in ſuis cibis in quibuſ=
dam diureticis vtať: vt vinū citius tranſeat de ſtomacho:⁊ non acci
dat repletio nauſeatiua: que ſi accidat ꝓuoceť vomitus:⁊ hydromel
bibať:deinde euomat iterum:deinde lauet os ſuū aceto ⁊ melle. Nec
dentes ⁊ gingiue propter vomitū remaneāt infecte: ⁊ faciē cum aqua
frigida:vel aqua roſarū irroret parū. ¶ Amplius volens repleri vino
non comedat rem dulcē:ſed vnctuoſaꝫ:puta micas panis vnctuoſas
⁊ carnes pinguedine mixtas:et poſt cibū cuꝫ bibere voluerit:amigda
lis vtatur et capparibus. Amplius caules cocti cū carne et oliue ꝑpa=
rate:⁊ cōdite cum ſale eiſdē cōueniūt: vt vino repleri poſſunt ſine leſi
one. Et vniuerſalr̄ omne qđ vaporeꝫ vini alleuiat valet ad idē:ſicut
ſemen caulium:ruta ſicca:calamentuꝫ:ameos:et ſimilia. ¶ Amplius
ſciendum ꝙ cibaria groſſa in quibus eſt viſcoſitas:conglutinatio:et
dulcedo ebrietateꝫ impediūt:quia tarde penetrant: et ſic impediunt
tranſitū vini:⁊ eius vaporem ingroſſant:q̄uis ſint cibaria cum qui=
bus nō poteſt recipi vinū ſine leſione:que eſt nauſeatiua repletio. Ci=
baria igitur ſubtilia ⁊ vnctuoſa nō dulcia ſunt:cuꝫ quibus ſine reple=
tione nauſeatiua ⁊ ſtomachi grauamīe plꝰ poteſt homo repleri vino.
Sed cibaria groſſa:dulcia:et viſcoſa ſunt cuꝫ quibus poteſt plus re=
cipi de vino ſine ebrietate:non tamē ſine grauamīe ſtomachi et reple=
tione nauſeatiua. Si igiť homo velit bibere multuꝫ vinū:et dubitet
ebrietatē:vel ꝓpter cerebri debilitatē:vel ꝓpter vini fortitudinē:vel ꝓ
pter humoꝝ plenitudinē:vľ ꝓpť ciboꝝ paucitatē:tūc talis cibꝫ groſſꝰ
dulcis glutinoſus ⁊ viſcoſus eſt maxime neceſſarius:et non pinguis

ſubtilis ⁊ vnctuoſus. Sed ſi quis nō dubitet ebrietatē: ⁊ velit mul-
tum bibere reſpectu cibi: ⁊ dubitet repletōem nauſeatiuā: ⁊ ſtomachi
grauedinē: tūc cibus pinguis: ſubtilis: vnctuoſus eſt maxime neceſſa
rius. ¶ Eſt breuiter hic notandū ꝙ amigdale ſpecialr̄ amare ciminū:
ſal: ſemen cauliū: ſal naptic⁹: ameos in ieiuno ſumpta cuꝫ aqua frigi
da impediūt ebrietatē. Et potus aque frigide cū aceto vl̄ cū vino gra
natoꝝ paulatim exhibit⁹: ebrietatē remouet: et ſilr̄ odor thuris: cam
phore: ⁊ ſandaloꝝ. Sed qꝛ iam ſum⁹ extra regimen ſanitatis: ad ꝓpo
ſitum redeam⁹. ¶ Vicesimaqrta regula eſt de vinis artificialibꝫ: que
apud aliquos hoim ſunt in vſu: puta vinū ſaluiatū: ⁊ enulatū: ⁊ roſa
tum. De his igit̄ ſciendū ꝙ cū ſapiant naturā medicinalē: non compe
tūt in regimie ſanitatꝫ niſi in pauca quātitate. Vinū igit̄ ſaluiatū ali
quis bibere pōt in hyeme in pauca quātitate. Nam vinū a ſaluia ac-
quirit quādam caliditatē: et ſtipticitatē: ⁊ aromaticitatē: rōne quoꝝ
parū ſumi pōt in hyeme ad ſtomachi calefactōeꝫ: ⁊ eiuſdē: ⁊ cerebri: ⁊
neruoꝝ: ⁊ alioꝝ rōne ſtipticitatis ⁊ aromaticitatis ꝯfortatōem. Sꝫ
multū ex eo ſumptū nō eſt cōueniens: nec ad ſitis extinctōem: qꝛ ſal-
uia calida eſt ⁊ ſicca in tertio: nec ad cibi delatōem ⁊ pmixtionē: qꝛ to
tum cibū ad nimiā ſiccitatē ⁊ caliditatē faceret declinare. Cum em̄ vi
num de ſe ſit calidū ⁊ ſiccum: ⁊ ſaluia ſit multū calida ⁊ ſicca: totū ag
gregatū multū declinabit ad ſiccitateꝫ ⁊ caliditatē: qđ nō eſt bonū in
ſanitatis regimie. ¶ Ampli⁹ ſi bibat̄ vinū ſaluiatuꝫ in magna quāti-
tate: qꝛ vinū a ſaluia acquirit quādam dureticitatē ⁊ ſubſtātie ſubtili
tem: intantū ꝙ eius decoctio ꝓuocat vrinā: ⁊ menſtrua erit cauſa de-
ſcendēdi cibū a ſtomacho ante ipius digeſtionē pfectā: ⁊ cauſa trāſit⁹
vini ad cerebrum ⁊ neruos ante digeſtionē eius in ſtomacho ⁊ epate.
Saluiatū igit̄ vinū in magna quātitate nullo modo eſt bibendū: ſꝫ
habētes neruos debiles vtant̄ eo in pauca quātitate: qꝛ in magna q̄n
titate plus lederet q̄ꝫ vinū ſimplex. Eſt aūt hoim ꝯſuctudo tale vinū
bibere ante aliū cibū: qđ forte ex hoc fit: qꝛ ſaluia habet virtutē incitā
di appetitū. Et ſic vinū ſaluiatū pmo ſumptū incitabit appetitū ad ci
bum q̄ ſumi debet. Ampli⁹ vinū ſaluiatū multū cōfortat neruos toti
us corpis: qđ meli⁹ ex eo fiet ſi ſumat̄ in pncipio q̄ꝫ in fine. ¶ Ampli⁹
vinū qđ recipit̄ in ꝓceſſu: debet ſumi ad cibi pmixtionē: vel ſitis extin
ctōem: ꝓpter quoꝝ nullū debet bibi vinū ſaluiatū. Nam quātitas q̄
ex eo bibi debet: dꝫ eſſe minor q̄ꝫ oportet ad pdicta. Si tn̄ poſt oēm ci
bū parū ſumeret̄ ex eo cū nebula: vel pane toſto ad orificiuꝫ ſtomachi
roborandū: ⁊ digeſtionē in eo cōfortandū: forte eſſet laudabili⁹ q̄ꝫ ſu-
mere claretū vel alia vina acuta valde: vl̄ alia q̄ multū ſunt fumoſa ⁊
capitis repletiua. Bene auteꝫ cōſiderandū eſt ꝙ vinū ſaluiatū fiat ex
ſaluia q̄ in loco creuerit vbi ſerpentes nō fuerint nutriti et cōuerſati.
Libēter em̄ cōſueuerūt ſerpētes morari vbi creſcit ſaluia. Quare vbi

ſaluia ſit apponat᷑ ruta: q̄ ſerpētes fugiūt rutā. Non igit᷑ recipiat᷑ ſal-
uia: niſi in loco vbi eſt magna copia rute. ¶ Vinū aūt roſatū in eſtate
eſt ꝯueniēs ꝓpter tempis feruorē: ⁊ in cōplexione calida: ⁊ in habētibꝫ
viſcera calida: ⁊ ī his q̄ diſpoſiti ſūt ad fluxū vl' vomitū colericū. Sꝫ
in ſanitatis regimīe vinū ſimplex eſt magꝭ cōueniens. ¶ Quidā autē
plus bibūt tale vinū ꝓpter voluptatē q̄ꝫ ꝓpter neceſſitatē. ¶ Vinū autē
emulatū multū ꝯfortat cor ⁊ mēbra adiacētia. Habētes aūt cor debi
le ⁊ ſtomachū: ⁊ ſpecialr ꝓpter frigiditatē ⁊ hūiditatē: vtant᷑ vino emu
lato in pauca quātitate: ſicut dictū eſt de vino ſaluiato. Et ſine dubio
emulatuꝫ in multis eſſet cōueniētius q̄ꝫ ſaluiatum. Et hec ſufficiant
de regimine vini.

¶ De ceruiſia ⁊ alijs potibus.

De ceruiſia aūt ꝯſequēter eſt determinādū ⁊ de alijs potibus:
puta boſcheto: ⁊ pomerio: ⁊ ceraſeto: ⁊ ſilibꝫ ſi q̄ ſint alij. Sūt
em̄ q̄dā qui ꝓpter penuriā vini vtunt᷑ p̄dictis potibꝫ: nō tamē
potꝰ adeo ꝯueniētes in ſanitatis cuſtodia ſicut vinū. ¶ Sciendū er-
go ꝙ ceruiſia p̄t fieri ex auena: ⁊ ordeo: et frumēto. Et ſm̄ ꝙ fit ex alio
⁊ alio grano: eſt alteriꝰ ⁊ alteriꝰ ꝯplexiōis. Dīs tn̄ ceruiſia de quolibet
grano facta groſſior eſt q̄ꝫ vinū: ⁊ multū difficilis ad digerendū: opi-
latō es in viſceribꝫ facit: ⁊ maxime tū eſt noua. Inflatōem ⁊ ventoſi-
tatē generat: ⁊ capitꝭ dolorē inducit. Et interdū fluxū vētris ⁊ appeti
tū deijcit. Sꝫ bn̄ verū eſt ꝙ multū nutrit: ⁊ corpꝰ impiguat ſi bn̄ dige
rat᷑. Que aūt ꝯficit᷑ ex rebꝫ inebriātibꝫ: puta ex grano q̄d nomiat᷑ loliū
peſſima eſt int᷑ oēs: dolorē capitis maxime generās: ⁊ neruos ledens.
Diuerſificat᷑ em̄ ſm̄ granoꝝ diuerſitatē. Naꝫ q̄ fit ex ordeo plꝰ attinet
frigiditati: et q̄ fit ex frumēto plꝰ attinet caliditati. ¶ Ampliꝰ q̄ fit ex
ordeo ⁊ auena: minꝰ opilat: ⁊ minꝰ generat vētoſitates: ⁊ minꝰ nutrit
Et q̄ fit ex frumēto magis nutrit: et magꝭ opilat. Et quāto ceruiſia eſt
groſſior: tāto deterior: ⁊ quāto ſubtilior ⁊ clarior: tāto melior. ¶ Alij
aūt ſunt potꝰ artificiales q̄ fiūt cū melle: q̄ ſunt calidi ⁊ ſicci: ⁊ multuꝫ
opilatiui venaꝝ: epatis: ⁊ ſplenis: ⁊ generāt multas inflatiōes: ⁊ ma-
xime qn̄ eſt q̄ntitas in eis maxima mellis: ⁊ maxime qn̄ mel nō eſt co
ctū ſufficiēter: ⁊ ventrē laxāt. In colericis igit᷑ nō cōpetit talis potꝰ: ⁊
ſilr ſi epar ⁊ ſplen fuerint opilata. Sꝫ talis potꝰ cōgruꝰ ē hn̄tibꝫ ꝯple-
xiones frigidas: maxīe ſi habeāt ī inteſtinis ⁊ ſtomacho mltū flegma
q̄ ṽtute ſua īciſiua ⁊ abſterſiua īcidit ⁊ mūdat: ⁊ ventrē euacuat. Vn̄
in his ſoluit vētrē. Et hec memī me dixiſſe cū de melle tractaui. ¶ Ce
raſariū aūt ⁊ pomeriū ſunt ꝓpinq̄ora nature vini q̄ꝫ ceruiſia. Et puto
ꝙ ī regimīe ſanitatis ſūt ꝯgruētiora: ſic̄ ptꝫ ꝯſiderātibꝫ colorē: odorē:
⁊ ſubaꝫ p̄dictoꝝ potuū: in q̄bꝫ ſunt magꝭ ꝯgruētia cū vino q̄ꝫ ceruiſia.
Iſti tn̄ potꝰ ſūt minoris caliditatꝭ: aromaticitatꝭ: ⁊ ꝯfortatōis mēbroꝝ

rū: ⁊ nutritōis q̄ʒ vinū: ⁊ ideo minꝰ ꝯgruētes i ſanitatis regimīe. Uñ
bos potꝰ ⁊ ſiľes ſi q̄ ſint: ore poſſumꝰ laudare: ſed corde ⁊ opere nos et
noſtros dilectos vino optimo copulare.

