



De conseruanda valetudine. Das ist: Von erhaltung menschlicher gesundheit : Ein sehr nu?tzliches Handbuch, allen menschen hohes vnd niedriges standes, auch den wanders vnd kriegßleuten dienstlichen.

<https://hdl.handle.net/1874/433215>

DE CONSERVANDA
VALETVDINE.

3

Das ist :

**Von erhaltung menschlicher
gesundheit: Ein sehr nützlich
Handbuch/ allen menschen hohes vnd niedriges
standes / auch den wanders vnd kriegs-
leuten ganz dienstlichen.**

**Vor dieser zeit von dem Edlen/ gestrengen/ hoch-
gelarten Holsteinischen Herrn Stadthalter / Heinrich
Kanzouen/ in Latein gebracht.**

**Jetzt aber ganz treulich verdeutschet / vnd mit vielen
herlichen Experimentlein (als Aquis vitæ, Zimmet vnd Augen-
wassern/ Bissilaturwergen vnd Puluer/ heilsamen Salben/ Pflastern/ vnd
vielen stücken mehr / so bis dahin in geheim von grossen Herrn gehalten)
vermehret. Darbey auch das andere nützliche Tractetlein von der er-
schrecklichen seuche der Pestilenz/ des hochgelarten vnd weitberühm-
ten herrn D. Iohannis Pontani verzeichnet /**

Durch den Bräfflichen Schwartzburgischen vnd der
stadt Arnstadt Hoff vnd Stadt Medicum

Iohannem Vuittichium Vinariensem.

Leipzig/

CVM PRIVILEGIO.

I 5 8 5r

DE CONSERVANDA
VALETTUDINE

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Dei III

Vorrede.

Dem Durchlauch-
tigen Hochgebornen Fürsten vnd
Herrn / Herrn Friederichen Wilhelm / Herzo-
gen zu Sachssen / Landgrauen in Düringen/
Marggrauen zu Meissen / meinem gnedi-
gen Fürsten vnd Herrn.

Auch

Dem Wolgebornen vnd Edlen
Herrn / Herrn Hans Sünthern / der vier
Grauen des Reichs / Grauen zu Schwarz-
burg / Herrn zu Arnstadt / Sondershausen vnd
Leuchtenbergk / etc. meinem gnedi-
gen Herrn.



Durchlauchtiger / Hoch-
geborner Fürst / auch Wolge-
borner Edler Graff / C. F. G.
vnd g. seind meine vnterthenige/
gehorsame vnd willige dienste
allezeit zuuorn. Gnediger Fürst/
auch gnediger Graff vnd Herren / ein alter Po-
et (dessen Plato gedenckt / vnd ihn in libro de

Vorrede.

- Rhetorica, auch in libro secundo de legibus anzeucht) saget / das drey ding im menschlichen leben fürnemlich für allen / so da sonst sein mögen / dem menschlichen hertzen auff dieser welt zu wünschen vnd zubegehren seind. Das erste vnd
1. fürnemste sey *sanitas*, dz nemlich der mensch stets bey guter vollstendiger gesundtheit sein vnd bleibe
 2. möge. Das ander sey *Egregia forma*, das einer mit schöner gestalt des ganzē leibes begabet sey.
 3. Das dritte / *Diuitiæ fraude non quæsitæ*, das der mensch in seinem leben auch reich vnd vermöglichen sey / doch das er solch reichthumb vnd vermügligkeit nicht mit list oder betrug seines nechsten erlanget / sondern das ihm solches von Gott / durch erbfall / ehrliche erwerbung / hantierung vnd nahrung bescheret worden sey. Vnd vnter diesen dreyen / so dieser alter Poet anneldet / zeucht er die leibliche gesundtheit allen andern zuuor. Derhalben auch Plutarchus in libro de valetudine tuenda recht vnd wol saget /
- ” Bonam valetudinem esse maxime diuinum bonum, longeq; blandissimum condimentum totius vitæ, das ist / gute vollstendige gesundtheit sey eine sonderliche gabe Gottes / vnd das höchste gut / auch das allerbeste kleinod / vnd das aller lieblichste vnd angenehmste / so man in diesem leben haben möchte,
- Aus

Vorrede.

Aus diesen vrsachen hat auch Gott sonderzweiffel / aus sonderlichen gnaden / nach dem fall der ersten eltern / den armen sterblichen menschen / die aller fürtrefflichste vnd edelste kunst / nemlichen die artzney geschenckt vnd gegeben / denn derselben fürnemster scopus ist / Tueri & seruare sanitatem, die menschliche gesundheit zu beschützen vnd zu erhalten / aller ding wie wir sehen / das die Agricultura den corporibus die alimenta administriret vnd giebet / Also thut auch die edle kunst der artzney / die vnterweiset / wie gesundheit sey zu erhalten / vnd die verlorne wiederzubringen vnd aufzurichten / auff das also der arme mensch etlicher massen mit lust vnd freuden dessen allen / so ihm der liebe Gott allhie in diesem vergenglichen leben gönnet / genießen möge.

Denn wornach sol doch ein Christ in diesem leben vnd irrdischen Paradiß mehr dencken vnd trachten / denn nach dem ersten vnd fürnembsien summo bono, als da ist / rechte erkenntnis Gottes vnd seines geliebten Sohnes / in welchem das ewige leben stehet (darvon der alte Poet vnd weise Plato nichts gewußt) vnd also sich herrlichen sehnen / wie er diß maximum bonum, die Beatitudinem, das ist / der seelen seligkeit erlange

Vorrede.

vnd daruon bringe / auff dz also die seele zu Gott
selbst wiederumb gebracht werde / als von dem
sie anfenglichen herrüret vnd enstanden / Dar-
uon wir denn / Gott lob vnd danck / gnugsamen
vnterricht in heiliger Göttlicher Schrift finden
vnd haben.

Wie nun einem Christen wol anstehet vnd
gebüret / das er ersuchen vnd für allen dingen
der seelen rahte / vnd dieselbe versorge / Also wil
ihm auch nach demselben nichts weniger gebü-
ren / vnd wol vergönnnet sein / das er auch des
leibes (als dem geheuse vnd wohnung der seelen
in diesem curriculo vitæ) wol warneme / damit
derselbe / weil er lebet / so viel möglichchen / in gu-
ter gesundheit bleibe vnd erhalten werden möge /
» bis ihm Gott sein ziel vnd letztes end verordnet /
» welches nachmals kein arzt mit seiner vernunfft
» noch geschickligkeit verrucken / auffhalten vnd
» vberschreiten lassen kan.

Vnd nach dem die gesundheit alle andere
zeitliche güter auff erden vbertrifft / als ist je vn-
gezweiffelt jedermenniglichchen vergönnnet / so viel
möglichchen / dahin zusehen / wie solche auch er-
halten / vnd für allen zufälligen franeckheiten ge-
sichert werden könnte. Denn was hülffe es doch /
da jemandß gleich der gantzen welt güter hette /
auch

Vorrede.

auch alle pracht vnd herrlichkeiten / so da sein
mögen/ eroberte/ viel lande / leute / Schlösser/
Stedte / Dörffer / schöne Heuser / Forberge/
Welde/ Jagten/ lustgarten/ geld vnd gut / schö-
ne Pferde/ schöne Weiber / schöne kinder / vnd
alles was dergleichen sein / so vnserer hertzen be-
gehren / erfreuen vnd erlangen möchten / vnd
were darbey schwach / franck / siech vnd vnges-
sundt / was könnte denselben dieses alles erlusti-
gen vnd besondere freude geben / oder wie könnte
er auch / in mangelung guter gesundheit/ im ge-
ringsten etwas daruon geniessen ? müste nicht
jederman sagen/ das doch dieser/ so solches alles
hette / darbey aber stets franck vnd vngesundt/
der ernsteste vnd elendeste mensch were/ so auff der
ganzen welt sein möchte / also das auch ein ge-
sunder betler in diesem fall nicht vnbillichen ihm
bey weitem könnte fürgezogen werden.

Aus diesem allen denn nachmals erfolget/
das zu allen zeiten / beydes vnter Heyden vnd
Christen / hohe/ gelehrte vnd fürtreffliche leute
dahin gearbeitet / das sie ganz heilsame vnd
nützliche leges vnd præcepta gestellet / vnd gese-
hen / wie vnd durch was mittel die gesundheit
könnte erhalten werden / vnd die verlorne wie-
derbracht / Daruon denn vnter den alten / der
vhralte

Vorrede.

Phralte Medicus vnd fürst aller Erzte/Hippo-
crates, ein sonderliches buch zusammen gebracht/
vnd auff das fleissigste solche praecepta beschrie-
ben / vnd nach ihm der fürtreffliche vnd hochge-
lerte artzt Galenus hat sechs schöne bücher / de
conseruanda & tuenda valetudine, gestalt. So
haben auch nachmals vnser vorfahren ihnen
diß stück sehr hoch angelegen sein lassen / vnd da-
von viel nützlicher tractetlein an den tag gege-
ben / vnd zu diesem theil der arznei fürnemlichen
gerichtet / so die Griechen *diätetis*, die Lateinischen
victus rationem, vnd der gemeine Man *Sanita-
tis regimen*, das ist / regiment der gesundheit
nennen.

Es kan aber die gesundheit dardurch erhal-
ten werden (wie Cicero lib. 2. offic. saget) wenn
einer seines eigenen leibes kündig / auch dieser
ding / welche dem leibe dienstlichen / je zu hand
gebraucht / dargegen aber die so ihm schedlich/
fleuhet vnd meidet. Solche ding aber / so dem
menschen nützlich oder schedlich sein können / ha-
ben die Erzte in die *lex res non naturales*, das
ist / die sechs neben oder vnnatürliche stück / dar-
an allen menschen mercklichen viel gelegen / be-
griffen / vnd gar artig gefasset. Das erste ist
I. die luft / nemlichen / welche zuerwehlen oder zu
meiden /

Vorrede.

meiden / Vnd so es die zeit nicht leiden will / wie
man die verbessern möge. Das ander ist speise 2.
vnd tranck / welche nützlichen sen oder nicht / vnd
was sonst für Regeln beyleufftig darben zu
mercken. Das dritte / ist die bewegung vnd ruhe 3.
des leibes / daran auch nicht wenig gelegen.
Das vierde ist / schlaffen vnd wachen / darinnen 4.
guter vnterscheid zur gesundheit nötig / zuhalte.
Das fünffte / ist volle vnd öde des leibes / da 5.
auch merckliche sachen zur gesundheit fürlauf-
fen. Endlichen / als zum sechsten / sind die heff- 6.
tige zufelle vnd bewegung des gemüts / als zorn /
furcht / schrecken / freude / ic. welche grosse krafft
haben / so wol zur gesundheit / als zur vermeh-
rung vnd anreicherung der franckheit.

Sie werden aber darumb neben natürliche
ding genent / das wo sie in messigem vnd rech-
tem gebrauch obseruiert werden / erhalten sie des
menschen natur vnd gesundheit. Dargegen aber
werden sie vnnatürliche ding genant / von we-
gen des oberflusses vnd vnzeitigen gebrauch /
das sie als dann wieder die natur lauffen / die
gesundheit zerstören / vnd zu franckheiten vrsach
geben.

Da aber nun jemand inferiren / vnd disz ein-
bringen vnd sagen würde / das solche præcepta
) b (super-

Vorrede.

superstitiosa werē / man könnte doch gleichwol bey zimlicher gesundheit sein / ob man solche gleich mit ad tuendam sanitatem obseruirte / viel weniger das man dieselbe so gar genau vnd curiose in acht hette / sintemal das gemeine sprichwort : Medice viuere, est pessime & miserrime viuere, vnd vber das Cornelius Celsus, ein fürtrefflicher Römischer arzt / in seinem ersten buch am 1. cap. schreibet / das der gesunde mensch / dem gar nichts mangle / kein regiment oder ordnung der Diæt / oder der sechs neben natürlichen dingen gebrauchen / viel weniger sich einem arzte vnterwerffen sol.

