Quelle: http://manuscripta.at/?ID=83
Copyright: Klosterneuburg, Augustiner-Chorherrenstift

7

ad unam horam et iterum ungatur oleo communi et emplastrum ex pice su-
ponatur capiti et demum deambulet. Induatur quoque vestibus pulcris et
odoriferis iocundis et honestis quinimmo vestiatur. Abstineat autem ab
ira contristacione et sollicitudine labore ventris solucione a flebotomia a coitu ab
omni evacuacione difficili a frequencia balnei maxime cum prandio a vigi-
liis ad affluit appetitus dormiendi ab omni fervore solis ut ignis et
a situ vehementi cum gestione numquam dormiat sed semper post cum dormit cibus
Senectus autem dicit in declinacione principium sumere studeat naturalem calorem et
humiditatem conservare quia in cibis sanitas consistit et subvenit huic ipsum
conservant et humectant corpus. Utatur scilicet ex cibis dulcibus ex
et potu lactis dulcis et vini dulcis calidi. Dormiat post dormicionem sibi
sit strato molli odorifero balneum aqua dulcis odorifera temperatum tamen
caliditate a diuturnitate balnei corpus attendatur a debilitate et id
balneum conformetur tempori ut in hyeme absinthium et alie herbe
calide sumantur. In estate vero rose viole et alie herbe frigide et
humide. Cantus et solacia frequententur libri delectabiles legantur et pulcre
facies inspiciantur vestes bone et odorifere induantur. Commune autem
vero accipias omnino predicta negligat et corpus contraria faciat. Acutis enim
et salsis acetosis vitatur omni evacuacione fungatur cibum et potum minuat
in quantitate et qualitate sudores provocet vigilias continuet et cum gestione
dormiat estivarum ieiunus intret sed lecto duro iacet solis sub
et curis operam det et situ frequenti aquis sulfureis balneatur interim
quoque comprimatur omnia dulcia negligat ieiunus acetum bibat etc.

De regimine itinerancium

Regimen itinerancium sic fiat. Primo si longum iter sit debet corpus si necesse
est purgetur maxime a colera sanguis minuatur. Corpus non repletum ut
vult autem si moveatur cito devenit ad febrem ut ait Avicenna et sanguis
attendatur per humiditatem sole deinde balneetur et bene nutriatur ut confortetur
ad laborem. Conveniat quoque sit electuariis frigidis in estate et calidis
in hyeme rectificantibus aerem nebulas et aquas. In ipso vero itinere
paulatim incedat nec loquatur nisi voce submissa ne membra vitalia ledat