¶ Capitulū. XXII. ¶ De indumentis.

Quia poſſunt hoīes vti veſtibus et indumētis debito modo et
indebito: et talis indumētoꝝ vſus eſt neceſſariꝰ in ſanitatꝫ re-
gimīe: detminandū eſt i iſto caplo de indumētis ⁊ veſtibꝫ q̄ʒtū
ſufficit ī ꝓpoſito ¶ Veſtes aūt ⁊ īdumēta vel ſūt de lino: vľ de bomba
ce: vľ de ſerico: vľ de lana: vel de pellibꝫ. Regule igiť ſuāde in veſtibꝫ ⁊
indumētis ſūt hee. ¶ Prima regula ē: ꝙ veſtes ⁊ indumēta ſunt ꝓpter
mēbra exteriora defendē a nocumēto exteriori: puta calore vľ frigidi
tate: plꝰ tñ a frigiditate. Tpe em̄ calido nudū incedē mēbra denigrat
⁊ cutē adurit: ⁊ totū corpꝰ plꝰ debito calefacit. Et siľr tpe frigido ſi q̄s
ſine veſtibꝫ vľ cū paucis īcedat: multū ġuať corpꝰ: ſicut ꝯſiderāti ē ma
nifeſtū. Vñ igiť ꝯſiderādū ē ꝙ tpe frigido hō nō incedat ſine veſtibus
corpꝰ defendētibꝫ a frigore ꝯtinētis. Et siľr in eſtate ꝙ nō īcedat cū ve
ſtibꝰ corpꝰ plꝰ debito calefaciētibꝫ: vľ ſine veſtibꝰ totaľr: vel cū ita pau
cis veſtibꝰ vel ſubtilibus: ꝙ corpꝰ a calore ꝯtinētis pn̄t mīme diffenſa
re. ¶ Eſt igiť diligēter notādū ꝙ veſtes ⁊ īdumēta defenſāt corpꝰ a fri
giditate ꝯtinētis tripľr. Primo q̄dē q2 ꝓhibēt applicatōēꝫ frigiditatis
continētis ad corpus: quia fragilitas cōtinentis nō attingit corpus
īmediate: ſed mediātibus indumentis. Secundo quia humores et
vapores calidos circa ſuperficiē corporis retinent: ⁊ ſic ibidem multi
plicati calefaciūt corpꝰ exteriꝰ. Tertio calefaciūt corpꝰ nr̄m ſuo calo-
re ēentiali ⁊ ꝟtuali: q̄ calor q̄dāmō de potētia ad actū reduciť a calore
⁊ ſpū corporis nr̄i: ſicut piper pulueriſatū ſupra manū: calefacit manuꝫ
ſua ēentiali caliditate q̄ reduciť de potētia ad actū a caliditate nr̄i cor
poris. Interdū indumēta poſſunt calefacere ſuo actuali ⁊ formali ca
liditate: puta quādo veſtis calefaciunt ab igne: et ſic calidi induūtur.
Hec tamen caliditas actualis cito recedit: ⁊ remanet virtualis ⁊ po-
tentialis caliditas quodāmodo reducta a calore corporis noſtri de po
tentia ad actum. ¶ Secunda regula conſideranda circa veſtes et in-
dumenta: eſt ꝙ quanto tempus eſt frigidius et ventoſius et aer ſub-
tilior: tanto pluribus indigemus veſtibus. Et ſpecialiter quādo cor-
pus eſt rarum multum ⁊ paſſibile: ⁊ cum hoc frigidioris complexio-
nis. In hyeme igitur ceteris paribus indumenta plura ſunt neceſſa
ria: et in nocte q̄ʒ in die: et flante vento q̄ʒ non flante: ⁊ in tempore plu
uioſo q̄ʒ ſereno. Nam tempore ſereno ſol magis potens eſt calefacere
q̄ʒ pluuioſo. ¶ Amplius homines rare cōplexionis: puta quoruꝫ mu
ſculi nō ſunt denſi: ſed multum poroſi: et quorū carnes non ſunt du
re: ſed molles: tales vtiq3 plus timent frigus: et pluribus indigent

veſtibus. Similiter etiā ceteris paribꝫ ſenes ⁊ fleumatici ⁊ melancō=
lici pluribꝫ veſtibus indigēt. Naȝ tales maxime leduntur a ſimilibꝫ ſue
craſſi: ⁊ a ꝯtrario iuuantur ⁊ ſic colerici ⁊ ſanguinei: paucioribꝫ indigēt
veſtimētis q̄ȝ fleumatici vel melancolici. Sed tu diceres cōtra: coleri
ci ſunt rariores: ⁊ ꝑ ꝯſequēs paſſibiliores: ⁊ ſic indigēt pluribꝫ veſtibꝫ
q̄ȝ melancolici: quoꝝ cōpoſitio eſt durior. Dicendū ad hoc ꝙ nō eſt i=
couenies aliquē colericū quo ad mēbra exteriora eſſe cōpoſitiōis du
rioris: ⁊ minꝰ paſſibilis aliquo melācolico. Vn̄ dato ꝙ regulariter cō
poſitio ſequatur complexionē ⁊ eidē ꝓportionetur: interdū tn̄ cōtingit con
trariū. Sic igitur ſtat ſimul ꝙ aliq̄s ſit colericꝰ ⁊ nō rarus: ⁊ melancoli
cus ⁊ nō denſus. Ceteris igitur paribꝫ ex ꝑte cōplexiōis regula cōpoſiti
onis poſita eſt vera: ⁊ maxime eēt vera ſi cū caliditate cōplexionis eēt
duricies cōpoſitōis: ⁊ cū frigiditate cōplexionis eēt raritas cōpoſiti=
onis. Poteſt etiā dici ꝙ regula cōpoſitiōis dicta nō ſimplr̄ tenet: niſi
ſuppoſita eadē cōplexione: vel ꝙ nō ſit repugnātia ex ꝑte cōplexionis
ſed reſpectu cōpoſitōis ſimplr̄ tenēda eſt. Plus em̄ facit caliditas cō=
plexiōis ad hoc vt aliquis minꝰ indigeat calefaciētibus q̄ȝ raritas cō
poſitiōis ad hoc ꝙ ledatur ab infrigidātibus. Vnū em̄ cōtingit in rōne
actiui reſiſtētis puta cōplexionis caliditas: ⁊ aliud in rōe paſſiui pu=
ta cōpoſitōis raritas aut denſitas. ¶ Tertia regula eſt ꝙ hoīes q̄ plꝰ
exercitantur ceteris paribꝫ paucioribꝫ indigēt indumentis. Nam ꝑ exer
citiū calefaciūt mēbra exteriora: ⁊ ſuꝑflue humiditates mēbroꝝ con=
ſumuntur: membra aliq̄liter indurantur: et impaſſibilia efficiuntur. In qui
eſcētibus aūt mēbra exteriora ſopita ſunt ⁊ calor in eis: ⁊ ideo opor=
tet ꝙ ꝑ indumēta ꝯfortentur: et q̄dāmodo de potētia ad actū reducantur.
Quarta regula eſt ꝙ ſeruiētes in ſtuphis ⁊ q̄ in eaꝝ domibꝫ cōmoran
tur: qn̄ ꝯtingit ꝙ ſe exponūt cōtinenti aeri frigido: indigēt pluribꝫ ve=
ſtibus: tum q² plus leduntur a frigore: q² cōſueti ſunt in calore. Sicut
em̄ ab aſſueto non fit paſſio: ſic ab eo q̄d eſt cōtrariū aſſueto corꝑa no
ſtra maxime patiuntur: ⁊ hoc cōtingit in ꝓpoſito: tum q² coꝝ poroſita=
tes ſunt apte ⁊ rare: ⁊ ſic frigiditas cōtinētis pōt ꝑfectius ⁊ citius ſub
intrare ⁊ mēbra ledere. Et ꝓpter hanc cauſaȝ in p̄mis frigidioribꝫ in=
diget homo plurimis coopimētis: ꝓpter hoc ꝙ ſubita mutatio ad fri
gus nocet: ⁊ pori īueniuntur aperti. ¶ Quinta regula eſt ꝙ in ſomno ali
quis indiget plīmis coopimētis q̄ȝ in vigilia. Nā in ſomno calor tra
hitur ad interiora ad loca digeſtiōis: et mēbra exteriora remanēt calore
⁊ ſpiritu denudata reſpectu vigiliaꝝ: ⁊ ſic apta nata ſunt magis ledi
frigiditate cōtinētis. Et mēbꝝ maxime frigidū: maximo indiget co=
operimēto: et hoc eſt cerebrū. Vn̄ caput in ſomno maxime eſt cooperi
endū: ⁊ ſpecialr̄ quia in ſomno eleuantur vapores ad caput: infrigidan
tes ip̄m: qui in cerebro cōuertuntur in ſubſtantiā aqueaȝ. Unde puto ꝙ
in ſomno magis eſt caput coopiendū q̄ȝ alia mēbra: ſȝ ī vigilia magis