Darauff zur antwort / das es eine rechte impietät sey / solche præcepta sanitatis zuuerachten oder hindan zusehen / Erselichen darumb / weil Paulus 1. Thess. 4. sagt / das ein jeder mensch seinen leib in ehren halten sol. Vnd das geseze sagt / man sol nicht tödten. Wie bald aber ist der menschliche Körper in vnehr vnd franchheit gesetzt / vnd muß auch endlichen sterben / wenn man solche præcepta nicht weis / oder in zimlicher obseruantz helt / Daher erferet man teglichen / das viel leute eines vnzeitigen todes sterben / oder doch sonst bey lebenszeiten vngesunde Körper bekommen / nicht allein durch schwert / büchssen vnd

Vorrede.

vnd giff / sondern das sie solche leges sanitatis
zum officern mit fressen / sauffen / vngesunder
kost / vberflüssigen wollüsten vnd allerley üppig-
keiten vberschritten. Vnd das ich nur ein exempel
der heiligen schrift anzihe / da Gott selbst durch
den mund Moysi / ein sonderliches præceptum
sanitatis zu obseruiren befihlet vnd gibt / da er
im 2. buch am 23. Cap. den kindern Israel also
gebieten lest: Du solt das böcklein nicht kochen/
dieweil es an seiner mutter milch ist. Wil hiemit
der getrewe allwissende Naturkündiger annel-
den / das sie / die kinder Israel / einen vnterscheid
der speise haben sollen / vnd also der gesund-
warnemen / Denn wenn man so junge böcklein
schlachten vnd essen solte / würde es der gesund-
heit schedlichen sein / wie denn in warheit auch
ohne dessen alles viehe / so bald es geschlachtet/
vnd ehe es recht erkaltet / zur speise zugericht / vnd
gessen wird / oft ein vrsprung grosser krankhei-
ten vnd leibes beschwerung ist / Denn die fibrae
neruae, in musculis adhuc integrae, nondum
ruptae, concisae vel contusae, difficiliorum co-
ctionem verursachen. Item das auch durch heff-
tige vnd übrige arbeit vnd bewegung / durch
vbermessiges studiren / zorn / erschrecken / furcht
vnd andere beweglichkeiten des gemüts mehr /

) b (ij vnd

Vorrede.

Vnd was sonst wieder die sechs erzehleten neben natürlichen dingen lauffen kan / der mensch ehe zu grunde gehen muß / denn der halbe theil des termini præfixi verlossen/welchen er sonst vermuthlichen (wo er die præcepta der gesundheit ein wenig besser in acht gehabt) leicht hette erlangen vnd erreichen können. Betreffende dann das obangezogene gemeine sprichwort / *Medice viue, est pessime seu miserrime viuere*: Sage ich

- » dargegen/ *Qui secundum leges Medicorum vitam tranfigit, ille beate viuut.* Denn das heist nicht erbermlichen vnd übel leben / So ist ohne
- » desß die *temperantia sanitatis parens*, vnd ist also diß falsissimum dictum.

Das auch Cornelij Celsi meinung nach/die gesunde keines weges an solche præcepta gebunden sein sollen/ kan auch nicht wol erwiesen werden / sintemal auch keiner also gesund vnd ohne mangel vnd gebrechen erfunden werden kan/ wie die Complexion des ewigen vnd allmechtigen Sons Gottes vnd Mariæ gewesen. Vnd ob ein mensch auch instar *Polycleti regulæ* (derer Galenus in arte Medicinali gedencet) gesundt were/ mag er sich doch die lenge nicht also erhalten/ oder in solcher gesundheit beharren/ dieweil unsere Körper ohne vnterlas geendert werden/ vnd

Vorrede.

Vnd zur corruption von anfang bis zum ende/
wegen des falls vnser ersten eltern geneigt. Über
diß ist sonderzweiffel des Cornelij Celsi eigentli-
che meinung gewesen / das ein gesunder / so zim-
lichen wol auff vnd zu passe / wol essen / trincken /
schlafen / wachen / vnd andere nötige werck ver-
richten kan / der grossen sorgfeltigkeit für alle re-
gel der Diæt etwas gefreyet / vnd sich derselben
so eben nicht annemen darff / Denn wo sich sol-
che gesunde personen so striete an die leges Me-
dicorum verbinden vnd verknüpfen wolten /
welches eine superstitiosa & nimis exquisita vi-
ctus ratio were / vnd endlichen der haushaltung
beschwerlich vnd verdriesslichen fürfallen wolte /
so möchte als dann mehrgedachtes sprichwort /
Medice viuere &c. auch seine stat haben.

Es würde auch allen denen / so fern ober-
land reisen / vnd sich auff die stras begeben mü-
ssen / leichtlich schaden an ihrer gesundheit zuge-
füget werden / dieweil sie vorbeschriebene regeln
zuuor allezeit gar curiose vñ genaw gehalten / so
aber / aus angezeigter verhinderung / die speise /
so sie zu hause gewonet / nicht haben / vnd nach
ihrer ordentlichen Diæt gebrauchen köndten.
Darumb Cornelius Celsus ferner spricht / Sa-
nus homo nullum cibi genus fugere debet, quo

Vorrede.

„ populus vtitur. Solches erkleret auch sein vnd
„ weißlichē Hippocrates, da er saget / Ein mensch /
„ so bey zimlicher gesundheit ist / sol bißweilen vn-
„ gewönllicher dinge gebrauchē / ob er gleich weis /
„ das ihm solche nicht allerdingz gesund / nur dar-
„ umb / das er derselben gewohne / damit wo es
„ sich begeben vnd die not erfordern würde / das
„ wir anders dann vnser gebrauch ist / leben mü-
„ sten / wir desto weniger dauon verlegt werden.
So saget auch Hierony. Boek in seiner Speis-
„ kammer / das gesunden leuten die gemeinste speis-
„ se am aller besten bekomme / denn sie den hitzigen
„ magen setigen / vnd die natur der gesunden ster-
„ cken vnd erhalten. Wo aber dargegen franche
vnd von natur blöde menschen sind / die müssen
freilich nicht aller hand speisen gebrauchen / wel-
ches auch also von allen andern neben natürli-
chen dingen verstanden wird.

So ist nun aus diesem klar zuuersehen / wie
solche regeln vnd sanitatis præcepta, vnd der-
gleichen nütliche Tractetlein anzunemen seind /
nempe pro generalibus præceptis, das ist / für
gemeine regeln / welche vns weisen / wodurch die
gesundheit des menschen erhalten werden / vnd
woher franchheiten entstehen können / die nun
ein jeder nach seinem alter vnd lebens art sol wiss-
sen zu

Vorrede.

sen zu reguliren / so wird auch die tegliche experientz / als die beste meisterin / ferner anzeigung vnd vnterricht geben / das ein jeder bey sich selbst spüren / fühlen vnd befinden kan / was ihnen bekumpt / vnd nicht bekumpt / wol thut / vnd schaden zufüget. Die jenigen aber / so Neutralem dispositionem haben / vnd weder recht gesundt / noch krank / oder aber von natur blöde vnd schwach seind / die müssen sich dessen etwas mehr anmassen / vnd in guter acht haben.

Belangende nun dieses wercklein / wie man gute gesundheit erhalten möge / welches etwan der Edle / gestrenge / Ehrnuechste vnd hochgelarte Herr / Heinrich Kantsau / Königlichir Würde in Dennemarck fürnembstier geheimbter Racht / vnd Stadthalter in Holstein / aus allerhand geleterter Erste bücher zusammen getragen / zum theil aber aus selbst eigener erfahrung erlernet / vnd mit fleis für seine kinder vnd gefreunde / zu vnterweisung guter gesundheit / verzeichnet / vnd in Druck Lateinisch hat außgehen lassen / welches büchlein bisz daher / beydes von geleerten leuten auff Vniuersiteten / auch sonst bey andern literatis sehr geliebet vnd gelobet worden / Als haben bey mir viel hohe vnd ehrliche personen mit fleis angehalten / vnd vrsach geben /

Vorrede.

geben / das ich solches ihnen vnd andern / so der
Lateinischen sprach vnerfahren / zum besten in
Deutsche sprach bringen wolte. Vnd nach dem
ich solches für mich genommen / vnd erstlichen
ein mal mit fleis durchlesen / hat mir dasselbe
auch vberaus wolgefallen / aus vrsachen / weil
ich für das erste daraus befunden / das dieser
hochgelarte vnd wol erfahrne Man vom adel/
ein rechter philomedicus sein muß / vnd also viel
in der artzney studieret / das er sich zum höchsten
in diesem büchlein beflissen / gleich die ganze Me-
dicinam, als Theoricam vnd praxin, etlicher
massen zurüren / darneben eine lustige / anmuti-
ge ordnung zu halten / auch die præcepta de tu-
enda sanitate, mira breuitate, mit besonderer
fürz zufassen vnd anzubringen. Denn nach dem
er anfenglich von der destruction vñ corruption
vnsrer leiber bericht gethā / schreitet er ad elemen-
ta, welche vnter die res naturales, quibus corpus
humanū conflatur, gezogen werden / Von diesem
kompt er auch zu reden von dem stück / dadurch
vnsere gesundheit kan erhalten werden / das den
vnter die res non naturales, quæ sanitatem tu-
entur, billichen gehörig / damit er also die Theo-
ricam rüret. Zum dritten / stellet er an die or-
dentliche Diætam vnd victus rationem auff alle
tage /

Vorrede.

tage/woche/monat/vnd durch das ganze jahr.
Endlichen vnd zum beschluß / thut er gleich wie
ein Bienlein / das aus allerhand blumen zu sei-
nem mellificio einen guten safft zeucht/also brin-
get dieser autor von den berühmten Practican-
ten / (vnd was er sonst von hohen personen
von guten Experimentlein erlanget) als schöne
artzney blümlein / so für allerhand krankheit
vnd mancherley gebrechen dienstlichen / zusam-
men / wirfft vnd sprengt sie künstlichen mit ein/
das alles / gleich als zum andern theil der Me-
dicin, nempe ad practicam kan referiret werden/
vnd mir in warheit solcher methodus gar wol
gefallen / Darumb ich solches büchlein nicht al-
lein mit fleis ins deutsche gebracht/sondern auch
ursach genommen / dasselbe an vielen enden zu
vermehrten / vnd mit physicis causis ac rationi-
bus, auch mit schönen gründlichen Experiment-
lein zuverbessern / die alle ein jeder Hausvater
vnd wanderßman in fürfallenden nöten / so er
einen gelehrten Arzt vnd Apotecke nicht haben
kan / sicher vnd wol gebrauchen mag.

Demnach gnediger Fürst vnd Herr / auch
guediger Graff / eine alte gewonheit / das man
den büchern / so in öffentlichen Druck außge-
hen / schutzherrn zu suchen pfleget / auff das die-
selbe

Vorrede.

selbe vnter dem patrocinio derselben / schutz vnd
sicher geleit haben / vnd vnangefochten bleiben
mögen / Habe demnach E. F. G. vnd g. ich zu
Moezenaten sonderlichen erwehlet vnd außgele-
sen / Erstlichen darumb / dieweil vnter E. F. G.
ich ein geborner vnterthaner vnnnd landeskind
bin / so zu Weymar geboren / dessen vater auch
E. F. G. herrn Großvater vnd herrn Vater /
Christlicher vnd milder gedechtnis / getreuer
Apoteccker vnd diener gewesen / Ich auch allhier
zu Arnstadt (nach Gottes gnedigem willen vnd
scheidung) vnter Ewer graff Hans Günthers
gnaden / vntertheniger diener vnd leibes Medi-
cus nun in das siebende jahr gewesen / vnd noch.
Zum andern / geschicht auch solche dedication
fürnemlichen aus diesen vrsachen / das ich mich
schuldig vnd pflichtig erkenne / für die gnedige
wolthaten vnd erzeigten willen (das E. F. G.
vñ g. an die Durchleuchtigste hochgeborne Für-
sten vnd Herren / Herrn Augusten / Herzogen
zu Sachsen / des heiligen Römischen Reichs
Erzmarschalch vnd Churfürsten / *ic.* Desglei-
chen vnd fürnemlich an herrn Joachim Friederich
vnd Erzhüfftis Administratorm des Primats
vnd Erzstiftes Magdeburg / Marggrauen zu
Brandenburg / *ic.* wegen meiner ausssehenden
vnd

Vorrede.

vnd J. F. G. bewusten schuldförderung / zu etli-
chen malen mich gnedig vnd fleissig verschrieben
darfür eine vnterthenige Christliche danckbar-
keit vermercken zulassen / welches ich doch mit
nichts anders / als mit dieser meiner geringsche-
tigen arbeit weis zu erweisen / E. F. G. vnd g.
gantz vnterthenig bittende / solchen angewand-
ten fleis gnediglichen auff vnd anzunemen / auch
dieses büchlein in E. F. G. vnd g. gnedigen schutz
vnd schirm befohlen sein zu lassen / vnd meine
gnedige Fürsten vnd Herren förder zu sein vnd
zubleiben. Dargegen erkenne ich mich solches
mit meinen vnterthenigen vnd geringfügigen
diensten jederzeit danckbarlichen zuverdienen /
auch den allmechtigen Gott trewlichen anzurufe-
fen vnd zu bitten / das er E. F. G. vnd g. in fri-
scher langwehrender gesundheit vnd Christlicher
friedlicher regierung / zu sampt den ihren / gne-
diglich bewahren vnd erhalten wolte / Amen.