coopiẽda ſc̃ alia mẽbra: qꝛ ĩ vigilia mlt' caloꝛ ⁊ ſpũs mittũt̃ a d cerebꝛ ꝑꝑ̃ vtutes aĩales inſioꝛes ⁊ exterioꝛes quarũ opatiões vigent in eoꝛ ſic in vigilia calidũ eſt ſufficienſ: ſed in ſomno caliditas non ẽ ita fortis: imo ẽ ꝯtrariũ vt dictũ eſt. Partes aũt ſpũales. ſ. pectoꝛales maxime debẽt coopiri non ſolũ in ſomno ſed ⁊ in vigilia. Nam partes pectoꝛꝫ difficile ẽ tueri a frigoꝛe: qꝛ aer frigid' ꝯtinue inſpirat̃ ⁊ expirat̃ ⁊ reuma ꝯtinue deſcẽdit a cerebꝛo ad ptes pectoꝛis ⁊ pulmonis. Etiam eſt ĩ illis ptibꝫ magna q̃ȝtitas oſſiũ que frigida ſũt: nõ obſtãte igit̃ coꝛdis caliditate ꝑꝑ̃ p̄dictas cauſas ptes pectoꝛales ſunt maxĩe coopiende. Extrema aũt puta man' paucioꝛibꝫ indigent coopimentꝫ: ⁊ ſpãlit̃ in vigila qꝛ ſunt quaſi ĩ motu ꝯtinuo. Sũt eni oꝛgana deputata ad opationes tranſeũtes: ⁊ adhuc man' paucioꝛibꝫ indigẽt coopimẽtꝫ q̃ȝ pedes ex eo ꝙ ſunt in motu magꝫ ꝯtinuo ⁊ eoꝝ opus coopimẽtꝫ impeditur ⁊ ſunt ꝓpinq̃oꝛes fonti caloꝛis. ſ. coꝛdi: ⁊ ꝓpe man' ſũt arterie multe in qbꝫ inuenit̃ pulſus foꝛtꝫ in q̃ ſignificat̃ caloꝛ foꝛtꝫ ⁊ magꝫ influẽtia coꝛdis. Vñ qꝛ opatiões manuũ ad q̃s ſunt deputate a natura que ſũt valde multe exercent̃ multo caloꝛe ⁊ ſpũ: ideo ad eaſdeȝ man' natura coꝛpis regitiua mittit multũ caloꝛẽ ⁊ ſpm̃ ⁊ ſic nõ indigent tot coopermentꝫ ſicut alie ptes. Pedes etiã ſunt in multo motu: ⁊ opatiões ad q̃s deputati ſũt exerceri ñ poſſent cũ multꝫ coopimẽtꝫ ⁊ ſic ñ indigent pluribꝫ coopimẽtꝫ ſed indigent adhuc plus q̃ȝ man' ⁊ ſic a p̄ncipio et cõiter aſſuetũ eſt ex cauſa finali ħ ⁊ hec ꝯſuetudo iam redacta ẽ in naturã. ¶ Membꝛa aũt faciei nullis coopimẽtꝫ indigẽt vel paucis niſi magꝫ ĩminẽte neceſſitate. Nã ad faciẽ natura mlt̃ũ mittit caloꝛẽ ꝓpter opatiões ſenſuũ q̃ vigent maxĩe in ptibꝫ faciei. Que etiã opatiões cooperimẽtis cõiter exerceri nõ poſſent. ¶ Sexta regula ſumit̃ ex parte habitudĩs. Nam habẽtes mẽbꝛa exterioꝛa carnoſa paucioꝛibꝫ indigent coopimentꝫ habentibꝫ ea denudata a carne: min' eniȝ oẽs tales ledunt̃ a frigoꝛe q̃ȝ denudati a carne ceterꝫ paribꝫ. ¶ Septima regula ſumit̃ ex parte indumẽtoꝝ ⁊ veſtiũ in qbꝫ plurima diuſitas inuenit̃. Quedã eni indumẽta ſunt magꝫ calida quedã min' alia vͦo mediocriter. Indumẽta enĩ de pellibꝫ cõiter ⁊ vt in plurimũ ſũt aliis magꝫ calefaciẽtia ⁊ inde indumẽta ex pãnis laneis ſubtilibꝫ ⁊ mollibꝫ denſis ſufficiẽt̃ groſſis: deinde indumẽta de bombace: ⁊ deinde de ſerico et vltimo indumẽta linea. Qibꝫ enĩ indumẽtꝫ ſunt min' calida: ⁊ ꝺ bombacinis ⁊ ſericꝫ que min' lirata ẽ ⁊ magꝫ piloſa ẽ magꝫ calida. Veſtis enĩ ſerica lirata multũ eſt frigida ⁊ ſimilit̃ bombacina ⁊ ſimilit̃ de veſtibus laneis que magis ẽ ſubtilis ⁊ rara ⁊ lirata ⁊ nõ lenis ſed aliq̃ntulũ aſpera ẽ min' calida: ⁊ que min' ſubtilis ⁊ ſatꝫ denſa ⁊ lenis nullo modo lirata eſt talis vtiq̃ȝ lanea veſtis calidioꝛ eſt inter oẽs. Et de veſtibꝫ lineis ſimilit̃ dicendũ ꝙ q̃ȝto ſubtilioꝛ rarioꝛ aſperioꝛ minus piloſa tanto min' calida: ⁊ ꝑ oppoſitũ q̃ȝto groſſioꝛ denſioꝛ lenioꝛ ma

gis piloſa:tanto calidioꝛ.Et de pellibꝫ ſimiliť ꝙ q̄to pellis habet pi-
lū denſioꝛē maioꝛē lenioꝛē:tāto eſt calidioꝛ. Et ē notandū:ꝙ pelles di
uerſificanť ſm diuẽſitatē aīaliū a quibꝫ ſumūť. Sciēdū igiť ꝙ ꝯſidera
tis ꝯditiōibꝫ ſupdictꝭ ⁊ aīaliū naturis pellis capꝛina ē minoris cali-
ditatꝭ ⁊ deinde pelles de griffo. Pelles aūt vulpine ſūt multū calide
et ſicce ⁊ ſic multū ꝯfoꝛtāt neruos vñ multū competūt palyticis ⁊ ar-
theticis ⁊ vniūſaliť oībꝫ paſſiōibꝫ neruoꝝ ⁊ competūt etiā his q̄ ſunt
valde pingues ⁊ volūt eoꝝ coꝛpa macrefacē ⁊ deſiccare. Pelles autē
cuniculoꝝ ⁊ lepoꝝ ſunt his ꝓpoꝛcionales niſi ꝙ nō tm̄ deſiccāt. Unde
puto ꝙ in regimīe ſanitatꝭ ſunt magis ꝯgruētes pelles de biuria ꝯſi-
deratis ꝯditiōibꝫ pꝛius enūeratis: ſatis eſt calida:nam pellis eſt ſatis
groſſa ⁊ habet pilos multos ⁊ denſos ⁊ lenes ⁊ ſufficienť magnos et
cū hoc eſt nitida valde ⁊ pediculoꝝ mīme gn̄atiua ⁊ habet pilos foꝛ-
tiſſime adheſiōis:vnde tales pelles ſatis apud me cōmēdāde ſꝫ. Pel-
les aūt ouine ſunt calide ⁊ humide ꝯſequētes complexionē aīal' cuiuſ
ſunt. Uñ multū ꝯfoꝛtant coꝛpus ⁊ caloꝛē naturalē ⁊ coꝛpꝰ inpinguāt
vñ melancolicꝭ ⁊ ſiccis ⁊ macillentꝭ multū competūt ſed eſt pellis īťr
oēs nitida mīme ⁊ multoꝝ pediculoꝝ gn̄atiua. Ut igiť ſint ad vnū
dicere pellis ouis ſequiť complexionē aīalis cuiꝰ eſt que cū ſit cutꝭ dē-
ſe ⁊ ſpiſſe piloſitatꝭ: foꝛtis adheſionis ⁊ multe piloſitatꝭ plus calefa-
cit:⁊ ꝑ oppoſitū ſi ſit rare cutis ⁊ rare piloſitatꝭ ⁊ pauce minꝰ calefacit
et ſi habet pilos aſꝑos ⁊ duros deſiccat:⁊ ſi hūiles ⁊ lenes impinguat
et humectat ⁊ hoc eſt vniūſaliť verū in oībꝫ indumētꝭ. Ex dictꝭ igiť ſa-
tis ꝯcludi pōt ꝙ hoīes calide complexiōis iuuenes tpe calido regiōe
calida ſufficienť pingues ⁊ carnoſi indigent indumētꝭ ſubtilioꝛibꝫ ra-
ris pauce piloſitatꝭ ⁊ rare:⁊ per oppoſitū frigide complexiōis ſenes et
tpe ⁊ regione frigidis macillēti ⁊ rari indigēt indumētis groſſioꝛibꝰ
multe piloſitatꝭ ⁊ denſe. ¶ Amplius ſi queramꝰ coꝛpis deſiccationē
et macillentiā vel ſupfluitatū in membꝛis ꝯſumptionē bonū eſt ꝙ in-
dumenta ſint dura aſpera ⁊ nō multū rara ⁊ ſpālit indumēta q̄ ꝓpe cu-
tem ponunť. Unde volētes ſe macrefacē ⁊ mēbꝛoꝝ ſuoꝝ ſupfluitates
deſiccare vti debent indumētis lineis aſpioꝛibꝫ durioꝛibꝫ ⁊ groſſioꝛi
bus ⁊ talia indumēta ſepius mutare. Et per oppoſitū quoꝝ mēbꝛa ſꝫ
macillēta ⁊ paucarū ſupfluitatū volētes impinguari debent vti in-
dumentis lineis mollibꝫ ſufficienť denſis. Ex dictis autē elici pōt ꝙ
q̄to indumēta ſunt leuioꝛa ⁊ minus piloſa ⁊ magis lixata tanto in-
duanť immediaciꝰ carni:⁊ q̄to aſperioꝛa ⁊ durioꝛa ⁊ minꝰ frangibi-
lia tanto induanť longiꝰ a carne:vnde veſtes linee ⁊ ſimiles induunť
magis ꝓpe carnē ⁊ veſtes lanee induunť longiꝰ ſic enī minꝰ lediť coꝛ-
pus ⁊ veſtes melius ꝯſeruanť.

¶ Capitulū. XXIII. De volentibus continere.