Datum Arnstadt.

E. F. G. vnd G.

Vntertheniger gehorsamer
vnd dienstwilliger

Johannes Wittich Vinar.
Medicus.

Des Durchlauchtigen / Hochgebornen
Fürsten vnd Herrn / Herrn Ferdinanden Wil-
helmen / Herzogen zu Sachsen etc.

HEROICVM SYMBOLVM.

P. T. V.

Pietas, Tutissima Virtus.

Paulus 1. Timoth. 4.

Pietas autem ad omnia utilis est, promissionem
habens vitæ, quæ nunc est & futuræ.

Wer Gott vnd seinen Sohn erkendt/
Wird billich weiß vnd klug genendt.
Wer Gott fürcht / liebet vnd vertraut/
Des Haus ist auff ein fels gebawt.
Wer ihn anruft / bett / lobt vnd danckt/
Derselbig hülf vnd gnad erlangt.
Wer Gottes wort mit andacht hört /
Des glaube wird dadurch gemehrt.
Wer auch hoch acht die Sacrament/
Der kan sich in seim lesten ende
Trösten der brieffe vnd sigill/
Vnd kan heim fahrn im fried gar still.
Welcher mensch auch hat Gottes huldt/
In dem wird ehr / lieb vnd gedult
Folgen / sein wird vergessen nicht
Auch nach seim todt / Darumb auch spricht
Sanct Paulus / das gottseligkeit
Versicherung hab in dieser zeit/
Vnd werd in Christo anderweit
Ihrn nutz haben in ewigkeit.

M. B. A.

Des

Des Wolgebornen vnd Edlen Herrn /
Herrn Hanssen Sünthern / der vier Brauen des
Reichs / Brauen zu Schwarzburg ic.

HEROICVM SYMBOLVM.

W. G. D. S. W. G.
Wer Gott vertraut / Hat wol gebawt.

Paulus Rom. 5.

Spes non confundit.

Wer sich verlest auff seinen Gott /
Getröst sich seiner hülff vnd gnad /
Vnd glaubt an Christum seinen Sohn /
Helt ihn für seiner gnaden thron.
Wer gottselig lebt / vnd vertraut
Gott seinem HErrn / hat wol gebawt.

S Y M B O L V M

Der wolgebornen vnd edlen Frawen / Frawen
Anna / geborne Gräuin zu Oldenburgk vnd Delmen-
horst / Gräuin vnd Frawe zu Schwarzburgt / etc. Graueu Hanssen
Sünthers Christseligen hery lieben gemahls.

H. G. H. G. H. G.
Sie gedult haben / Gottes höchste gaben.

H E R R Gott gib vns im creus gedult /
Gedult ist / wo da ist dein huldt.
H E R R zeig vns solch dein huld vnd gnad /
Gedult verleihs vns früe vnd spat.
H E R R Gott zeig vns dein gnad vnd huldt /
Gib vns im creus Christlich gedult.

M. B. Als.

Register der fürnemsten Capittel/
so in diesem buch angezo-
gen werden.

1. Was die vrsachen / das die menschliche Körper sich ver-
mindern / verzehren / an freffen abnemen / vnd zur
corruption vnd vntergang kommen.
2. Von den gemeinen regeln / die gesundheit zuerhalten / nö-
tig zu wissen.
3. Die special regeln die gesundheit zuerhalten nötig.
4. Von der Luft.
5. Vom Wasser.
6. Vom Feuer.
7. Von der Speise.
8. Vom trincken.
9. Von bewegung vnd übung des leibes.
10. Von ruhe vnd müßiggang.
11. Vom schlaff.
12. Von wachen.
13. Von entlehrung des leibes.
14. Von Aderlassen.
15. Von schröpfen / laß vnd windlöpfen.
16. Von den wasser Egeln / so blut auszuehen.
17. Von purgieren vud reinigung des leibes / mit Clystern
vnd andern dingen.
18. Vom erbrechen vnd vndawen.
19. Vom wasser vnd harm des menschen.
20. Von schwitzen.
21. Von baden.
22. Von ehelichen wercken.
23. Von hunger vnd abstinenz.
24. Von enthaltung allerley vberflusses.
25. Von anligung vnd bewegung des gemüts vnd sinne.
26. Etliche regeln von dem regiment vnd Diata / so rechtlich
in guter acht zu haben.

Register.

27. Einzliche regeln von dem regiment vnd Diæt / so wöchentlich anzustellen.
28. Von dem regiment vnd Diæt / so monatlichen anzustellen.
29. Von den vier vnterschiedlichen zeiten im jahr.
30. Von dem Friling vnd Lenzen / oder rechten anfang des jahrs.
31. Vom Sommer.
32. Vom Herbst.
33. Vom Winter.
34. Vom jahr in gemein.
35. Von stufen oder steig jahren.
36. Was man in guter acht haben sol / wenn man vber lande reisen wil / Vnd da einem eine francheit oder sieber ansteißt / wie er sich halten sol.
37. Ein nüglicher vnterricht / wie man sich wieder kette in reisen / auff jagten vnd in kriegszügen bewaren. Oder da man sich verbrennet / was man gebrauchen sol.
38. Beschreibung etlicher ganz nüglichen vñ heilsamen mittel / die aufwendigen wunden zuheilen.
39. Wie man sich für hize auffhalten / vnd den durst stillen sol.
40. Was man für den hunger gebrauchen sol.
41. Von vnwillen / erbrechen vnd vndawen / so da entsethet wenn man vber meer schiffet.
42. Von trincken allerley wasser / in fürfallenden nöten.
43. Vom Nasebluten.
44. Von durchbruch / durchlauff vnd vielen stulngengen des leibes.
45. Vom Sodr des magens vnd brennen im halse.
46. Wieder die breune vnd silz der zungen.
47. Von trunckenheit.
48. Beschreibung etlicher eingeln vnd zusammen gesetzten stücken / so wieder gift sehr trefflig seind.
49. Von der Pestilenz / darbey auch ein tractatlein Doctoris Iohannis Pontani seliger / de peste.

Register.

- f 0. Von dem zubereiten Spiegelglas oder Antimonio.
f 1. Von dem Churfürstlichen Sächsischen giffepulver.
f 2. Giffelawerge des Königes Bithinia Nicomedis.
f 3. Des dritten Königs in Dennemarck Christiant arkney
für die schwere noch.
f 4. Des heiligen Ambrosij Syrup/ wieder die drehtäglichen
fieber miltchen.
f 5. Das erste Capittel des ersten buchs Cornelij Celli, wie
sich den gesunden gebüret zu halten.

Kier fo 63 mmm 95



Das l.

Das I. Capittel.

Was doch die vrsachen sein / das die menschlichen Körper sich endlich vermindern / verzehren / an freyten abnehmen / vnd zur corruption vnd vntergang kommen.



Auff das wir zu vnserm vorhaben den anfang machen / müssen wir für allen dingen die heuptvrsachen der zerstörung vnd abnehmung vnserer Leibe / auch die vrsach des alters / todes / vnd alles übels vnd vnglücks / so vns in diesem elenden leben vberfelt / betrachten vnd anzeigen.

Hauptvrsach
des Todes
vnd alles vnglücks.

Es ist aber die erste vnd fürnembste vrsach nichts anders / denn der Fall vnserer ersten Eltern / die Erb vnd wirkliche sünde / so in vnser verderbten Natur steckt / davon der heilige Apostel Paulus zum Röm. am 6. also sage / das der Todt sey der Sünden soldt / vnd vmb der Sünde willen seind jm vnserer Körper vbergeben / Denn gleich wie der Todt / alles vnglück / vnd was vns sonst in diesem vergenglichen kurzen Leben widerwertig sein mag / auffhebet vnd wegnimpt / Also muß dargegen vnter dem wörtlein Todt / des gangen menschlichen lebens noch vnd elend begriffen werden.

1.
Erbünde.
2.
Wirkliche
sünde.
cc
cc
cc
cc
cc

Von erhaltung

Hierher sol man auch ziehen die tegliche fehl vnd sünden / so wir aus schwachheit vnsero fleisches / vnd durch anreizung des bösen geistes begehen vnd heuffen / dadurch wir Gott den allmechtigen zu seinem gerechten zorn / vnd vber vns allerley franckheit / jammer / creuz vnd elend zuuerhengen / grosse vrsach geben.

Andere vrsach der zerstörung / von einfluß des himmels vnd gestirns / so widerwertig.

Gott hat von anfang allen dingen sonderliche eigenschafften vnd wirkungen zuzeichnen.

Planeten vñ gestirn / wozu sie erschaffen.

Die andere vrsach / dauon vnserer Körper zerstört werden / abnemen / vnd in mancherley franckheit gerathen / bringet mit sich der böse wiederwertige einfluß des himmels vnd gestirns / auch die art der Complexion / nach dem solche gut oder böse ist / Ist sie gut / so lebe der mensch desto lenger / Ist sie böse / so stirbt er desto eher. Denn gleich wie Gott von ewigkeit allen sachen sonderliche eigenschafften vnd natürliche wirkungen zuzeichnen hat / Also ist auch den himlischen Körpern / als den Planeten vñ gestirn / etc. eine sonderliche wirkung vnd göttliche krafft eingepflanzt worden / das sie nicht allein zum schmuck vnd zier des Firmaments / in ihrer gewisser groß vnd ordnung dahin gesetzt sein sollen / die Jahr zu zehlen / die tage vnd Monat neben der zeit zu vnterscheiden / Sondern auch das sie zeichen sein vnd bedeuten sollen / was vns zukünfftig begegnen vnd wie zu verfahren möge.

Hieraus folget nun / das die Planeten vnd das gestirn des himmels / eine sonderliche verborgene krafft vnd wirkung in vnsern Körpern einbringen müssen / nach welchen die feuchtigkeiten vnserer leibe entweder geendert / vermehret oder gemindert werden / als nach des gestirns sonderlichen einfluß vnd qualitet. Vnd solches gibt vnd lehret zwar klar vñ augenscheinlich die tegliche

teglische erfahrung / welche die beste vnd gewisseste lehre-
 rin ist aller ding / die keiner beweisung benödiget.

Erfahrung
 die beste leh-
 rerin.

Im fall man aber diesem allen nicht beyfallen noch
 glauben geben wolte / bezeuget doch solches die fleissige
 betrachtung des Mondes / welches herrschafft vnd do-
 minium, vnser feuchtigkeiten zu guberniren / sich der-
 massen vnterseeht / das wir allein dardurch gnugsam
 können vberwiesen werden.

Der Mon
 mehret vnd
 mindert die
 feuchtigkeit.

Weil denn vnwidersprechlichen / das von der in-
 fluens des himmels die feuchtigkeit vnserer leibe regiret
 werde / so kan warlichen die vrsach des todes vnd als
 lerley franckheit nicht vnbillich zum theil auff die him-
 lischen Körper vnd influenzen gezogen werden.

Vber das seind auch noch zweyerley vrsachen/wel-
 che auch von dem einfluß des himmels entstehen / vnd
 vnser Körper endern vnd destruiren können :

Zwo andere
 vrsache vom
 einfluß des
 himmels.