Quoniam q̇dem ſunt venerabiles viri qui viuere volunt ꝯti=
nenter ⁊ tamen volunt viuere ſani. Ideo de meliori eoꝝ regi-
mine intendo vnū capitulū breue imponere. Scimus eni ꝙ ⁊
ſi actus venereus ſeu coitus ſit vtilis in ſanitatꝭ regimīe non tam̄ ne
ceſſarius. Unde aliqui ſapientū qui fuerūt locuti de ſanitatꝭ regimīe
de coitu nullam penitus fecerūt mētionē. Multi eni ſunt qui viuūt
ſani ſine coitu ſicut aliȷ̄ cum coitu. Non eſt igiᷓ coitus neceſſariꝰ ad ſa
nitatis ꝯſeruationē indiuidui: licet ad ꝯſeruationē ſpeciei neceſſariuſ
ſit. Poſſibile igiᷓ eſt hominē viuere ſanū ſine coitu ſicut patet in mul
tis virginibꝫ p̄teritꝭ ⁊ p̄ſentibꝫ. Igiᷓ ponēde ſunt he regule quibꝫ ho-
mo poteſt ſe a coitu p̄ſeruare ⁊ ꝯtinenᷓ viuere. ¶ Prima regula ſumi
tur ex parte ꝯſuetudīs. Sciendū igiᷓ ꝙ deaſſueſcē actum eſt de his q̄
maxime reddunt hominē ꝯtinentē. Sicut eni mulieres nutrices cū
deaſſueſcūt lactare non gn̄atur lac in earū mām̄illis ⁊ ſic pueros nu-
trire non poſſunt: ſic etiam mēbra gn̄atiōis cuꝫ deaſſueſcūt coitum ⁊
ſpermatis emiſſionē: ſperma in eis non multiplicaᷓ nec fermentaᷓ: et
ꝑ ꝯſequens ad coitū mīme ſtimulanᷓ ⁊ ſic ꝯtinentes de leui efficiunᷓ.
Eſt diligenᷓ notandū: ꝙ ſi quis fuerit ꝯſuetus ad actum coeūdi lon-
go tempore non eſt ſecurū hanc ꝯſuetudinē ſubito relinq̄re ſed paula-
tim. nam ſubito ꝑmutare ꝯſuetudineꝫ eſt res ꝑiculoſa in ſanitatꝭ re-
gimine. Conſuetudo igiᷓ paulatim eſt mutāda ⁊ hoc fieri poteſt ſi q̄s
volens mutare ꝯſuetudinē coeat tardius q̄ꝫ ꝯſueuit ⁊ cū turpioribus
mulieribꝫ ⁊ cum vetulis ⁊ cum meretricibꝫ ⁊ vniu̇ſaliᷓ cū mulieribꝫ q̄
rum actus ⁊ aſpectus ſunt horribiles ⁊ ſpecialiᷓ in actu coeūdi ima-
ginari debet actus turpitudinis ⁊ ꝙ eodeꝫ actu ratio abſorbeᷓ ⁊ ſuc-
cumbit ⁊ homo brutis adequaᷓ: ⁊ ꝙ ex hoc actu nullus actus virtutꝭ
nec bonus habitus in nobis augmētaᷓ: qm̄ in hoc actu ratio nihil iu
dicat nec de bono nec de malo: im̄o eius iudiciū totaliᷓ ānullaᷓ ⁊ ſpe=
cialiᷓ ꝙ ex hoc actu homo diſtrahiᷓ a multis opibꝫ virtuoſis: q꞉ muli
er furaᷓ cor ſpiſſe ſapientꝭ. Oībꝫ his itaqꝫ ꝯſideratis ⁊ ſepe homo leui-
us ⁊ faciliꝰ ꝯtinebit. ¶ Ampliꝰ ſcias ꝙ venatiōes ⁊ ludoꝝ ſpēs ⁊ tri-
ſticie ꝓuocatiōes ⁊ dignitates aſſūpte ſᷓ ex his q̄ iuuāt hoīeꝫ ꝯtinēᷓ et
ſuꝑ oīa ſeruire phīe ⁊ ſtudijs lr̄arū ⁊ ſpālıᷓ moralibꝫ inſudare ⁊ bello=
rum actibꝫ inſiſtē hec oīa iuuāt q̄ꝫ plurimū ꝯtinē. ¶ Ampliꝰ fleuboto
mia ⁊ ſtupha ſicca exercitiū forte ⁊ balneū multū iuuat ad ꝯtinenduꝫ
hoīes. Oēs eni q̄ coitu nō vtunᷓ plꝰ alijs vtētibꝫ debēt fleubothomari
et ſepiꝰ ſtuphari ſtupha ſicca ⁊ ſepiꝰ balneari ⁊ plꝰ exercitari. Ex his eī
omnibus materia ſpermatica conſumitur ⁊ deſiccatur ⁊ minꝰ in cor
pore multiplicaᷓ. ¶ Amplius volentes continere debent vitare ciba-
ria hoīeꝫ ad coitū incitātia vel ſꝑma mlᷓiplicādo vel calorē incitādo
vel ſpm̄ vētoſū ī mēbrꝭ gn̄atiuis ꝯgregādo. Que āt ſint iſta cibaria ſcͥp
tū ē i. ij. ꝑte hꝰ opis. c. ð regīe ſani. ſūpto a diu̇ſitate mēbroꝝ. Ibidē eī

querit̃ que ⁊ qualia cibaria ſunt ⁊ a volentib⁹ ꝯtinere totalit̃ euitētur et vtant̃ deſiccantib⁹ materiā ſpermaticā: bonū eſt ꝙ vtant̃ infrigidā-tib⁹ mēbra ḡnatiōis ⁊ cū ventoſitas ſit forſan de incitātib⁹ ad coitum ꝓpter erectionē bonū eſt ꝙ euitent ventoſa ⁊ ꝙ vtant̃ ꝯſumētib⁹ ven-toſitatē ⁊ ſperma deſiccantib⁹. Deſiccātia ſperma quedā ſunt frigida quedā calida. Frigida ſūt vt lentes ⁊ aq̄ lentiū decoctarū cum ſemīe caulis ⁊ nenufarꝫ ⁊ coriādri ⁊ ſemīe lactuce ⁊ aqua lactis ſine butyro vehemētꝫ acetoſitatꝫ ⁊ acetū etiā ſemen portulace. Hec igit̃ cōmeſta ſeu bibita ſperma deſiccāt ⁊ caliditatē ad coitum incitantē alterant. Fiāt igit̃ ex eis pulueres ⁊ electuaria vel potiōes q̄bus hoīes volētes ꝯtinere poſſent vti. ¶ Amplius ſcias ꝙ inungē mēbra ḡnatiōis ⁊ re-nes cū oleis frigidis ⁊ ſiccis ⁊ cū oleo iuſq̄ani vel papaueris eſt ex his que ſperma deſiccāt: etiā incedere nudis pedib⁹ deijcit deſideriū coit⁹. Sūt etiam multa calida que ſperma deſiccāt puta liliū: ſemen rute ⁊ herba ⁊ ſemē agnicaſti: calamētū: euforbiū: myrrha: ⁊ ciminū: vñ dya ciminū eſt deſiccatiū materie ſpermatice valde: ⁊ ſi aliq̄s ſit calide cō-plexionis ⁊ ī tempe calido vtat̃ aceto. ¶ Ampli⁹ ſcias ꝙ interdū ſub-mergere mēbra ḡnatiōis in aq̄ frigidiſſima: eſt ḋ his que auferūt deſi-deriū coitus: ⁊ ſpecialit̃ hoc fiat tempe illo quo homo ad coitum ſti-mulat̃ vel ex natura vel ex inordinatiōe appetit⁹. ¶ Amplius in habē-tib⁹ renes calidos valde ⁊ genitalia: lamīa plūbea minutiſſime pfora-ta ⁊ ſubtilis valde aliq̄ oleo frigido ⁊ ſicco inūcta multū deijcit coitū ſi portet̃ ligata ad renes. ¶ Ampli⁹ cibaria eoꝝ nō debēt eē multi nu-trimēti nec calidi ⁊ hūidi ſed nutrimēti pauci declinātꝫ ad ſiccū ⁊ fri-gidū. Nec debēt eſſe cibaria ventoſa: nā ventoſitas incitat ad coitum et ſpālit̃ cū caliditate ⁊ hūiditate ſic ꝑꝫ ī cicere in q̄ ē caliditas ⁊ hūi-ditas ⁊ ventoſitas ⁊ ſimilit̃ in napionib⁹ ⁊ paſtinacꝫ ⁊ ſimilit̃ in fabis et piſis excorticatꝫ ⁊ ſimilib⁹. ¶ Ampli⁹ volētes ꝯtinē inſiſtāt vigilijs et min⁹ ſolito comedāt ⁊ nunq̄ ſint ocioſi: vñ circa aliq̄ ſollicitari ſi-ue agibilia ſiue ſpec̃abilia multū diſtrahit hoīem a deſiderio coitus. Ociū enī alimēta miſtrat nō ſolū huic vicio ſꝫ multꝫ alijs. Volēs igit̃ de leui viuere caſte ſic ſuū ordinet viuendi modū: ꝙ ṗter horā ſomni nulla ꝑ ociū trāſeat: ⁊ laudo ꝙ ꝯtinē volētes vtant̃ agnocaſto in bal-neis in ſuffumigatiōib⁹: ⁊ eoꝝ camē ⁊ lect⁹ ſternant̃ agno caſto. Ha-bet enī mirabilē ꝓprietatē in iſto ſicut diu teſtificati ſunt multi ſapien-tes. ¶ Multi enī ſunt q̄rū ex dimiſſiōe coitus ſtomach⁹ ⁊ cor debili-tant̃. Bonū eſt igit̃ intendē ad ipſoꝝ ſtomachū ꝯfortandū cū medici-nis bibitꝫ ⁊ comeſtꝫ ſeu emplaſtris ſtomachū ꝯfortātib⁹ calidis ſeu fri-gidis ſeu tempatꝫ ſicut meli⁹ videbit̃ expedire ſm̄ diuſitatē ꝯplexiōis tpis ⁊ etatꝫ et ſimilia: et q̄ ſunt illa ſatꝫ dictū eſt in pma pte hui⁹ operꝫ in. c. de mēbroꝝ ꝯſeruatiōe vbi tractat̃ ſpālit̃ de ſtomachi ꝯfortatione et ꝓporcionabilit̃ intelligat̃ de corde h̄ enī mēbꝝ debilitari ꝯſueuit ex

dimiſſiõe coitus ⁊ que ſint cordiales ṽtutes ⁊ medicine ſimplices et compoſite in p̃allegato .c. ſufficient̃ dictũ eſt. Amplius dico ꝙ tales maxĩe aſſiduẽt exercitiũ partiũ ſupioꝝ ſicut eſt lapidis eleuatio et vniũſalit̃ oẽ exercitiũ in q̊ pectoralia ⁊ brachia exercitent̃ plus q̃ȝ inferiores ꝑtes. Nam ꝑ tale exercitiũ ſupfluitas in mẽbris ſupioribꝫ ꝯſumet̃ ⁊ in eis nõ multiplicat̃ ex dimiſſiõe coitus. Membris aũt inferioribꝫ admĩſtrari debent vnguẽta ⁊ emplaſtra frigida ⁊ ſicca vl' calida et ſicca ſperma exiccãtia qđ hoꝝ magꝭ videbit̃ expedire: ſed regularit̃ melius ẽ ꝙ talia emplaſtra vel vnguẽta declinẽt ad frigiditatez ſemꝑ q̃ȝ declinent ad caliditatẽ vel nĩmiã ſiccitatẽ: ⁊ qñ ex adminiſtratiõe taliũ emplaſtrorũ videbimꝰ ꝙ materia ventoſitatꝭ erit ꝯſumpta: tunc poterũt admĩſtrari embroce declinãtes ad aliq̃lem caliditatẽ ⁊ ſubtilitatez: puta de camomilla agnocaſto ⁊ ſemĩe canabis. Amplíꝰ ſcias ꝙ in volentibꝫ ꝯtinẽ vomitus eſt ꝯgruẽtior q̃ȝ farmacia. Timet̃ ei ꝙ farmatia nõ faciat deſcendẽ materias. Amplíꝰ fleubothomia đ ſophenis interioribꝫ cauillarũ pedũ maxĩe ꝯpetit his q̃ ex coitus dimiſſiõe incurrũt cordis debilitatẽ et ſtomachi. Amplius ſcias ꝙ ſaphyrus ⁊ ſmaragdus ⁊ topaſiꝰ reddũt hoĩem caſtũ ⁊ ꝯtinentẽ.

Capitulũ. XXIIII. De iter agentibus.

Conſeq̃nt̃ dicendũ eſt de regimĩe iter agentiũ. Circa qđ regimẽ dande ſũt regule. Quarũ Prima ẽ. Ꝙ intẽdẽs iter agẽ ex neceſſitate debet ĩ mõ viuẽdi ꝯſuetudinẽ mutare. Aliꝰ enĩ debet eſſe modus viuẽdi itinerantiũ ⁊ nõ itenerantiũ: nã ꝓpt̃ laborẽ qui in eis ꝯtingit ẽ dubitãdũ ne ĩ malas cadãt egritudĩes niſi ſuũ regimen ꝑmutẽt ab eo qđ ꝯſuetũ eſt. Nec tñ ꝯſuetudĩs ꝑmutatio nõ eſt fienda ſubito ſed paulatim ⁊ ordinate. Oportet igit̃ qui iter agredit̃ vt vtat̃ ordine ⁊ in ꝑ̃ncipio ſui itinerꝭ parũ plus ſolito exercitet̃ ⁊ ſic paulatĩ ad exercitiũ itinerꝭ aſſueſcat: ⁊ ſi ĩ ſuo itinẽ neceſſarium fuerit vigilare paulatim aſſueſcat ⁊ anteq̃ȝ iter arripiat: ⁊ ſimilit̃ intelligit̃ de fame ⁊ ſiti. Vñ in h̃ caſu ſũme oportet ad nõ ꝯſueta trãſmutare: dꝫ etiã aſſueſcere ad cibũ q̊ in itinẽ ꝓponit vti. Maiꝰ enĩ ꝑiculũ eſt iter arripe hiſ q̃ nõ ꝯſueuerũt ⁊ ĩ debilibꝫ ⁊ ſenibꝫ q̃ȝ in ꝯſuetꝭ fortibꝫ ⁊ iuuenibꝫ. Et circa illos in q̇bꝫ maiꝰ ꝑiculũ imminet maiꝰ ſtudiũ eſt impendenduz ĩ mutatiõe ꝯſuetudĩs ad ea q̃ itinerãtibꝫ ſunt neceſſaria. Secũda regula ẽ ex ꝑte cibi ⁊ potꝰ nã cibi itinerãtiũ debẽt eſſe facilioris digeſtiõis ⁊ melioris ſubẽ ⁊ ꝓpinq̃ mẽſure ⁊ nõ multi. Et vt ſit ad vnũ dicere ſuũ nutriẽs dꝫ meliorari vt bñ digerat̃ ⁊ ſupfluitates ĩ venis non ꝯgregent̃. Et q̃ ſunt hmõi cibaria dictũ eſt in .c. de cibis ⁊ potibꝫ ĩ ſpeciali. Amplíꝰ nõ dꝫ eq̇tare ſtomacho pleno cibo ne eiꝰ cibꝫ ĩ ſtoma/

cho corrūpat. Et ſi neceſſitatē h; bibēdi nō bibat aquā ne ꝑ eā augeat
ſonitꝰ ꝛ vētoſitas ꝛ dilatio ſui in vētre. Expectet igit̄ cibꝫ vſqꝫ ad ho-
rā hoſpitādi: ꝙ ſi forſan comedē oīno ſit n cēriū parū comedat ne ne-
ceſſitas bibēdi imineat. Vñ itinerātes ſūme euitare debēt olera ꝛ fru-
ctus ꝛ qcq̄d generat hūorē crudū niſi inf̄dū gr̄a medicamis. ¶ Ampli
us nō dꝫ faſtiditꝰ cibo iter arriꝑe. Dormiat igit̄ ꝑmo vt faſtidiū reſol-
uatur: nec etiā valde famelicus vbi enī eſt indigētia ꝛ fames mag̃ nō
oportet laborare vel itinerare: ꝑus enī ꝯfortāda eſt v̄tus: ſed qꝛ itine-
ranti pōt neceſſitas iminere tolerādi famē tādiu ꝙ deſideriū deſtruat
totalit̄ comedēdi vel multū minuat bonū eſt ſcire cibos cū quibꝫ ho-
mo diutiꝰ pōt ſine cibo ꝑmanē. Sciendū igit̄ ꝙ cibi facti ex epatibus
aſſatis ꝛ pile facte ex amygdalis ꝛ oleo amygdalino ꝛ anetino ꝛ adipe
vaccino ꝯueniūt: ſi enī vna ex eis comedat fames longiori tꝑe tolera
bitur. ¶ Ampliꝰ ſumē oleū violatū bullitū in q̄ ſit diſſolutus adeps
vaccinꝰ facit diu tolerare famē intantū ꝙ ſi q̄s ſumeret vnā librā talis
ꝯditi ſine deſiderio notabili q̄ſi ꝑ decē dies ꝑmanere valeret ꝛ ſicut di
ctum eſt de fame ita intelligat de ſiti. Quia enī ſitim inf̄dum tolerare
oportet determiandū eſt de medicinis ſitim extinguētibꝫ quarū vna
eſt lens ꝛ ſemen portulace piſcatuꝫ cum aceto ꝛ ſint ſeminis portulace
drag. iij. ꝛ diſtemꝑent cū aceto ꝛ aqua ſufficientibꝫ ꝛ euitent que ſitim
faciūt quoꝝ vnū eſt piſces ꝛ oīa ſalſa ꝛ dulcia ꝛ locutio multa ꝛ fort
deambulatō. Hec igit̄ ſunt euitāda. Et ſi q̄s multū ſitiat bibat aquā
cū aceto qꝛ eſt ex his que ſitim extinguūt ſicut ꝑus dixi. ¶ Tertia re-
gula ſumit̄ ex ꝑte fleubothomie ꝛ farmacie: nā ſi aliq̄s ꝓpt̄ plenitudi-
nē indigeat aliq̄ iſtoꝝ fienda ſunt anteq̄ꝫ incipiat iter: que ſi nō fiant ē
dubitandū de febribꝫ ꝛ apoſtematibꝫ ꝛ de mēbroꝝ exterioꝝ infectiōi
bus: ꝛ ſi tp̄s ſit frigidum ꝛ hūores ſint corrupti nō multū calidi ꝛ mē
bra interiora fortia ꝛ ſint hūores aliq̄lit̄ groſſi ꝛ aduſti multū eſt du-
bitandū de lepra. Bonū eſt igit̄ ante ꝑncipiū itineris fleubothoma-
re vel farmacare ſm̄ ꝙ medico meliꝰ videbit̄ expedire: ex h̄ enī reddit̄
corpus agilius ꝛ ab egritudinibꝫ ſecuriꝰ: nullo igit̄ modo volens iter
arriꝑe h̄ faciat ſine ꝯſilio boni medici. ¶ Quarta regula ſumit̄ ex ꝑte
caliditatꝭ ꝯtinentꝭ. Sūt enī multi q̄ itinerare ꝓponūt ꝛ coacti ſūt in
tꝑe calido q̄ multū ſtudere debent ne eoꝝ mēbra maxime cerebra a ca
lore ꝯtinentꝭ ledant̄. Sepe enī ex hoc hoīes incurrūt capitꝭ dolorem
fortē ꝛ febrem effimerā vel putridā ꝛ alias egritudīes q̄s nō eſt neceſ-
ſariū h̄ enarrare. Cooꝑiant̄ igit̄ capita coꝝ vt defendant̄ a ſole q̄ꝫtum
poſſibile ē. ¶ Ampliꝰ itinerātes h̄ tꝑe ſollicitare debēt de coꝝ pectori
bus vt. ſ. nō deſiccent̄ nec ſuꝑ caleſiant ꝓpt̄ exercitiū ꝛ acrē attractum
q̄ eſt valde acutꝰ ꝛ calidus. Debent igit̄ epithymare ꝛ inūgere coꝝ pe-
ctora ꝛ ſpāliter cordis regionē q̄ eſt ſub mamilla ſiniſtra epithymatibꝫ
frigidis ꝛ humidis ꝛ vnguētꝭ frigidis ꝛ hūidis puta cū muſcillagine

pſillij ⁊ ſucco portulace ⁊ ſimilibꝫ. ¶ Ampliuſ tp̄e calido anteq̄ꝫ dieta
incipiat̃ ⁊ dato ꝙ aliq̄s non fuerit famelicꝰ bonū eſt oīno aliq̄d come
dere ꝯueniens ad reſiſtēdū tp̄i puta ius hordei ⁊ ſyrupū de fructibꝫ et
ſimilia. Cū enī equitāt ⁊ ī eoꝝ interioribꝫ nihil exiſtit multū debilitat̃
ex reſolutiōe ⁊ non erit q̄d reſtauret. Sumat̃ igit̃ aliq̄d ex p̄dictꝫ vel ſi
milibꝫ ⁊ non incipiāt dietam anteq̄ꝫ deſcendat ab orificio ſtomachi.
¶ Amplius bonū eſt ꝙ ſecū deferāt vnguēta frigida ⁊ hūida nota pu
ta oleum violarū ⁊ roſatū nenufarꝫ ⁊ vnguentū populeō ex q̄bꝫ inun-
gant̃ eoꝝ ſpina ⁊ pectora hora poſt horā ⁊ multi ſunt q̄ iuuant̃ ex bal-
neo in aqua frigida cū incurrūt aliq̄ꝫ leſionē ex caliditate ꝯtinentis:
meliꝰ ē tn̄ ne h̄ ſubito fiat ſed parū expectēt ⁊ deinde ordinate ad ip̄m
ꝓcedāt. ¶ Ampliꝰ ſi q̄s timeat malos odores ex aere ⁊ venenoſos: na
res ſimul ⁊ os ligare dꝫ ⁊ obturare ⁊ in h̄ tolerare dolorē ⁊ anteq̄ꝫ inci
piat dietam dꝫ ſorbere lac ſine butyro in q̄ fuerit infuſum cepe minu-
tum fortꝫ inciſiōis ⁊ ſepe comedē ⁊ ſic nō nocebūt ſibi odores. Bonū
etiā eſt odorare oleū roſarū ⁊ ſorbere ⁊ bibē oleū d̄ cucurbitꝫ. Ex hoc
enī remouet̃ venenoſoꝝ malicia ⁊ ſi q̄s iam ex talibꝫ odoribꝫ nocumē
tū incurrerit ꝓijciat̃ ſuꝑ eiꝰ extremitates aq̄ frigida ⁊ facies ex ea laue
tur ⁊ comedat olera frigida ⁊ ſuꝑ caput eius fundat̃ ex oleis frigidis
et ſiccis notis ⁊ oīno a coitu caueat ⁊ ſi coierit ꝯfert ei vinū temꝑatū
et piſces ſaliti ad appetitꝰ ſtomachi reuocationē ⁊ ꝯfortationē: vinū
q̄dem temꝑatū ad v̄tutꝫ ꝯfortationē ⁊ ſitꝫ ſedationē. Et ſi febre carue
rit lac ei ꝯpetit niſi capitis dolorem patiat̃: quia nutrit humectat alte
rat ⁊ facile digeritur: ⁊ ſi febrē patiat̃ ⁊ non putridā ſed effimerā com-
petit lac acetoſum: ⁊ ſi ſitim patiat̃ immēſam poſt illos aeris odores
venenoſos ſe curet os lauādo ⁊ gargariſando ⁊ hora poſt horam parꝝ
tranſglutiēdo: ⁊ poſtq̄ꝫ ſitis mitigata fuerit bibat ⁊ anteq̄ꝫ bibere inci
piat bibat parū olei roſati mixti cum aqua ⁊ poſt aquā bibat. ¶ Am-
plius bonū eſt ꝙ tales q̄ calore ꝯtinentꝫ leſi ſūt maneāt in loco frigido
et pedes abluāt aqua frigida ⁊ ſi fuerit ſitiens aquā frigidā bibat ⁊ nu
triatur ex cibo qui cito digerit̃. ¶ Quinta regula ſumit̃ ex parte frigi-
ditatꝫ ꝯtinentis nam in tp̄e frigido itinerare magnus eſt timor: licet
homo multū ſe cuſtodiat. Nam ex frigore ꝯtinentis interdū totū cor
pus ſtupefit ſpaſmat̃ ⁊ mortificat̃ ⁊ appopletici moriunt̃ ⁊ interdū mē
bra exteriora: puta pedes manus ⁊ oculi ex tali frigore q̄ꝫ plurimū pa-
tiuntur intantum ꝙ interdum putrefiunt ⁊ cadunt ⁊ conſequent̃ ſe-
quitur mors. Multi etiam ex frigore continentis cadunt ī appetitū
caninū. Bonum eſt igitur ꝙ in tempore frigido volentes iter arripe-
re procurēt veſtes ceteris calidiores ⁊ que ſunt iſte veſtes ſuperius di
ctum eſt capitulo de indumentis ⁊ quia frigus ſubintrare conſueuit
ꝑ nares aures ⁊ os ⁊ cet̃as corpis poroſitateſ: bonū ē ꝙ meliori mō q̄
poſſibile ē obſtruāt̃ ne frigꝰ ſubīgrediat̃: ⁊ q̄ ī capite ⁊ facie ſunt multe