Die eine ist / die sich alsbald anhebet / wenn wir ge-
 boren werden / vnd zunimpt / bis zum endlichen vnter-
 gang / derer denn fürnemlichen drey sein / Nemlich / die
 Trunckheit vnd verzehrung der natürlichen feuchtig-
 keit / so ohne vnterlaß geschicht. Zum andern / die teg-
 liche verzehrung vnd minderung vnser wesen vnd
 substanz / oder aber die grosse verenderung vnd bewe-
 gung der materia vnser leibes. Zum dritten / die bö-
 se / vberflüssige vnd vnnütze feuchtigkeiten / so in vnsern
 Körpern erwachsen.

- I.
- 1.
- 2.
- 3.

Die ander vrsach ist / die sich von außwendig zutre-
 get / derer sind zweyerley. Etliche / so nicht notwendig
 vnsern leiben schadē zufügen / afficiren oder endern / son-
 dern zufelliger weise geschehen vnd entstehen / Vnd wir
 können dieselbe bißweilen wol fliehen / vnd vns dafür
 hüten /

II.
 Außwendige
 vrsachen.
 I.

hüten / Bisweilen aber dem menschen vnuersehens be-
 gegnen können / als/ das einer geschlagen / im Krieg
 erstochen oder erwürgt wird / im wasser ertrinct / mit
 gifft vergeben / mit dem donner verderbet / oder sonst
 mit dergleichen zufellen angegriffen wird.

2.

Gesundheit
 bestehet im
 rechten ge-
 brauch der
 sechs neben
 natürlichen
 dingen.

Die andern vrsachen / so euserlich geschehen / sind/
 die den menschlichen Körper notwendiger weise können
 endern / vnd dieweil wir solche nicht wol meiden / noch
 ohne dieselben leben können / auch allewege nicht recht in
 acht nehmen / mus daraus folgen / das diese alle / mensch-
 liche / natürliche Complexion vnd vollstendige gesund-
 heit / zertrennen / zerrütten / krankheit vnd den todt brin-
 gen müssen. Wo sie aber mittelmässig gebraucht / vnd
 in acht genommen werden / so bestehet die gesundheit/
 sintemal solche einem jeden menschen (weil man sie zu
 erhaltung vnsers lebens nicht entrathen kan / sondern
 mit ihrer wirkung zur gesundheit teglichen haben muß)
 gar fleissig zubedencken vnd zubetrachten / nötig. Vnd
 werden sechs neben natürliche ding / oder von den ge-
 lerten / sechs res non naturales genandt.

1.

Die drey E-
 lementa.

Als zum ersten die drey Elementa :

1. Luft /
2. Feuer /
3. Wasser.

2.

Speis vnd
 tranck.

Zum andern / speis vnd tranck / oder alles das je-
 nige / so wir zu vnterhaltung vnsers lebens gebrau-
 chen.

3.

Bewegung
 vnd ruhe.

Zum dritten / die bewegung / übung vnd ruhe des
 leibes / beydes den ganzen leib / vnd die theil desselben.
 betreffende.

4.

Schlaffen
 vnd wachen.

Zum vierden / das schlaffen vnd wachen.

Zum

Zum fünfften / diese ding / welche den leib von vberflüssigen feuchtigkeiten enladen / welches geschicht durch abderlassen / purgieren / erbrechen / abschlagung des wassers / baden / schwitzen / übung der werck der liebe / vnd dergleichen. 5.
Reinigung
des Leibes.

Zum sechsten / die innerlichen affecten des gemüts / als / furcht / zorn / angst / schrecken / trawrigkeit / schwermut / freude / vnd dergleichen / dauon nachmals weiter gesagt werden soll. 6.
Bewegung
des gemüts.

Diese sechs stück / wo sie messiger weise gebraucht / vnd recht in acht genommen werden / erhalten sie (wie zumor gemeldet worden) den Menschen in guter disposition vnd gesundheit / Wo sie aber mißbraucht werden / bringen sie krankheit vnd merklichen schaden / Denn gleich wie die gesundheit gantzlich besteht vnd begriffen wird in mediocritate, also wird sie auch erhalten / wenn man die stücke zur gesundheit nötig / messiger weise gebrauchet. Der sechse
neben natür-
lichen stücken
nung vnd scha-
den.
Regel zur
gesundheit
nützlich.

Das II. Capittel.

Von den gemeinen Regeln / die gesundheit zuerhalten / nötig zu wissen.

Die fürnehmsten vrsachen / dauon mancherley Zenderung / zerstörung vnd corruption vnserer Leibe zuentstehen pflegen / sind im vorhergehenden Capittel nottürlichlich erzehlet worden. Nun wollen wir anzeigen / wie durch rechte maß vnd ordentlichem gebrauch / die gesundheit des lebens erhalten / die verloren.

verlorne wider gebracht / vnd etliche arten der Franckheit gemindert vnd weggetrieben werden können.

Es ist aber vor allen dingen zu wissen / ob wol die himlischen Körper vnd influenzen eine wunderliche vorgebene krafft vnd wirkung in menschlichen sachen üben vnd erzeigen können / sol man doch gentslichen statuiren vnd gewiß dafür halten / das Gott der allmechtige / ein Schöpffer Himmels vnd der Erden / ein H E X X vber Tode vnd Leben / alle Planeten vnd einfluß des Himmels / neben iren lauff vnd krafft / entweder befördern oder gentslichen hindern könne / das er auch alle böse bedeutung vnd zuneigungen künfftiger bösen ding / so von den himlischen influenzen entstehen / zum öfftern zu endern vnd zu fördern pfleget / Gleich wie er auch nach seiner vnaußsprechlichen gütte alles vnglück vnd böses / so vns von dem Firmament getrawet vnd angezeigt wird / in lauter gutes verwandeln vnd endern / oder von wegen vnserer sünde vnd mißhandlung / nach seinem gerechten gerichte / scherffen vnd vermehren kan.

Gott der allmechtige kan alle einfluß vnd Planeten des Himmels / entweder fördern oder hindern.

Gott an seine Creaturen nicht gebunden.

Dem göttliche Maiestat an himlische influenz vnd gestirn / so fürnemlich zu nutz vnd erhaltung menschliches geschlechts erschaffen / nicht verbunden / oder also gentslichen beschloffen / das alles eben also geschehen vnd erfolgen müste / sondern seine allmacht thut alles freywillig / ja er weis aus fürnemmen vrsachen alle ding zu regieren vnd zu messigen.

Gott hat des Königs Histsie leben 15. Jar lang erlengert / Esa. 38.

Dieser ewiger gütiger Gott / ein Vater vnseres H E X X N Jesu Christi / hat dem Könige Histsie / nach dem er vber seine begangene sünde herrliche reu vnd leid gehabt / sein leben 15. ganker Jar erlengert. Demnach sollen wir auch zu sehen / das wir Gott dem allmechtigen

allmechtigen mit ernstem gebet teglich in ohren ligen / Gott vnd
 damit er vns vnser leben auch erstrecken / vollstendige gesundheit
 vnd gute gesundheit / guten verstand vnd kreffte des lei- vnd langes
 bes gnediglich verleihen möge / Denn ja recht gesaget leben zu bis
 wurde : ten.

Des himmels lauff sein kreffte hat/
 Der Christen gbet viel mehr vermag.

Item :

Das gstirn regiert die menschen schon/
 Gott solchs regiert in seinem thron.

Item :

Gar krefftig ist der Christen gbet/
 Gott dem drawenden gstirn wehret.

Nachdem auch vnser Eörper mit vielen vnd man-
 cherley arten der franckheiten/wegen vnserer sünde/ an-
 gegriffen werden / sollen wir mit fleis dahin trachten /
 wie wir mit vernunfft alle vnser böse bewegung vnn-
 neigung des gemüts / desgleichen auch die eusersten gli-
 der also im zaum halten / damit sie nicht die sünden ins
 werck setzen/ auch darneben alle vrsachen der sünden vnd
 schanden fliehen vnd meiden.

Solchen fleis / das leben vnnnd sitten zu regieren/
 vnd fürnemlichen gottsfürchtig zu sein / den Eltern lieb
 vnd gehorsam zu erzeigen / wil Gott von allen lieben
 kindern haben/ vnd da sie solches thun werden/ wird ih-
 nen Gott herwieder langes leben / glück / segen vnd alle
 wolahrt verleihen / Wie er denn solches in seinen zehen
 geboten reichlichen verheissen vñ zugesagt/ welches auch
 S. Paulus 1. Tim. 4. warhafftig bezeuget/ da er spricht/
 das sich die Christen üben sollen in der gottseligkeit/ den
 solche

Nutz der
 gottseligkeit.

Von erhaltung

solche sey zu allen dinge nützlich/ vnd hab verheißung dieses vnd des zukünftigen lebens. Vnd solches hat auch ein Heidnischer König mit namen Zoraster, rex Paetrianorum, etlicher massen verstanden/ da er spricht: Wer seinen gebrechlichen schwachen Leib wil erhalten vnd schützen / der richte sein herz vnd gedanken alleine dahin/ das er gottsfürchtig sey. Vnd Cicero sagt/ die Gottes fürcht sey das fundament vnd mutter aller guten tugenden.

Gottsfürchtig-
keit dienet zu
erhaltung
des schwache
menschlichen
leibes.
Gottes fürcht
eine mutter
aller tugend.

Zum andern / dieweil zuuor gedacht worden / daß das gestirn zu mancherley zerrüttung vñ enderung/ auch zu vielen franckheiten menschliches leibes wirkliche vrsach gebe / wie solches die Astrologia anzeiget / vnd die wissenschaft der himlischen influens wirkunge / keinesweges verboten / Als wil ich euch dieselbe auch in acht zu haben befehlen / das ihr auff ewere Natiuiteten / vnd was euch jährlichen gedrewet wird / (wie ich denn einem jeden seine figur mit fleis hab auffzeichnen vñ rechnen lassen) fleissig mercket / ohne alle superstition examiniret / vnd darüber erfahrne Astrologos vnd ärzte zu rath ziehet / auff das ihr also das böse meiden / das gute aber zu einem gewünschten ende bringen möget. Denn diß ja die warheit / wie etliche sagen / das der Himmel sey eine pictur vnd gemelde / aus welchen wir abnemen vnd erkennen können / ob es vns wol oder übel gehen sol. So sagen auch herrlich vnd wol die fürsten vñnd heupter aller ärzte/ Galenus vnd Hippocrates, das die kunst der arznei/ ohne der himlischen influens beystande vnd gnade/ offte nichts sey / ja viel mehr schädlich / denn dienflichen.

Der himmel
ein gemelde
vnd himlische
tafel vñ Gott
vns fürge
stellet.

Kunst der
arznei ohne
beystand der
himlischen in-
fluens nichts.

Diese auffmerckung vnd obseruanz gibt auch den
nutz/

nus / das man der gesundheit wol kan warnemen / vnd sich für franckheit hüten / Denn nach dem man aus den Natiuiteten befindet / wozu einer von natur geneigt / so kan man als dann desto besser mit grossen fleis vnd auffsehē die mores zum aufgang lencken vnd richtē / Davon denn die Astrologi warnung gethan haben. Was wir nun zuuor wissen / das können wir leichter vertragen / vnd vns desto besser fürsēhen / damit wir vnserē sachen weißlich darnach anstellen / vnd ohne beschwerung allem bösen entgehen.

Natiuiteten dienen zur gesundheit vnd regierung des lebens.

Denn wo ferne vnser verstand göttlicher hülffe gebrauchet / so ist vns ein freyer will / der anreizung des Teuffels vnd vnseres fleisches zu widerstehen / vnd alle böse zuneigung zu brechen vnd zu moderiren / also / das ob vns gleich das gestirn etwas widerwertiges ankündigt / wir doch nach gelegenheit dasselbe / wo nit gänglich / doch zum theil meiden können / welches man (wo ferne es wieder ehre nicht leufft) eingehen sol / Wo es aber ohne verlesung der ehren nicht geschehen / vnd die vorstehende gefahr fliehen kan / so ist besser / zeitlich vnd ehrlich sterben / denn mit vnehre vnd schande lang lebē. Demnach so ist gewis zu schliessen / das vnser vernunft vnd richtiger guter verstand den himlischen influenzen nichts zuuor gebe / auch vnser freywillige sinn vnd handlungen an des gestirns nötigkeit keines wegē gebunden.