vie ꝑ quas frigus pōt ſubintrare. Debet medicus ſollicitari circa coo
perimēta capitꝫ ⁊ faciei. Et qꝛ inťdū mēbra faciei vt oculi ſūt nobiles
et neceſſarij ⁊ ex frigore ꝯſueuerūt incurrē leſionē: puta ruborē ⁊ inť-
dum apoſtema ⁊ magnū dolorē: ſollicitādū eſt in coꝝ cuſtodia: coope
rianť igiť oculi ⁊ inuoluanť pāno ſubtili ſic ꝙ ex eiſ nihil ſit diſcooper
tum niſi qđ eſt neceſſariū: faciē etiā a venti oppoſitiōe q̄ꝫto plꝰ poterit
remoueat. Bonū eſt etiā ꝙ talis cooꝑtura ſit ſuꝑ totā faciē ⁊ nō ſolū
ſuꝑ oculos: ⁊ pannꝰ q̄ oculi teguntť nō debet eſſe calidus. Si enī ocu-
lus ex tali ligatura fuerit calefactꝰ plus ledit a frigore: nā aq̄ calida ci-
tius ꝯgelať. Vñ debenteſ itinerare nō debēt ſe opponē caliditati igniſ
aliq̄ mō: et ſi p̄dicta nocumēta acciderēt oculis vaporenť cū aq̄ deco-
ctionis camomille vel ſticados vel aneti ⁊ ſimiliū. Et ſi videamꝰ ne-
ceſſitatē fiat fleubothomia ⁊ farmacia ⁊ qꝛ iſtud ꝑuenit ad regimē cu
ratiuū nō ſcribo plus de iſta materia. ¶ Amplꝰ medicꝰ multū ſollici
tari dꝫ de cooꝑtura extremoꝝ ⁊ ſpālit pedū: cooꝑianť igiť calidis co-
operimētꝫ ſicut de toto corꝑe dictū eſt. Et anteq̄ꝫ hō ſe exponat itine-
ri pedes ſpāliť ſūt multū fricādi ⁊ deinde ex oleo oliuarū veteri frican
do ſunt inūgendi vt caliditaſ de potētia ad actū deducta ꝑ fricationē
meliꝰ ꝯſeruet ⁊ ſi ſit oleū de ſticados vel camomillinū vel anetinū vľ
ab arbore cedri meliꝰ extremitates a frigore defendenť. Fiat igiť hec
fricatio ⁊ inūctio hora poſt horā ſm ꝙ neceſſitatē videbimꝰ magꝫ im
minere ⁊ facta fricatōe ⁊ inūctiōe cooꝑianť ⁊ inuoluanť pānis lineis
mollibꝫ īmediate ⁊ deinde ſupponať lana ſuccida ⁊ ſupponať plātꝫ pe-
dū ⁊ deinde calcieť calceis ſeu caligꝫ calidis ⁊ deinde calcieť ſotulari-
bus vel ocreis largis in q̄bꝫ pes ⁊ pedū digiti moueri poſſint: taliſ enī
motꝰ eſt de his q̄ maxime defendūt pedes a frigore: ⁊ qñ pedes ⁊ digi
ti pedū tm̄ infrigidanť ꝙ ꝑfecte moueri nō pñt: ſine mora redeūdum
eſt ad fricationē ⁊ inūctionē vt p̄dictū eſt: ⁊ ꝙ multū laboret in eorū
motu. Et dicūt aliq̄ ꝙ ſubmerſio extremitatū in aq̄ frigida ꝯfert in ta
li mēbroꝝ ſtupefactiōe ſicut videmꝰ in pomis ꝯgelatꝫ. Si enī ponāť
in aq̄ frigida redeūt ad naturā ſuam: ⁊ ſi ponanť ꝓpe ignem minime: ſic
etiā imaginanť de extremitatibꝫ multū infrigidatꝫ ꝙ meliꝰ eſt ꝙ ſub
merganť in aq̄ frigida q̄ꝫ igni apponanť ō ꝓpinq̄. Forte enī ꝑ anthipa
riſtaſim membꝝ infrigidatū in aquā frigidā poſitū calefit. Nam fri-
giditas aque circūſtans ⁊ q̊dāmodo ratione humiditatꝫ membꝝ are
factū ⁊ q̄ſi a frigore ꝯgelatū remolliet ſicut videmꝰ glaciem in aq̄ re-
molliri: caliditatē mēbroꝝ ꝯfortat ⁊ fortificat: qꝛ vnūqđqꝫ ꝯtrarium
ad p̄ſentiā ſui ꝯtrarij fortificať: caliditate igitur in membro fortifica-
to membꝝ totū in circūferentia plus calefit q̄ꝫ ante: ⁊ ſpāliter qꝛ mem
brū eſt magis aptū ſuſcipere caliditatē quia remollitū: ſed ſi membra
exteriora ꝓpter frigus inflenť ⁊ non deuenerūt ad viriditatē vel nigre
dinem manſiuā cum aliquali ꝑuatione ſenſus ſignū eſt ꝙ caro circū-

ferentialis totalit̃ non eſt corrupta ⁊ mortificata ⁊ ꝙ cura cadit abſq̃
hoc ꝙ remoueat̃ caro a membro. Bonũ eſt igit̃ ꝙ membꝝ ponatur ĩ
aqua calida decoctiõis aneti vel camomille vel ſticados vel caulium
vel napionũ ⁊ ampleſtret̃ membꝝ cũ bolo et ſi inungat̃ membꝝ aliq̃
oleoꝝ ſupradictoꝝ aliq̃ꝫtulũ ꝓpe ignem et poſt fricationẽ non erit ma=
lum. Si aũt viride vel nigrũ effectũ eſt membꝝ manſiue cũ ſenſus et
motus ꝑuatiõe fienda eſt ſcarpellatio ſic ꝙ ſanguis exeat a carne ſua
et ponendũ eſt membꝝ in aq̃ calida ne ſanguis ꝯgelet̃ in eodẽ et dein
de epithymãdũ eſt membꝝ cũ bolo armenico diſſoluto cum vino vel
aceto et deinde lauãdũ eſt membꝝ cuꝫ vino calido et deinde epithy=
mandũ quouſq̃ꝫ mẽbꝝ redeat ad ſuam naturalẽ diſpoſitionem. Et ſi
forte caro ſit oĩno mortificata et remollita putrefacta maluꝫ odorem
reddens ſcarpellatio nihil ꝓficit ſed ꝓcurãdũ erit ꝙ caro putrida to
taliter remoueat̃ qđ quomodo fieri debet exit limites regimĩs ſanita
tis. Amplꝰ ſcias ꝙ itinerãtes tꝑe niuis et ex albedine niuis ĩmo=
derata et ex frigiditate ꝯtinent ꝯſueuerũt oculoꝝ incurrere ĩmobili=
tatẽ et viſus deſtructionẽ ꝓpter nimiã diſgregationẽ factam ab albe=
dine niuis. Bonũ eſt igit̃ ꝙ q̃ h̄ tꝑe itinerare ꝓponit induat̃ veſtimẽt
nigris et corpꝰ aut caput et oculos cooꝑimẽto nigro cooꝑiat: aut in
mãu teneat pãnũ nigrũ quẽ aſpiciat. Itẽ talis itineraturꝰ tꝑe frigido
nõ ſe exponat diete anteq̃ꝫ comedat et bibat bonũ vinum et ſubtile et
odoriferũ: nec ſtatim poſt cibi repletionẽ inchoãda eſt dieta: ſed pꝰq̃ꝫ
natura egit in cibũ et inde corpus totũ calefactũ eſt: et ſi oĩno ſit ne=
ceſſariũ ambulare poſt cõmeſtionẽ: minꝰ ẽ comedẽdũ et vinũ ꝑmix=
tũ cũ aliq̃ntulo aq̃ bñ calefactũ igni eſt bibendũ et in ꝑncipio itineris
non eſt mouẽdũ nec ambulandũ ambulatiõe forti ne digeſtio corrũ=
patur: ſed ambulatiõe leui quouſq̃ꝫ cibꝰ in ſtomacho q̃dãmodo ſit di=
geſtus. Si enĩ ambulet̃ ambulatiõe forti cibꝰ deſcendit de ſtomacho
ante digeſtionẽ ꝑfectam et corrũpet̃ digeſtio: et cum aliq̃s itinerãs cõ
pleuit ſuã dietam et eſt in hoſpicio non ſtatim appropinq̃ndũ eſt igni
ſed in loco calido longe ab igne ſtare debet et ignem circuire et ſic pau
latim appropinq̃re ad ignem: parũ enĩ morãdũ eſt ꝓpe igneꝫ. Et ſi cor=
pus hoĩs itinerant eſſet ſtupidũ et ꝯgelatũ fricandũ eſt totũ corpꝰ in
loco calido et deinde inũgendũ cũ oleis calidis aromatic: cuiuſmo
di ẽ oleũ liliaticũ et anetinũ et camomillinũ et de cinamomo vel đ ſti=
cados et deinde ponẽdꝰ ẽ in loco molli et cooꝑiẽdꝰ cooꝑimẽt molli=
bus calidis et actualit̃ et ꝟtualit̃ et ꝑmittendꝰ ẽ dormire et q̇eſcẽ et ſi
videamꝰ magnaꝫ ĩminẽ nccitatẽ: hoĩes hñtes corꝑa calida et lenia de
bent eẽ nudi cũ eo ĩ lecto añ et retro et ipm calefacẽ et fricare eiꝰ vẽtreꝫ
et coſtas et pectꝰ: et deinde bonũ eſt ꝙ eidẽ exhibeat̃ parũ de aſa feti=
da et myrrha et piꝑe et vino forti. Amplꝰ aq̃ carnis ẽ ei ꝯueniens
deinde põt cibari cũ mic panis infuſis ĩ brodio carniũ laudabiliũ et

in maxima q̄ntitate bibat de optimo vino et eidē lect⁹ mollis prepare
tur in q̄ multis coop̄iat̄ pannis et p̄cipiat̄ eidem vt dormiat diu et p⁹
q̄z exp̄gefact⁹ fuerit et ꝯualeſcē inceperit ingrediat̄ balneū in q̄ longaz
faciēs morā diu fricet̄. Et ex aliquo oleoꝝ ſupradictoꝝ inūgat̄ et ad=
miſceat̄ predictis oleis caſtoriū: coſtus: muſtus: et euforbiū. ¶ Si autez
itinerās non ſit ꝯgelat⁹ et ſtupidus ſed ipſi⁹ manū ꝯtigerit frig⁹ ſuffi
cit fricatio et balneū: et ſi min⁹ frigus adhuc eum tetigerit ſufficit mo
ra in loco calido ꝑ vnā horā: et ad ignē appropinq̄re paulatim et ſ3 or
dinē. Cibaria aūt que q̄s comedere d3 itinerās tp̄e frigido: ſint calida
actualit̄ et v̄tualit̄ et in eius cibis vtat̄ nucib⁊ alleis cepis porris et bu
tyro. Et nuces hn̄t in h̄ mirabilē ꝓprietatē. Unde itinerātes tp̄e frigi=
do ſecū deportēt de nucib⁊ munitionē. Un̄ ſi nuces et allea ſimul pi=
ſtent̄ et cū aqua carniū laudabiliū diſtemp̄ent̄ multū corp⁹ calefaciēt
et a frigore tuent̄ ſi in potu vel cibo ſumant̄: et ad idē valent calide cō=
fectiones q̄b⁊ itinerātes tp̄e frigido non debēt carere. ¶ Ampli⁹ bibe
re vinū bn̄ forte et in copia et parū comedē de aliq̄b⁊ cibariȷs vnctuoſ
multū ꝯfert ad ꝓpoſitū. ¶ Ampli⁹ tota nucha et ſpālit̄ p̄ncipiū. ſ. poſ=
teri⁹ colli inūgat̄ hora poſt horā vngēt3 calidis ſup̄i⁹ noīat3 q̄b⁊ itine
rantes tp̄e frigido nullo mō carē debēt. ¶ Ampli⁹ maḡ cautela ē exhi
benda ī cuſtodia colli et ſpālit̄ poſterioris p̄t3 vbi ē p̄ncipiū nuche to=
tū igit̄ collū et ſpālit̄ pars illa inuoluat̄ in volutiōib⁊ calidis actualit̄
et virtualit̄ et ſimilit̄ intelligat̄ de poſteriori parte cerebri. ¶ Amplius
ſcias q̄ itinerātes tp̄e frigido debēt ſecū ferre odoramēta calida ad ca=
lefactionē et ꝯfortationē cerebri cuiuſmodi ſūt odoramenta calida ex
muſto et ambra et ligno aloes et ſimilib⁊. ¶ Ampli⁹ ſcias q̄ lotio ex=
tremitatū in aq̄ calida ſalſa q̄tidie mane et ſero eſt de ꝓhibētib⁊ extre
mitates ledi a frigore. Nam ex h̄ extremitates calefiūt et indurant̄ et
ſup̄fluitates in eis ꝯſumunt̄ et ſic impaſſibiliores efficiunt̄. ¶ Sexta
regula regiminis itinerantiū ſumit̄ ex debilitate et labore que itinerāti
ꝯtingē ꝯſueuerūt. Cū igit̄ fort3 labor et fatigatio itinerāti ꝯtingit cuz
ad ociū p̄uenerit ad vnā horā q̄eſcat: deinde balneū intret et in eo per
maneat donec caro lenis fiat et rubea. Et deinde totū corp⁹ fricet̄ le=
niter et mīme cū pollice q̄ſi ꝯp̄mēdo tāgat̄ ſeu palpet̄ et deinde inūgat̄
totū corp⁹: et ſpālit̄ iūcture. In hyeme q̄dē oleo calido anetino vel ca=
momillino vel ſticados: et in eſtate cū oleo roſato et camomillino: de
inde q̄eſcat et dormiat et lecti mollicīē augm̄tet et plura ſup̄ ſe ponat
cooperimēta: deinde cū excitat⁹ fuerit a ſomno ad fricationē iterū re=
deat et ad balneū et fricationē et inūctionē et ſic ad ſuā reūtat̄ ꝯſuetu=
dinē. ¶ Septima regula ſumit̄ ex p̄te aq̄rū q̄b⁊ itinerātes neceſſariuz
eſt vti. Que aūt ſunt meliores aq̄ et quō dinoſcūt̄ ſup̄i⁹ dictum eſt: et
q̄r itinerātes nō p̄nt ſp̄ inuenire aquā bonā. Bonū eſt q̄ ſecuz depor=
tent de luto ꝓprie terre de luto q̄dē libero non fetido ex quo cum p̄ue=

fuerint ad locū quietiſ et forte aquā non inuenerit laudabilē ponatur
in aqua et fortit̄ ꝑmiſceat̄ cum eadem et duabꝫ bullitiōibꝫ bulliat ī ea-
dem et tunc dimittat̄ quieſcē donec aqua fuerit clarificata: et ſi videa
mus aquas groſſas vel turbulētas bulliēda ſunt vel de vaſe ī vas po
nende vel diſtillāde ꝑ alembicū vel cū filtro cuius extremitas vna po
natur in vaſe pleno aqua et alia in vaſe vacuo et ſic tota aq̄ exiſtens in
vaſe pleno ad vas vacuū diſtillādo mouebit̄ et ſic aqua efficit̄ pura et
ſubtilis: vel ꝑ colationē et ex farina tortelloꝝ madefacta ſic coopte co
letur. ¶ Amplius alumis iameni in aquā poſitio ipam clarificat.
Amplius ſcias ꝙ comedere cepas et allia et lactucas cū aceto reddit
hoiem ſecurū a malicia aquarū et ſimilit̄ ꝑmiſcē aquā aceto et diuſas
aquas ſibiīuicē ꝑmiſcē: et ſi aq̄ fuerit ſalſa quā bibere oportet ponēde
ſunt in ea ſorbe mel vel fruct⁹ mirti vel titonia et bibēda ē cum aceto
Si aūt aq̄ fuerit ſtās et hñs in ſe putrefactionē ꝑmiſceat̄ cū ſucco gra
natoꝝ vel citonioꝝ vel pomoꝝ acetoſoꝝ et bibens talem aquā debet
cuitare cibos calidos et nullo modo vinū bibat niſi fuerit debile. Naꝫ
tales aque maxime ſunt febriles: et ſi forſan aqua fuerit amara admi
ſceat̄ zuccara et dulcia comedat: et ſi aq̄ ventrē ſoluit ſtiptica nota co=
medat. ¶ Ampli⁹ ſi in aq̄ fuerint herbe in qbꝫ eſt acuitas comedat ci=
bos dulces et vnctuoſos et in colatura aque ſtudeat et ſi dubitam⁹ ꝙ
in aqua ſint ſanguiſuge vel alie beſtiole parue et imꝑceptibiles ne for
te eas trāſglutiam⁹: bonū eſt aquam bibere mediāte panno lineo ſub
tiliſſimo. Tali igit̄ panno cooꝑiat os et ꝑ ipſuꝫ aquā trāſglutiat. Aq̄
ꝯo ſi faſtidiū fecerit cum ſucco granatoꝝ erit bibēda. Et vt ſit ad vnū
dicere aqua ꝑ ꝯtrariū eſt corrigenda.

¶ Capitulū. XXV. De tranſfretantib⁹.

O Portet qui vult mare intrare anteꝙ̄ mare intret per aliquos
dies cibum eius minuere et minus comedere conſueto et ꝙ
vtatur cibis roborātibꝫ ſtomachum et illa cibaria dicta ſunt
ſuperius in capitulo de ꝯſeruatiōe ſtomachi et ceteroꝝ membrorum.
¶ Amplius volens mare intrare muniat ſe pomis granatis et cito-
nijs cum aceto et macianis et optimo vino odorifero et piſcibꝫ paruiſ
ſalſis et pomis cytrāgulis et limonibꝫ et optimo compoſito ex piris
et coctanis cum aceto et ſpeciebus: et ſimiliter deportet ſecū cappares
et alia que appetituꝫ ꝯfortent et reducunt et valent ꝯtra vomitum: et
ſimiliter deportet ſecum oliuas ſalſas et radicem que comeſta poſt ci-
bum multum reſiſtit vomitui et ſpecialiter ſi comedatur cum aceto et
ſale in pauca quantitate et prima die qua quis nauem ingreditur nō
intueatur aquam nec caput teneat eleuatum nec comedat nec bibat
niſi forte valde parum: et hec ſunt que ſtomachum ꝯfortant et vomi=
tum refrenant: et ſi ꝯtingit dolor et ſubuūſio in ſtomacho et vomitus:

ꝑmittēdus ē vomē aliqbꝫ vicibꝫ: h̄ enī ei nō nocebit q̄ ſi forte vomitus ſupfluat retineat̄ cū his q̄ vomitū refrenāt puta cū pomiſgnatꝫ ꝛ citoniis ꝛ macianis ꝛ cū odore panis toſti infuſi ī aceto optimo. Et ſcias ꝙ ſemē apii bibitū nauſeaꝫ ſedat ꝛ ſpālit̄ ſi ſit torrefactū ꝛ ī aceto īfuſum ꝛ abſynthiū bibitū ꝛ emplaſtratū ꝛ odoratū eſt ex his q̄ idem ꝓhibēt. ¶ Amplius bonū eſt ꝙ nutriant̄ ex acetoſis ꝯfortātibꝫ os ſtomachi ꝛ vaporē ne ad caput aſcēdat ꝓhibētibꝫ ꝛ h̄ qdē eſt ſicut lentes cocte ꝛ frixe cū aceto comeſte vel cū agreſta ꝛ addat̄ parū d̄ puluē calamenti. ¶ Amplius panis aſſatus ꝛ infuſus in vino bn̄ redolēte comeſtus valet ad idē. ¶ Amplius mice panis aſſati lote in aq̄ frigida comeſte cū vino vel ſimplici aq̄ valēt ad idē ꝛ ſi ſupfluus inuaſerit vomitus q̄ras curā in libris de cura egritudinū.

¶ Capitulū. XXVI. De confectionibus.

Quia hoīes ſani cōit̄ vtunt̄ ꝯfectiōibꝫ ꝛ an̄ cibū ꝛ poſt ꝛ ſtomacho pleno ꝛ vacuo: ꝛ tpe calido ꝛ frigido bonuꝫ mihi videt̄ de ꝯfectiōibꝫ h̄ facē vnū capitulū ſpāle. ¶ Sciendū igit̄ ꝙ hoīes cōiter vtunt̄ in ſanitate corꝑ ꝯfectiōibꝫ magꝭ ad voluptatē q̄ꝫ ꝓpt̄ neceſſitatē. Vn̄ ſaluo iudicio ſaniori puto ꝙ plus nocēt ī ſanitatꝭ regimīe q̄ꝫ ꝓſūt. Vn̄ ſi ꝯpetūt ꝑ aliquē modū corpibꝫ ſanis h̄ ē ad ꝯſeruādum ab aliqbꝫ malꝭ ꝯtingē poſſibilibꝫ. Sꝫ hoīes eis iſto mō cōiter nō vtūt̄ ſed ad voluptatē ꝛ potius delectationē. Vn̄ ſi aliqs comederet ꝯfectiōeſ ne potus vini noceret melius eſſet talibꝫ panē comedē: q2 tn̄ hoīes eis cōmunit̄ vtūt̄ ꝛ hāc ꝯſuetudinē vtēdi dimittē nō pn̄t volo meliorē modū vſus earū patefacē. ¶ Sciendū igit̄ ꝙ meliores ꝯfectiōes q̄ ſunt ī vſu et magꝭ delectabiles ſūt he: ꝫinꝫiber ꝯditū ꝫinꝫibriatū cū ꝫuccarā vel cū melle ꝛ pineatū ꝛ fiſticatū ꝛ auellane ꝯdite ꝛ aniſuꝫ ꝯditū ꝛ coriandrū ꝯditū ꝛ dragea groſſa ꝛ dragea in tabulaꝭ ꝛ ꝫuccarū roſatū in tabula ꝛ dyaciminū ꝛ ꝯfectio q̄ noīat̄ marcepen ꝛ nuces ꝯfecte cū ꝫuccara vel cū melle ꝛ auellane ꝯdite cū ꝫuccara ꝛ dactyli. Harū aūt ꝯfectionū q̄dā ſūt ꝯueniētiores in hyeme ꝛ ꝯplexiōe frigida ꝛ in ſenectute ꝛ hmōi ꝯfectiōes ſunt puta ꝫinꝫibriatū ꝛ ſpālit̄ de india: ꝛ ꝫinꝫiber viride ꝯſeruatū cū melle ꝛ dragea groſſa ꝛ in tabulis ꝛ nuces ꝯdite cū ꝫuccara ꝛ gariophilis ꝛ melle ꝛ ſimiles ꝯfectiōes calide: ꝛ alie ſūt minus calide multū vt ꝫuccarū roſatū alexādrinū in pixide ꝛ in tabula et dyacitoniū q̄ magꝭ ꝯueniūt in eſtate ꝛ in ꝯplexiōe calida ꝛ in etate iuuentutis ꝛ pira condita ꝛ cucurbite condite ꝛ coriandrū condituꝫ. Hec enim ſuntꝭ ꝯfectiones minus calide aliis. ¶ Amplius harum cōfectionū quedam ſunt que magis competunt tempore ieiunioꝝ: puta quando ſtomachus eſt inanitus cibo in collatione de ſero: ꝛ alie ſt̄ que magis ꝯpetunt poſt cibum īmediate vel ante cibum de ꝓpinquo. Confectiones ieiunantibus magis conuenientes: ſunt confectiones