Also hab ich bisher küniglichē in gemein erzelet / wie vnd welcher gestalt wir vns schützen können / wieder allerley vnfall / franckheit / vnd was sonst vnsern Cörpern schaden vnd zerstorung zufügen mag.

Fleißiges ge-
bet zu Gott/
schützt vns
fürnemlich
wieder allen
vnfall.

Wo nun darneben zu dem Sohn Gottes ein emb-
süßiges vnd fleißiges gebet geschicht / so ist kein zweiffel/
das alles glücklich hinaus gehen muß. Damit wir
nun / was vnser fürnemen sey / vollend ins werck setzen
mögen / wollen wir nach vnserm verstande ferner ör-
dentlichen fortfaren / Vnd ist zu wissen / da man folgen-
de stück in rechtem zeitlichen gebrauch hat / das die ge-
sundheit dardurch fortgesetzt vnd erhalten werde / Da
aber das gegenspiel geschicht / dieselbe zerstreuet vnd ge-
schwечet wird.

Das III. Capittel.

Von den Special regeln / die gesundheit zu
erhalten / nötig zu wissen.

Was ge-
sundheit sey.

Es ist die gesundheit nichts anders / denn ein sol-
cher zustand des leibes / in welchem der mensch
mit keinem schmerzen beladen / vnd die übung
aller wercke / als gehen / stehen / handeln / wandeln / es-
sen / trincken / schlaffen / wachen / sehen / hören / vnd son-
derlich die vernunft vnd wise gebrauchten kan / denn
welche solches zu thun vermögen / die sind / vnd man
achtet sie gesund / Wo aber solche übung nicht geschicht /
das nennet man krankheit.

Rasis mei-
nung / wo-
durch die ge-
sundheit am
meisten erhal-
ten wird.

Die gesundheit aber des menschen zu erhalten / wie
Rasis zum könige Almanzor schreibet / ist / das man
nicht zur vnzeit vberflüssige bewegung / ruhe / speise vnd
tranck gebrauchet / noch sich mit vberflüssigen feuchtig-
keiten vberlade / vnd die aufstreibung verhalte / auch die
behausung vnd andere örter / darin man wandelt / nach
gelegen

gelegenheit der zeit / mit bequemen räuchwercke temperi-
re / vnd bösen zufallen / ehe sie vberhand nemen / zuvor
komme / list vnd gedancken zehme / vnd bey dem jenigen /
so man gewohnet ist / bleibe. Der Heide Cicero sagt /
das die gesundtheit am besten erhalten werde / wenn man
seines eigenen Leibes kündig sey / auch die ding wisse /
welche nutz oder schaden bringen / Denn aus denen stü-
cken / durch welche des menschen gesundtheit erhalten
wird / kan auch die zerrüttung desselben entstehen / vnd
geschichte die erhaltung der gesundtheit durch gleichmes-
sigkeit / oder durch seines gleichen / aller ding wie die hülff
vnd curatio durch das contrarium.

Ciceronis
meinung.

Paulus Aegineta der hat eine andere beschreibung
der gesundtheit. Iliodorus aber sagt dauon / das die voll-
kömliche gesundtheit des Leibes oder des lebens / siehe in
natürlicher wärme vnd zimlicher feuchte. Wer da nu
nach art seiner Complexion , viel guter natürlicher
feuchtigkeit vnd wärme hat / als die Sanguinei / in dem
werden sie desto langsamer verzehret / vnd er lebet desto
lenger / Die aber / so von natur kalt vnd druckener art /
werden zeitlich graw vnd sterben desto eher. Denn gleich
wie die gesunden von den vier feuchtigkeiten (so sie mes-
sig temperirt) regieret werden / Also / wo sie vberheufft /
werden die schwachen dauon vorleset / vnd geben vr-
sach zu krankheiten. Daher kömpt es auch / das die Leu-
te / so von natur fett vnd dicke / viel eher sterben / als die
hagern / aus denen vrsachen / dieweil sie weniger geblüts
vnd geistes haben.

Pauli Aegi-
netæ beschrei-
bung.

Iliodori
meinung.

Sanguinei
haben die bes-
te gesund-
heit / vnd le-
ben lange.

Kalt vmb
trockner com-
plexion leben
nicht lang.

Wouon die
gesundtheit
erhalten vnd
regieret wird.

Fette leute
sind kurzes
lebens / Ha-
gere leute a-
ber nicht.

Auff das wir aber von denen stücken / so die gesund-
heit des menschen zuerhalten / vnd krankheit zuuerhäu-
sen / nütlichen seind / bequem reden mögen / so wollen wir

wir von eines jeden stückes rechtem gebrauch / qualiteet /
quantiteet vnd zeitigem nuß ordentlicher weise handeln /
vnd also von der Luffte / so vns teglichen vmbgibet / vnd
zum herren gezogen wird / den anfang machen.

Das III. Capittel.

Von der Luffte.

Die luffte als
len Creaturē
nötig

Die Luffte ist vor sich warm vnd feucht / aber al-
len Creaturen so nötig / das one dieselbe nichts
leben kan / ja natürlichen haben alle Creaturen
ihr leben vnd bewegen von der luffte / Denn so bald die
luffte die Creaturen verlest / fahren sie wieder dahin / wie
im 104. Psalm geschriben stehet: Du nimbst hinweg
ihren athem / so vergehen sie / vnd werden wieder zu
staube / etc. Also kan man der luffte (sol man anders le-
ben) gar nicht entrahten noch entbehren / Ja wir alle
erfahren teglich / das vnser leiber nach der luffte eigen-
schafft / sie sey gleich gut / oder nicht / offte geendert wer-
den / Derwegen mit höchstem fleis dahin zu sehen / das
wir stets in rechteschaffener vnd gesunder luffte leben vnd
wandeln. In gemein aber zu reden / so ist einem jeden
diß die gesündeste luffte / darin er geboren / Denn wie der
Philosophus sage / so ist eines jeden geburts ort die bes-
te erhaltung deß locati. Sonsten ist die eigenschafft ei-
ner gesunden luffte / das sie mittelmässig / helle / klar / sub-
til / temperirt / vnuergeschlossen / frey / ohn allen gestanck
vnd feulnis / mit guten winden durchwebet sey / auch da
man sie an sich zeuht / nicht wiederwertig besunden
werde /

In guter ge-
sunder luffte
stets zu wohn-
deln.

Eigenschafft
einer guten
gesunde luffte.

werde / vnd so bald die Sonne auffgehet / warm / so bald sie aber vntergehet / kalt wird.

Dargegen ist das böse vnd schedliche luffte / so trübe / dunckel / neblicht / vnrein / stinckend / pfulicht / faul / verschlossen / eng vnd dampffich / dazu weder wind noch Sonne kompt / dauon sie möchte gereiniget werden / auch allermeist im Sommer von faulenden dämpffeln / Seen / vnd andern vnbeuweglichen wassern / giftige böse qualiteten an sich nimpt / vnd corrupirt wird / oder aber von allerley stinckendem wuste insicirt vnd verunreiniget ist / auch einen giftigen gestanck von sich gibt.

Beschreibüng
böser luffte.

Ferner wird auch diß für eine schedliche luffte gehalten / so von mistgruben / heimlichen Secreten / vnd andern giftigen örtern herkompt / welche / so sie das hertz vmbsehet / einen kurzen athem machet. Desgleichen auch diese luffte / so allzu warm / oder zu sehr kalt / nicht gut ist / Denn allzu warme luffte ist darumb nicht bequem / das sie die feuchtigkeiten des heupts zerreibet vnd verschmelzet / flüsse vnd durst verursachet / dem gesicht schaden zufüget / die digestion vnd lebendigen geister mindert. Allzu kalte luffte aber verstopffet die löcher der haut / das die vapores vnd dünste nicht heraus können / welche nachmals in flüsse condensiret werden / vnd machet einen sehr kurzen athem. Gleich wie nun vor allen dingen vnreine böse luffte (dieweil sie den geistern des lebens vnnnd dem hertzen schaden zufüget) durchaus zu fliehen vnd zu meiden ist / Also sol man vor allen dingen sich dargegen befleißigen / das man temperirte / gute / gesunde luffte zum hertzen ziehe vnd bringe / Denn wo die natürliche hitz des hertzens nicht stets mit guter temperirten

Allzu warme
luffte schedlich / also auch
allzu kalte.

Temperirte
luffte zur
gesundheit am
aller nützlichsten.

virten vnd gesunden luffte durchwebet vnd erfület wird/
so muß die gesundheit zerstöret werden.

Erluffte/ge-
raume vnd
hohe gemach
am aller ge-
sündesten.

Hieraus ist auch diß abzunemen / das es besser ist/
vnter dem bloßen himmel ligen / oder seine erluffte weite
gemache haben / denn in verschlossenen engen kammern
vnd stuben zusein vnd zuuerharren. Auch ist hierbey zu
mercken / das man winters zeit in warmer luffte / vom
sewer zugericht / Sommers zeit aber in kälter lufft sich er-
halte / Also auch wenn feuchte zeit vorhanden / druckene
lufft / vnd wenn druckene zeit / feuchte lufft suche vnd ge-
brauche. Vber das ist auch sehr nütlichen / in lang-

In langwiri-
gen krank-
heit die lufft
zu endern.

wirigen krankheiten die lufft zu endern / vnd von einem
ort zum andern zu ziehen / Denn die tegliche erfahrung
diß bezeuget / das / wo man in langwiriger krankheit
keine gesundheit erlangen können / vnd nur die lufft vnd
den ort mutirt vnd verendert hat / das man dadurch
offemals zu vollstendiger gesundheit wiederumb kom-
men ist. Vnd nach dem die lufft zum öfftern von win-
den vnd wolriechenden dingen geendert / wie denn der
wind nichts anders denn eine lufft ist / so aus anregung
der dünste bewegt vnd getrieben wird / Als wollen wir
an diesem ort / gleich als zu rechter zeit / auch von den
winden vnd wolriechenden dingen etwas reden.

Böse lufft
wird von
winden vnd
wolriechen-
den dingen
geendert.

Von den Winden vnd wolrie- chenden dingen.

Südwinde
die gesunde-
sten.

Vm ersten ist zu mercken / das die mit-
ternächtschen winde vnter allen die besten vnd gesunde-
sten sind / nach dem ihre Complexion trucken vnd kalt
ist / denn solche machen gesunde leute / leichte vnd vñ
beschwerz

beschwerte heupter / gute scharffe sinn / vnd bewahren für feulung. Nach diesen werden sehr gelobet die Orientischen winde / so von auffgang der Sonnen kommen / denn solche reine / subtil / vnd den menschlichen Körpern gar gesund vnd bequem / In summa / alle die winde / so messig fühlen / truckenen vnd reinigen / des gleichen auch die gemach / so nach auffgang oder mitternacht liegen / sind am gesundesten. Nichts desto weniger sol man auch dis behalten / das vberflüssige windige Luft den sinnen / augen / der lungen / dem gehör viel schaden bringet.

Ostwinde sind nach den mitternächts sehr die beste. Die gemach vnd wouung nach Ost vnd Säden am aller gesunden. Oberflüssige luft vñ winde bringen vielerley schaden.

Von wolriechender Luft.

Wolriechende luft betreffende / ist es an dem / das die luft / so sie etlicher massen zum herzen gezogen / die geister des lebens mehre / Aber viel mehr vñ geschwinder thunsolches wolriechende dinge / welche das herz vñ gehirn / auch die seel vberaus stercken vñ erquicket / dauon nachmals der ganze leib ein sonderliche fremd vñ erziehung befindet. Vber das / kan böse / vngesunde vnd stinckende luft / durch wolriechende ding vnd reuchwerk corrigirt vñ verbessert werde. Es ist aber daran gar viel gelegen / das man in sonderheit / was von wolriechenden dingen zu gebrauchen / wissenschafft habe / denn darnach der geruch angestellt / darnach endern sich auch die geister des lebens. Sehr hitzige wolriechende ding kan man nicht allerding loben / denn sie das heupt vñ gehirn zu sehr erfüllen / vnd flüsse verursachet. Weil aber des gehirns temperatur nicht zu kalt / noch zu warm / so sind temperirte wolriechende ding demselben am aller annemlichsten /

Böse stinckende luft ist durch wolriechende ding zu endern.