minꝰ deſiccatiue et minꝰ acute: in qbꝫ magꝫ repit̃ de rõne nutrimenti
ſicut pineatũ ⁊ fiſticatũ et zuccarũ roſatũ et ꝯfectio noĩata marcepẽ et
ſimilit̃ auilane ꝯdite et nuces ꝯdite cũ optimo melle deſpũato et pau-
cis ſpẽbꝫ et ſimilit̃ dactyli ꝯditi. Si enĩ ſtomacho ieiuno bibat̃ vinuꝫ
ſine oĩ cõmeſtiõe in pua q̃ꝫtitate incitabit ſtomachũ ad appetitũ ſeq̃n-
tis cibi q̃ nõ indigẽt ieiunare volẽtes: et ſi bibat̃ vinũ in magna q̃ꝫti-
tate ſine cõmeſtiõe ledit̃ ſtomachꝰ et cerebꝝ et totũ corpus: et ſi de p̃-
dictis ſpẽbꝫ comedat̃ vini nocumẽtũ remouebit̃ nec ſtomachꝰ ad ap-
petitũ ſeq̃ntꝫ cibi p̃pabit̃: nec ex his ꝯfectiõibꝫ corpꝰ deſiccabit̃. Sed ſi
comedant̃ alie ꝯfectiões acutiores et calidiores et magꝫ deſiccatiue et
plus diſtãtes a rõne nutrimẽti nõ ſic nocumẽtũ vini remouebit̃ et ad
ſeq̃ntẽ cibũ ſtomachꝰ plus incitabit̃. Vñ zinziber ꝯditũ et ſpãlit̃ d' in-
dia et dragea groſſa et carni ꝯditũ et aniſum ꝯditũ ieiunãtibꝫ nõ mul
tũ ꝯgruũt: ſꝫ ſi q̇s poſt cibũ ĩmediate velit vti ꝯfectiõibꝫ ad digeſtiõis
ꝯfortationẽ in ſtomacho et ſpãlit̃ in orificio ſtomachi qd̕ eſt naturalit̃
frigidꝰ et ad digerẽdũ debilꝰ tũc zinziber ꝯditũ et zinzibriatũ et zuc
carũ eſt eis ꝯueniẽtꝰ et debẽt recipi in pauca q̃ꝫtitate et parũ valde ſu
perbibendũ eſt bonũ vinũ: et ſi q̇s poſt cibũ ĩmediate ſumptũ ꝯſueue
rit ſentire eructuatiões vẽtoſas vel comederit cibos vẽtoſos et vniũ-
ſalit̃ habeat ſtomachũ vẽtoſum: tũc poſt cibuꝫ ĩmediate bonũ eſt vti
aniſi ꝯdito et carni ꝯdito et dragea groſſa. Et ſi q̇s naturalit̃ habeat
orificiũ ſtomachi debile: tũc poſt cibũ vtat̃ coriãdro ꝯdito. In hyeme
q̇dẽ cũ pulueꝛ quarũdã ſpẽrũ et ĩ eſtate ſine ſpẽbꝫ. Hoc etiaꝫ coriãdro
cõdito põt q̇s vti tp̃e ieiunij ĩ collatiõibꝫ ſerotiniſ et ad obuiãdũ nocu
mento vini dato ꝙ nõ tm̃ appropinq̃t nutrimẽto ſicut ꝯfectiões ſupiꝰ
noĩate. Poſtq̃ꝫ aũt ſtomachi orificiũ ẽ clauſuꝫ nullo mõ bibẽdũ nec
cõedẽdũ ſpẽs ñ obſtãte ꝙ magrũ. ſ. regũ et regaliũ et diuitũ ꝯſuetudo
ſit ĩ ꝯ̃riũ: nã ex iſto duplex vẽit nocumẽtũ. Primo q̇deꝫ qꝛ ex h̃ ſtoma-
chi orificiũ apit̃ ſi cũ delectatiõe ſuſcipiat̃ et hec ẽ cã corruptiõis dige
ſtiõis vel diminutiõis ipiꝰ in ſtomacho. ¶ Ampliꝰ tales ꝯfectiões ci
tiſſime digerũt̃ et ſic digerũt̃ citiꝰ reliq̃ cibo et poſt earũ digeſtionẽ nõ
hñtes exitũ a ſtomacho manẽtes vltra debitũ tp̃s corrũpũt̃ et totam
maſſaꝫ corrũpũt: et ſi oĩno q̇s velit infra duas cõmeſtiões ꝯfectiones
comedeꝛ et ꝯſuetudinẽ nõ mutare meliores ꝯfectiões ſunt q̃ magꝫ di-
geſtionẽ ꝯfortãt et q̃ ſunt ſubtiliores in ſuba et actiõe. Tales enĩ ꝯfe-
ctiões cũ tota maſſa ptiſanaria ĩ ſtomacho exñte citiꝰ pmiſcent̃: et ſic
minꝰ impediũt digeſtionẽ et cũ alijs ſimul digerũt̃. Vñ ſaluo iudicio
meliori puto ꝙ in tp̃e h̃ marcepen et pineatũ et fiſticatũ et dactyli ꝯdi
ti et nuces ꝯdite et auilane ꝯdite et ſimilit̃ coriãdrũ ꝯditũ nõ ꝯpetunt
ſed zinzibriatũ zuccarinũ qd̕ paſta regꝫ noĩat̃ ⁊ dragea groſſa et ĩ tabu
la et zuccarũ roſatũ: magꝫ ꝯpetũt ⁊ dyaciminũ et ꝯfectio decitonijs h̃
tp̃e mĩme ꝯferũt. ¶ Ampliꝰ ſũt q̇dã q̃rũ digeſtiua ẽ debil' in toto ſto-

macho et quoꝝ ſtomachus eſt frigidus et vẽtoſus et calidus bonum eſt ꝑ modicã horã ante cibũ calidas ꝯfectiões comedere et ventoſitatis diſſolutiuas et ſic ſtomachꝰ meliꝰ digerit cibũ quẽ ſuſcepturꝰ ẽ. Debẽt aũt p̃dicte ꝯfectiões ſumi anteq̃ȝ ſuſcipiat̃ ſequẽs cibꝰ ꝑ tm̃ ſpaciũ ꝙ ſint ꝺducte ꝺ potẽtia ad actũ a calore ſtomachi ⁊ ꝙ iã ſtomachũ calefecerĩt:et ad iferiꝰ deſcẽderĩt:et puto ꝙ ad h̃ põt ſufficẽ ſpaciũ vniꝰ hore cũ dimidia nam tales ꝯfectiões q̃ ſunt ſubtiles in ſuba et actiõe et in pauca q̃ȝtitate recipiunt̃:citiſſime digerunt̃ et ſtomachũ cito preparant ad ſuſcipiẽdũ ſeq̃ntẽ cibũ et cũ talibꝫ ꝯfectioĩbꝫ bonũ eſt parũ ſumere vini boni et optimi ꝯfectiões aũt ad hoc oĩno valẽtes ſũt que ſẽ calide ſubtiles in ſuba et actione et ſtomachũ ꝯfortãt et ventoſitates diſſoluũt:et hmõi ſunt zinzibriatũ et ſpecialit̃ de india et dragea groſſa carni ꝯditũ et aniſum ꝯditũ et ſimiles ꝯfectiones.

Quarta pars. Capitulum .i. De paratis cadere in egritudinem.

DEinceps determinare volumꝰ de regimĩe corpoꝝ que ꝑata ſunt cadẽ in egritudinẽ non q̃dem rõne naturalis lapſus in complexiõe q̃ de regimĩe talium corporũ ſufficient̃ dictũ eſt in p̃ma parte huiꝰ. Volumꝰ aũt in h̃.c. mentionẽ facẽ de corꝑibꝫ paratis cadẽ in egritudinẽ de ꝓpinq̃ ꝓpt̃ cauſam accidẽtalẽ in eis exiſtentẽ:quã cauſam ꝑ quedã accidẽtia ꝯtra naturã inuenta ꝑcipimꝰ et vocamꝰ talia corꝑa neutra deſinẽtia que tamen adhuc ſunt in latitudine ſanitatꝫ:vnũ aũt ſermonẽ ꝯuenit p̃ferre in oĩbꝫ talibꝫ corꝑibꝫ ꝙ ſimilis eſt cuſtodia futuroꝝ et curatio p̃ñtium:ꝑ eandẽ enĩ medicinã ꝑ quã curant̃ egritudĩe actuales:curant̃ etiã ꝑati ad eas ꝺ ꝓpinq̃:et ſic iſtoꝝ regimĩe ſufficiẽtiꝰ habet̃ ꝑ regimen curatiuũ. Ne igit̃ trãſeamꝰ nr̃i ꝓpoſiti limites .ſ. regimĩs ꝯſeruatiui:de regĩe taliũ corpoꝝ et ꝺ mõ ſuccurrẽdi eoꝝ accidẽtibꝫ dũ adhuc ꝑmanẽt ĩ latitudĩe ſanitatꝫ breuit̃ ꝑtrãſeo:et q̃ de h̃ plꝰ ſcire curauerit legat ãtiq̃rũ libros ꝺ ſanitatꝫ regĩe vl̃es et ꝑticl̃ares. Sciẽdũ igit̃ ꝙ q̃ſ ſẽ ꝑati cadẽ ĩ egritudinẽ aut ſẽ ꝑati ꝓpt̃ repletionẽ ſui ſtomachi aut ꝓpt̃ crudelitatẽ ſeu maliciã hũoꝝ q̃ ĩ eiſ exiſtũt. Quo ad p̃mũ tẽꝑãda ẽ humorũ q̃ȝtitas:et q̃ ad ſecũdũ corrigẽda ẽ hũoꝝ q̃litas ꝑ ꝯ̃riũ:vl̃ ad hũc finẽ ꝙ corpꝰ ex his poſſit nutriri vel ꝙ obediãt expulſioĩ:hũoꝝ autẽ q̃ȝtitas temꝑat̃ cũ eq̃litate q̃ȝtitatꝫ nutrimẽti et augm̃to exercitij et fricatiõe et balneo et vt cibꝫ eis parciat̃ et nõ vna vice ſuã ꝯpleãt ſacietatem et ſi de facili ſudẽt fiat vt aliq̃bꝫ diebꝫ ſudẽt et tardet̃ comeſtio poſt balneũ ad ſpaciũ q̃ttuor horarũ:niſi dubitemꝰ motũ colere rubee ad ſtomachũ:tales enĩ cibãdi ſunt añ balneũ:et ſi tales ſic balneati et cibati ſentiãt ĩ lateribꝫ opilatiões:vtant̃ opilatiuis notꝫ et appropatꝫ eorum ꝯplexioĩ. Poſſet aũt eſſe tãta hũoꝝ multitudo et plenitudo ꝙ p̃