Sehr hitzige wolriechende ding dem gehirn schädlich. Temperirte wolriechende ding dem gehirn am aller bequemsten.

lichsten/ Derwegen wann trübe vnd kalte lufft/ oder regenwetter vorhanden/ sol man solche wolriechende ding/ so sich auff werme ziehen / gebrauchen / denn solche aus dermassen zur gesundheit nüglichen / sonderlich aber/ wie Hippocrates sagt / wo man nicht beschwerung im kopff dauon befindet. Wann aber hüzige oder warme lufft vorhanden / sol man solche wolriechende ding / so sich auff kelte ziehen / gebrauchen / als /

Wolriechende Rosen/
 Viole/
 Welsche Mirtenblätter/
 Campffer/
 Allerley Sandel /
 Seebumen / vnd dergleichen.

Wolriechende hüzige ding werden zugerichtet von

Zimmetrinde/
 Citronen schalen/
 Pomeranzen schalen /
 Weyrach /
 Aztestein /
 Angelica /
 Wacholderbeern /

Zimian / engelen oder durcheinander gepuluert. Paradis holtz aber / dieweil solchs temperirt/ vnd eines sehr lieblichen geruchs / achte ich / das solches indifferenter jederzeit am sichersten vnd bequemsten/ damit zu reuchern/ kan gebraucht werden/ denn es dem heupt vnd gehirn sehr dienstlichen.

Was nun einem jeden von diesen wolriechenden dingen am besten bekommen wird/ das sol er am meisten gebrauchen / Vnd solches nicht allein der Nasen zu riechen/ zu

chen / zu eigenen / sondern auch auff die brust vnd Mas-
gen legen / wie denn der Theriac vnd Mechridat / in die
nase gestrichen / nicht allein zum geruch dicsflichen /
sondern wieder alle gifft grosse krafft haben.

Die geister des lebens ferner zu stercken / ist nicht
vnbquem / das man Sommers zeit in die gärten offte
vnd viel hin vnd wieder spaciren gehe / sonderlich in den
gengen vnd vmb die bödie / so mit wolriechenden kreuz-
tern vnd blumen besetzt vnd geschmückt sind / solche auch
hin vnd wieder in die gemach vnd wege strewen / als /

Weidenbletter /	Welsche Camomillen /
Weinlaub /	Lauendel /
Rosen /	Heidelbeerbletter /
Violen /	Quitten /
Dosten /	Pirn /
Quendel /	Pomerangen /
Timian /	Granaten / vnd dergleichen.

Item diese gedistilirete wasser gebrauchen / als /

Rosenwasser /

Pomerangen blüt wasser / vnd dergleichen / ein
jedes für sich alleine / oder mit gutem essige vermischet /
die gemach damit besprennen / vnterweilens auch in
kammern mit solchen dingen reuchern / so einen lieblich-
chen geruch geben.

Zum beschluß / wil ich auch hiermit anhangen / was
ich für wolriechende dinge / als rauchpüschlein vñ kerz-
lein / Pomambra vnd dergleichen im gebrauch gehabt /
welche ein jeder gleicher gestalt (doch mit betrachtunge /
was einem jeden seines temperamenti am nützlichsten
vnd bequemsten sein wil) gebrauchen soll.

Von erhaltung

Beschreibung eines sehr köstlichen
wolriechenden Wassers.

Nemet gut Rosenwasser /
Weissen wolriechenden Wein / jedes gleich viel /
thut darzu den vierden theil Rosenessig / Weissen zucker
Candit den dritten theil / last solchen darin zergehen /
etliche thun auch gar ein wenig Saffran darzu. Auff
das ihr aber dieser Composition gewicht eigentlich wiss
sen möget / so nemet

Rosen essig viij. lot /

Rosen wasser /

Weissen wolriechenden Wein / jedes j. nössel.

Saffran / ein drittheil eins quent.

Weissen zucker Candit j. pfund / wenn solcher
zergangen / so seihet es durch ein rein dick wällenes tuch /
Mit diesem wasser sol man die hende / augen / vnd das
angeficht waschen / auch die zecne damit reinigen / vnd
die kleider oder gewand besprengen / vnterweilens auch
etwas daruon getruncken / ist nicht schädlichen.

Ein ander wolriechend Wasser / so nicht
zu kalt / noch zu hitzig.

Nemet Rosenwasser j. mass / thut darein Zimmet
rinde ij. quent. Muscatenblüt j. quent. wolriechende vis
olwurzel ij. quent. Negelein ij. quent. Muscaten nuss j.
quent. Stosset diese stück alle gröblichen / last es mit
einander wol verwahrt zween tage in der beikung stehen /
dann distilliret es / vnd wenn ihrs abgezogen / so thut
darzu fünff gerstenkörner schwehr Saffran.

Ein

Ein ander wolriechend Wasser/
zimlicher werme.

Nemet Rosenwasser iij. nößel/
Abgestreiffte frische Lauendelblumen iij. hand voll.
Gute frische Neglein/
Zimmetrinde / jedes j. lot/
Niolwurß ij. quent.
Muscaten blüt ij. quent.
Gedörte Rosenbletter j. hand voll/
Wolriechend Benzoi, sonst Afa dulcis genandt/
ij. quent.

Styracis calamitæ, ist auch ein Gummi/ij. quent.
Ambræ,

Diesem / jedes ij. gersten körner schwer / thut auch
dartzu ein lot oder zwey guten Maluasier / oder Brand-
tewein / thuts zusammen in ein glas / verwahrt es wol/
vnd setz es einen Monat lang in die Sonne.

Ein sehr krefftiges Rauchpuluer / in sterc
benoleufften / vnd an den flüssen
offt probiret.

Nemet gelben Azeistein v. pfund/
Mastix /
Wacholder gummi/ jedes v. lot/
Gelben Sandel ij. lot/
Wacholderbeer viij. lot/
Rote Rosen x. lot/
Weyrach v. lot :

Aus diesen allen ein grob puluer gemacht / vnd darmie
E ij morgens

morgens / mittags vnd abends / sterbens zeit ein sanfft
ten rauch gemacht.

**Wolriechende Kerzlein wieder alle gifft / vnd
in Pestilenzzeiten sehr dienstlichen.**

Nemet des schwarzen saffes Ladani vj. lot/

Styracis calamitæ x. quent.

Wolriechenden Benzoi vj. quent.

Weyrach iij. lot/

Arabische Stachas blumen iij. lot/

Rote Rosen /

Kramer Neglein / jedes vj. lot/

Citronenschalen /

Gelben Sandel / jedes ij. quent.

Wacholderbeer j. lot/

Ambra,

Biesem / jedes x. gerstenkörner schwer/

Lindene kohlen ij. pfund :

Diese alle sol man zu subtilen puluer stoffen / vnd nach
mals tragagant mit Rosenwasser zu einem schleim an
feuchten / dann zusammen in einem warmen Mörstel
zum teige anstossen / vnd daraus kleine kerzlein formi
ren / dieselbe in der lufft trucken werden lassen.

**Beschreibung wie man wolriechende Knöpflein
Pomambra / oder Biesemöpflein / vor Pestilenz
tische lufft dienstlich / zuriichten soll.**

Nemet Styracis calamitæ,

Benzoi, jedes ij. lot/

Ladani,

Ladani,
 Mastix, jedes j. lot/
 Neglein/
 Paradißholz/
 Gelben Sandel / jedes j. quent.

Schwarzen Römischen kummel ij. quent.

Diese alle sollen gar subtil gepulvert / vnd denn mit reinem Harz vnd Benedischen terpentin / sowiel darzu von nöten / zu einem knöpflein oder pomambra angestossen werden / als denn sol man solche mit Diesem vnd Ambra, jedes vj. gersten körner schwer / zuuor in neglein öhl zerreiben / zum lieblichen geruch ansuchten vnd beschmieren.

Die jetztgedachten Rauchkerzlein sind zwar wieder die Pestilenz vnd giftige luffte sehr nütlichen / aber es ist auch hierbey zu mercken / das man sich nicht eher in die gemach begeben soll / es habe sich denn der rauch hin vnd wieder außgetheilt / vnd fast verzogen / Denn wo solcher rauch noch dicke im gemach schwebet / so thut er dem heupt / den augen vnd der lungen wenig frommen / Wil derhalben lieber zu folgenden Rauchkuchlein rathen / derselben sol man etliche in ein silbern gefäßlein thun / vnd darüber gut Rosenwasser gießen / solches den vber ein angezündet liecht halten / oder auff reine glüende kohlen setzen / bis es sanfftiglich koche / vnd den geruch von sich gehen laß.

Wie man die wolriechenden Kuchlein bereiten soll / so die Breu in von Arnoburg im gebrauch.

Nemet der besten weissen rosenbletterlein / wo man
 aber Muscaten oder Biesemrößlein haben könnte / weren
 sie soniel desto besser / stoffet solche wol in einem marmel-
 steinen mörsel / mit einer hölgernen feulen von franko-
 sen holtz zugericht / thut darzu Benzoi iiii. lot / so zuuor
 24. stunden in rosenwasser geweicht / Ambræ ij. gersten
 körner schwer / Bifem j. gerstenkorn schwer / Zibeth den
 vierden theil eines gerstenkorns / diese alle sol man im
 steinern mörsel wol vntereinander mischen / vnd mit den
 rosenbletterlein zusammen stossen / vnd endlich des bes-
 sten fein zuckers j. lot darunter mengen / vnd zween tage
 lang in mörsel wol verwahrt stehen lassen / als denn eis-
 sen teig daraus machen / vnd tragacaneh mit rosenwas-
 ser angefeuchtet / biß es zum schleime wird / darzu thun /
 vnd damit wol anstossen / daraus denn Rauchkuchlein
 formiren / vnd ein jedes zwischen zwey Rosenbletterlein
 wickeln / vnd wie droben angezeigt / gebrauchen.

Ein ander sehr krefftiger gekoch- ter Rauch.

Nemet rosenwasser ij. lot / oder vier löffel voll /
 Zibeth oder Biesem ij. gerstenkörner schwer /
 Gestoffene Nelcken ein messerspize voll /
 Solches zusammen in ein irden verglasurt gefäßlein ge-
 than / vnd in dem gemach auff reine gliende kohlen
 sanfftiglich erwallen lassen / ist ein sehr anmutiger ge-
 ruch.

Nach dem auch nicht allen menschen diese sehr er-
 zehlte wolriechende ding / oder dergleichen / derer denn
 viel hin vnd wieder in gedruckten büchern ausgesprengt /
 Als

Als sol ein jeder / nach art seines temperamenti, in solchen sachen / was ihm am besten bekömpft / die wahl haben / das denn am aller nützlichsten.

Es tregt sich aber bisweilen zu / das einem der gurgel entgehet / vnd wenn das geschieht / sol man ein gurgelwasser von Raute vnd Hissop kochen / vnd Meerzwibel essig darzu thun / solches im munde halten / vnd darmit gurgeln / auch offft Zitwer im munde tragen / vnd wol kewen.

Das V. Capittel.

Vom Wasser / vnd seiner eigenschafft.

Nach dem von der Lufft bericht geschehen / erfordert die ordnung / das man auch etwas vom Wasser rede. Es sind aber alle einfeltige vnuermische wasser von natur feuchte vnd kalt / vnd nehren nicht / vor sich alleine genossen / sondern sie feuchten vnd fühlen als eine arznei / vnd befördern die dawunge.

Daher ist auch bey den gelerten die frage / ob wasser genossen / auch speise vnd ernehre / dieweil es keine lust zur speise erwecke / langsam abgehe / vnd kein hungeriger dauon erfettiget / vnd so es gleich lang vnd viel gesotten wird / allezeit dünne bleibet? Auff diese frage findet man im Aëtio, das Ruffus antwortet / Ob wol wasser / vor sich selbst alleine genossen / nicht nahrung bringe / so könne doch ohne wasser keine nahrung noch dawung geschehen / Ja das alle genossene speisen von viche vnd menschen / durch die feuchtigkeit des wassers nicht allein subtil gemacht / sondern auch zum rechten natürlichen außgang

In gemein
deß wassers
natur.

Nütliche frage
vom wasser / vnd antwort dar
auff.

aufgang geführt werden / wo bliebe sonst der natürliche humor bey den menschen / den die ärzte humidum radicale nennen.

Zeichen der gutenwasser.

Die zeichen der guten wasser sind / wenn solche liecht vnd klar / keinen frembden geschmack oder bösen geruch haben / vnd die im Sommer kalt / im Winter aber warm sich erzeigen / dergleichen auch die aus frischen vnd tieffen brunnen oder quellen entspringen / vnd nicht trübe oder leimicht sind.

Der hochtrefflich gelert Galenus gibe von guten wassern zu erkennen / diesen bescheid / vnd sprichet: Ein jedes gut wasser wird künstlich bey drey stücken erkandt / als

1. am schmecken.
2. an der farbe.
3. am riechen.

Am schmecken / wenn es süsse ist / vnd keinen frembden geschmack (wie der auch sein möchte) mit sich bringet.

An der farbe sol es gar lauter vnd tiecht / nicht trüb oder weiß / gelb / rot oder blau / sondern hell vnd durchscheinend sein.

Es sol auch das wasser keinen frembden geruch von der erden / schwefel / saltz / alau oder pech haben / ein solch wasser ist gut vnd edel / denn es gehet bald durch den leid / one alle blehung vnd beschwerung / wird nicht bald corrupirt oder zerstört. Man mag auch / was gute wasser sein / hierbey erkennen / das man solche in ein rein gemacht küpffern oder messing becken / oder ander gefes giesse / vnd darin eine nacht wol verdeckt stehen lasse / Wenn den solche das becken oder gefes mit vnrein oder fleckicht gemacht / sollen sie auch gut vnd gesunde sein. Es werden auch diese wasser / so die legumina, das ist /

Wie gute wasser zu probiren sind.

das ist/ zugemäßer (als Bohnen / Linsen / Arbeiß) bald linde vnd weich machen/ gelobet.

Das Regenwasser ist vnter allen andern das aller subtilste vnd zarteste / denn es bekömpft seine subtilitet von der Sonnen / dann dieselbe das aller reinest vnd klarest aus den wassern hinauff zu ziehen/ vnd das grobe herunden zu lassen pfleget. Nach diesem werden gelobet die brunnenquell vnd fließwasser / welche auffer den bergen/ ober die stein vnd wacken rauschen / oder so tieff in felsen gesucht werden. Von diesen schreibt auch Hippocrates, das solche wasser/ bald nach dem Weine getruncken/ die dämpffe stillen/ vnd das sie nicht ober sich ins heupt steigen/wehren/ dauon sonst viel schedlicher flüsse vnd krankheiten entstehen.

Regenwasser
vnter allen
das subtilste.

Brunnen-
quell/
fließwas-
ser.

Dargegen sind das schedliche vnd vngesunde wasser / so von zerfloffenem eiß oder schnee herkommen / auch die See / weyer / gruben vnd stadigräben wasser/ auch die so sich nicht bewegen/vnd stille stehen/ Welche aber dick/ trübe/ gesalzen/ bitter/ vnd übel riechen/ sind die aller ergsten. Das wasser aber ist in gemein im Sommer / Fröling vnd Herbst am gesündesten / im Winter aber gar schedlichen.

Schedliche
vnd böse
wasser.

Zu welcher
zeit das was-
ser am gesün-
desten.

Es seind nun die wasser wie sie wollen/ gut oder böse/ so sind sie rohe zutrincken denen leuten / so nach mitternacht wohnen / vnd ohne das mit feuchten vnd kalten krankheiten beladen / keines weges gesund. Also auch denen / so von grosser arbeit sich erhitzt / mit frau Venus viel zuthun haben / vnd in der Badestuben mit kaltem wasser ihre lust büßten wollen / Item den vollen brüdern/ denen der schwefel vom wein im rachen klebet/ vnd denselben nach dem schlaff/oder des morgens näch-

Rohe wasser
zutrincken /
wem es sched-
lich.

tern mit kaltem wasser zu leschen vermeinen. So schadet auch kalt wasser / nüchtern getruncken / dem Magen / gehirn / den zeenen / adern vnd beinen / dergleichen auch denen / so hart purgiert worden / oder geschwollen vnd wassersüchtig sind.

Wie man
zur not was-
ser rectificir-
ren soll.

Da man aber je aus noth wasser trincken müste / als offte geschichte in ebenen landen / vnd im kriege / da die brunnen selten gut seind / sol man es zuuor wol kochen / vnd den dritten theil einsieden lassen / vnd was vnrein darin ist / abescheumen / das ander so schwer vnd trübe ist / sincket zu grunde / vnd wird also durch diese kochung das wasser rectificirt / vnd alle seine vnart hinweg genommen / dauon fast im beschluß diß büchleins mehr angezeigt wird.

Wie man auch die wasser zurichten soll / das sie gute bade geben / oder das man den leib / die hende / das angesicht / die augen vnd ohren damit reinige / ist allbereits droben im 4. Capittel von wotriechenden wassern meldung geschehen / vnd sol dauon weiter gesagt werden. So ist auch vnser vornemen allhier nicht / wie man wasser mit golde / silber / stahl vnd dergleichen metallen zurichten vnd ableschen sol / dauon es eine sonderliche art vnd eigenschafft oberkümpt / anzuzeigen / Sondern das wir nur / was gesunde lufft vnd wasser / als zwey vorneme element / so der mensch zu seinem langen leben / guter Complexion vnd gesundheit / neben bequemer speise / keines weges entrahten kan / sey / zeigen vnd weisen / Als wollen wir demnach weiter fortfahren.

Das VI. Capittel.

Vom.

Vom Feuer / vnd seiner eigenschafft.

Das Feuer ist von natur heiß vnd trucken / vnd welches von gutem durren vnd wolriechenden holze angezündet vnd zugerichtet wird / ist das beste vnd gesündeste / Dargegen / welches von grünem / starkriechenden vnd nassen holze / oder von bösen kohlen zubereitet wird / das ist nicht beym gesündesten / denn es beschweret das heupt / Jedoch ist das essen / bey guten büchenen oder eychenen kohlen zugericht / viel gesünder / als die speise / so mit holz gekocht oder gebraten wirdt. Feuers natur.
Welch feuer am gesündesten.

Wie nun ein messiges feuer / im gemach angezündet / die bösen dünste vnd giftige vnreine luffte zertheilet / verzehret vnd bessert / die scharffe felie hinweg nimpt / vnd die natürliche werme erquicket vnd ernehret / Also vnd dargegen thut vberheufftes feuer vnd rauch in den gemachen / den augen / der lungen / vnd dem heupt mercklichen grossen schaden / ja es verursacht viel gefehrlicher flüß / vnd trucknet die natürlichen guten feuchtigkeiten aus. Temperiertes feuer was es nützet.
Oberflüssig feuer / oder vberheitzte gemach schädlich.

Aus diesen vrsachen kan ich allhier vngestraft nicht lassen / derer vom adel im lande zu Holstein ganz böse gewonheit vñ gebrauch welche (nach dem sie in irem lande viel holz haben) so grosse helle feuer anzünden / vnd das gemach also damit zu erhitzen pflegen / das sie bey nahe von grosser hitz vnd rauch ersticken möchten. Vnd wie mir nun vberheufftes feuer vnd hitz durchaus nicht gefelt / also bin ich auch mit keiner Stuben zufrieden / wil auch / das man derselben ganz vnd gar nicht gebrauchet / vermahnet haben / Sondern an dero stat lobe ich die Böse gewonheit derer im lande zu Holstein.

Schorsteine
vnd Camin
in Stuben
nächstlicher den
die ofen.

Schorsteine vnd Camin/ in welchen ihr feine temperirte
te ferner/ von gutem dannen/ eychen vnd büchen holze
sollet zurichten lassen/ vnd darauff Wacholderholz vnd
beer/ Wirtenholz vnd bletter/ Lorbern holz vnd bletter/
terpentin harts / Salbey / Rosmarien / Lauendel vnd
dergleichen werffen sollet. Aber solch holz/ so einen star-
cken / groben / vngesunden geruch gibt / von welches
rauch der kopff erfüllet / oder sonst etlichen theilen des
leibes schaden zugefüget wird (als von Pappelbaum
holz / Holunderstauden holz / Buxbaum / Maulbeer-
baum / vnd von andern faulen oder stachlechten holze)
sol man durchaus zum fernerwerck meiden.

Kopff/hals/
brust / füsse
vnd hende sol
man für kelt
bewahren.

Es ist auch offte besser / das man ein wenig kelt
dulde vnd vertrage/ denn obermässige hitze ausstehe/ da-
von der ganze leib vnd alle glieder also erhitzt / das der
schweis tröpffliche abfelleet / Jedoch sol man für kalte
lufft den kopff vnd hals/ die brust/ hende vnd füsse/ wol
bewahren / Denn wie temperirte werme wol hilfft dige-
riren/ also thut dargegen grosse kelt dem gedechtnis vnd
andern gliedern grossen merklichen schaden. Man sol
auch das heupt des nachts / so wol als am tage/ vor kelt
te bewahren / Wo man aber in stuben oder zimlicher
warmer lufft ist / sol solches auch nicht zusehr bedeckt
sein / dieweil es dem gehirn schaden thut / vnd zeitlich
grawe haar machet.

Wie die bo-
deckung des
heupts in
acht zu neh-
men.

Zum beschluß / sol man das ferner in den gemachen
nur mässig gebrauchen / die kelt damit auffzuhalten/
vnd die natürliche werme zu erwecken / sich also fürse-
hen / das man weder mit der hitz noch mit der kelt zu
viel thue / denn wo eins geschicht / so nimpt die natur
schaden. Vnd also viel vom ferner gnugsam.

Das

Das VII. Capittel.

Von der Speise.

E ist bisz daher/ was von der Lufft/ Wasser vnd Feuer zu wissen nötig vnd dienstlich gewesen/ gehandelt worden / Wollen derwegen auch etwas von speis vnd tranck reden.

Nach dem das essen an stat der verzehrung / so an vnsern Cörpern geschicht / das trincken aber an stat der feuchte/ welche von natürlicher hitze verzehret / gebrauchet wirdt / So muß man für allen dingen gut achtung haben auff die art vnd eigenschafft der speise / oder was vnd wie viel man essen soll/ auch zu welcher zeit / vnd in was ordnung / damit nicht das jenige zum ersten gegeben werde/ das sich zum letzten gebüret / etc.

Warumb man tegliche essen vñ trincken muß.

Man sol aber essen / das eine rechte nahrung gibt/ den Cörper mehret / erhelt / vnd gut geblüt machet / dann alle solche speise dieser eigenschafft vnd natur / das sie die natürlichen feuchtigkeiten erhalten / vnd gute gesundheit bringen/ Dargegen wo man grobe vnd awliche kost vnd speise gebrauchet / so entsethet daraus vnrein geblüt / böse feuchtigkeit / viel vnrahts vnd krankheit.

Welche speise am nützlichsten vñ vnschädlichsten.

Es sind aber fürnemlich dreyerley art vnd geschlecht der speisen / als / Subtile/ mittelmessige/ vnd grobe kost.

Dreyerley art der speisen.

Subtile kost wird genandt / so ein zart vnd subtil geblüt gibt/ vnd leichtlich verwandelt wird / als da sind junge gemeste Händer / frische Eyer / vnterwachsen jung Schweinen fleisch/ Fische / gut rein brod / etc.

Mittelmessige speise aber sind diese / junge Lemmer

eins monats alt (sonsten werden sie ihrer vielen vnd hohen feuchtigkeit halben verworffen) Zieglein oder junge Böcklein/ jährige Schöpse/ gut kalbfleisch/ etc.

Wem grobe kost nützlich.

Grobe kost / so starcke nahrung gibt/ dienet hitzigen vnd arbeitsamen leuten/ vnd sind diese/ Rühffleisch/ Rindfleisch/ alt schweinen fleisch/ Hasen/ Hirsche/ vnd dergleichen wilde thier/ so in wälden gefangen/ vnd dafür geachtet werden / das sie besser denn die zahmen sein sollen.

Auff das man aber eigentlich wissen vnd verstehen möge / welche kost leicht oder schwer zuuerdauen / will ich solche gar kurz in eine ordnung fassen.

Kost so balde zuuerdauen.

Kost / so leichtlich in vnsern Cörpern verwandelt wird/ seind weisse zeitige Weinbeer / denn wo sie messig gessen werden/ geben sie gute nahrung / beuoraus wenn man sie zumor auffgehenget hat / wie im lande zu Francken gebrauchlichen.

Feigen.

Frische reife Feigen/nehren sehr wol/ machen fett/ sind leicht zuuerdauen / bleiben nicht lang im magen/ der leber / nieren vnd blasen sehr dienstlichen.

Mandelkern.

Frische süsse Mandelkern geben beydes dem gehirn vnd gangen leibe gute nahrung/ vnd bringen den schlaff/ Weil sie aber ein wenig stopffen / sol man kleine rosinalein darunter gebrauchen.

Salat.

Lactuca oder Salat / kület im Sommer das geblüt / vnd benimpt den durst / helt den leib linde vnd offen/ sonsten gibt alles kraut kein gut geblüt.

Körnel.

Garten oder zahmer Körnel / so er noch jung/ bekompt wol dem heupt vnd magen/ vmb seines guten geruchs willen/ ist einer mittelmessigen temperatur / nicht zu warm/ noch zu kalt.

Wineisch

Spinat oder Spinath / ist kalt vnd feucht im en- Spinath:
 de des ersten grads / ein gut Sommer kochkraut / denn
 es senfftiget den bauch / benimpt brust vnd lungen wehe /
 Item wer groß reissen im rücken hat / oder verstopfft ist /
 der sol Spinath essen / Aber teglich gebraucht / bringet
 es viel melancholey.

Gerste oder gersten grauppen / sind dem Gerste grau-
 menschen zur nahrung sehr bequem / denn sie machen pen.
 gut geblüte / erquickten Sommers zeit den erhitzten Ma-
 gen vnd Leber.

Schweinen fleisch / dieweil es eine sonderliche et- Schweinen
 genschafft hat / den menschen zu stercken / gut geblüte zu fleisch.
 machen / vnd den leib feucht zu halten / so ist doch auch
 darneben etwas Phlegmatisch / vnd nicht allen mensche
 zugleich nütlichen / sondern alleine denen / so einen gu-
 ten / gesunden vnd starcken magen haben. Es wird aber Wild schweis
 das wilde Schweinen fleisch / sonderlichen winters zeit / nen fleisch.
 dem zahmen fürgezogen.

Junge Hünner vnd Cappannen geben treffliche Junge hü-
 köstliche nahrung vnd gut geblüte / sind temperire / vnd ner / Cappau-
 allen menschen bequem / ihre brüe ist so köstlich / das sie nen.
 auch wieder den auffsz eine arznei ist.

Kep hünner vnd Haselhünner / werden vnter allen Kep vnd has-
 vogeln am höchsten gepreiset / machen viel geblüte / vnd selhünner.
 geben dem menschen ein sonderliche krafft.

Krametvogel oder Krametvogel / ist bey den Römern Krametvo-
 in grossen werth gehalten worden / sie geben gut geblüte / gel.
 sind leicht zu erdauen / Derer art sind auch die Am-
 seln / Droscheln / alle walde / heck vnd puschvogel.

Frische hünner eyer sind die gesündesten / Vnd ob hünner eyer.
 man auch wol andere vogel eyer zu essen pfleget / so ist
 doch

doch ein wahr sprichwort: Von guter luft vnd guten geruch / von gutem Wein vnd einem frischen Ey wird das hertz vberaus gestreckt. Denn die eyer sind temperirt / vnd der menschlichen Complexion fast gleichförmig / Die dotter wird bey nahe in lauter gut geblüet verwandelt / vnd erhellet die männlichen kreffte. Es sind aber die Eyer am besten in oder zu der nahrung / so zimlich frisch seind / nicht faul / alt oder verlegen / Item / so lang / klein vnd dünne / Vnd wie Galenus schreibt / sind das die besten vnd gesündesten eyer / so nicht zu hart noch zu weich gesotten / so er nennet oua tremula vnd mollia. das ist / dotterweiche eyer / sind bald zuverdawen / vnd bringen dem schwachen gute nahrung. Die andern / so man forbilia oua nennet / sind die lautern eyer / die lest man nur erwarmen / dienen wol zur arznei / sind auch sonst eingenommen / der brust vnd lungen gut / also auch in heis wasser geschlagen / den febricitanten gar nützlich. Zum dritten sind oua cocta, das ist / hart gesottene eyer / vnd oua frixa, gebacken eyer in butter oder schmaltz / sind schwerlich zuverdawen / vnd dienen allein den tagelöhnern.

Allerley
Fische.

Gute schüppige Fische / so aus reinen / frischen vnd fließenden wassern gefangen werden / als Bars / Kaulbars / Krumbhechtlein / Aischen / Forellen / Steinbeissen / Schmerlen / Karpffen vnd dergleichen / sind auch am gesündesten.

Kost so
schwerlich zu
verdawen.

Folgende kost ist schwer zuverdawen / als / ungesewert brod / bleibet lang im magen / verstopffet Leber vñ Nieren / vnd gibe vrsach zum stein.

Bohnen.

Bohnen geben böß Phlegmatisch geblüet / vnd bleibhen den leib auff.

Linßen

Linsen machen böse Melancholisch geblüt/ kres vnd Linsen.
 auffas / viel geschwehr / blöde gesicht / vnd viel krank-
 heit.

Weisse Ruchern machen böse geblüt / vnd blehen Ruchern.
 sehr / Die roten aber / so sie zwey mal in wasser gesotten
 werden / also / das die erste brüe dauon gegossen / die an-
 dere aber nüchtern getruncken wird / bewegen sie den
 Harn / treiben den stein / vnd sind fast nüsslich denen / so
 anfahen wassersüchtig zu werden / etliche tage aneinan-
 der gebraucht.

Süsse Quitten / vnd so nicht schmackhafftig sein / Süsse Quit-
 thun trefflichen schaden den Senadern / vnd mehr den.
 Colicam.

Rohe Kastanien stopffen / vnd verursachen heupt- Kastanien.
 wehe.

Haselnuß sind schwer zuerdawen / begeben sich Haselnuß.
 langsam aus dem magen / machen winde im leibe / vnd
 heuptwehe.

Oliven / so schwarz vnd röliche sind / geben böse Oliven.
 nahrung / dienen allein dem magen den appetit zu erwe-
 cken / sonderlich die grünen / die noch nicht gar reiff vnd
 in essig gelegt sind.

Melaunen / Pheben vnd Cucumer / sind eitel kalte Melaunen.
 fruchte / derwegen wir Deutschen solche den Waslen Pheben.
 billich lassen solten / denn sie bringen vnsern leibern we- Cucumer.
 nig frommen / Welche aber hitzige Lebern haben / oder
 von jugent auff dieser fruchte gewohnt sind / mögen sie
 zum gebratnis essen.

Alle Köelkreuter sind schwer zuerdawen / machen Köelkreuter.
 Melancholisch geblüt / dauon böse trewme vnd dünste
 kommen / sind sordida alimenta, wie denn auch das
 E Compeß

Compos kraut / vnd ob man gleich desselben ein suder
 es / bekömpe man doch daruon nicht ein tröpfflein rein
 blut / es fettiget nur den hitzigen magen / vnd machet ei-
 nen guten appetit zum essen / gehört für gesunde / vnd nit
 für schwache leute.

Schwemme. Schwemme / sind ein geschwür der erden / blehen
 vnd erkeltten den leib / vnd sollen durchaus nicht gebrau-
 chet werden / denn sie mehr tödtlich dann nützlich /
 Davon auch ein fürtrefflicher arzt zu sagen pfleget :
 Wenn die Schwem am besten zugericht worden / sind
 sie zu nichts bessers nüt / denn das sie auff ein schauffel
 gefasst / vnd ins wasser geschüttet werden.

Kettich. Kettich ist schwer zuerdawen / schadet den augen
 vnd dem heupt

Hirschen wil- Hirschen wilpret ist grober substanz / vnd nicht
 pret. leicht zuerdawen.

Ochsen vnd Alte Ochsen vnd Kueffleisch machen Melancholisch
 Kueffleisch. gebüt / vnd sind schwer zuerdawen.

Bockfleisch. Alte Bockfleisch ist sehr vndawlich / vnd gibt böse
 nahrung.

Grobe fisch. Grobe harte Fisch / so ein zehen safft vnd viscositet
 haben / als Stör / Wälß / Schleye / Stockfisch / Ael
 vnd dergleichen / sind nicht dienstlichen / wie den auch
 alles fett von Fischen böse ist.

Allerley waf- Alle wasservogel / als Schwanen / Pfawen / Kran-
 servogel. che / Störche / Enten / Gense zahm vnd wilde / so auff
 weyhern / Seen / dämpffeln vnd andern wassern leben /
 dienen gar nicht zur gesundheit / Wie denn auch die al-
 ten Tauben.

Krebs. Krebs sind feucht vnd kalter natur / schwerlich zu-
 erda ven / vnd dem magen schädlich / können aber durch
 sonder

Sonderliche Kochung wol gebessert werden. Item etliche theil vñ eingeweide der vogel/ als der hals oder schlundt/ die leber/ milch/ nieren/ gederim/ der magen vnd bauch.

Kese so alt/ er sey gesalzen oder nicht/ so ist er trücker vnd kalter complexion/ gibt vrsach zum stein/ ist hart zuuerdawen. Kese.

Mandelsuppen seind gesundt/ sonderlichen so sie wol abgezuckert/ vnd sollen offte gebraucht werden. Mandelsuppen.

Ziegen milch wird zur kost von den ärzten für die beste geacht/ denn sie dem magen nicht so leicht wie die andere schaden thut/ ist den alten leuten gar nütlichen/ wo man sie mit zucker vnd fenchel nüchtern gebrauchet. Ziegenmilch.

Honig/ weil solches an allen enden in die speißkammer für die Küche einkaufft wirdt/ wil von nöthen sein/ solches an diesem ort nicht zu vbergehen. Es ist aber seine natur warm vnd trucken im andern gradt. Honig.

Ein gut Honig sol im Fröling oder Lengen gesamlet werden/ von den jungen Imen oder Bienen/ sol sein süsse/ scharff/ eines lieblichen geruchs/ weiß vnd klar/ nicht wässerich/ flüssig oder schwehr/ Nach diesem ist das liecht gelbe das beste/ Vnd ob wol das Athenische/ Sicilische (so vom berge Hybla kompt) für allen gelobet wird/ so stellen wir solches an seinen ort/ vnd wissen/ das vnser deutsch vnd Düringisch Jungfraw honig so gut ist/ als etwan dasselbe. Es ist auch das honig/ so aus der Littaw kompt/ keines wegcs hindan zusehen/ Aber das donnen honig dienet weder zur Küche noch zur arznei/ vnd lassen solches den Pfefferküchlern.

Hierbey ist wol zu mercken/ das man im Sommer die speise keines wegcs mit honig absüssen sol/ fürnemlich darumb/ die weil die galle im Sommer das domi-

nium hat / vnd offte viel hitzige fieber mit einfallen / das von nachmals beydes die gall vnd fieber vermehret vnd hefftiger werden. So dienet auch vne das hitzigen Cholericischen jungen leuten das honig gar nicht / denn es hñnen das Cholericische geblüt vermehret / vnd böse hitzige frantcheiten bringet / darumb sie sich deß honiges im Sommer durchaus enthalten sollen. Winters zeit aber ist es wol zugebrauchen / sintemal es fürnemlichen den Phlegmaticis / so feuchter Complexion / vnd alten leuten wol thut / den leib reiniget / das gekäder von der brust vnd magen ablöset / die bösen feuchtigkeiten in den adern reiff machet / austreibet / vnd wol nehret. Darumb auch der Meth / so von honig gesotten wirdt / für die alten Phlegmatischen leute / welche von dem Catarrho wol geplaget werden / sehr dienstlichen / Vnd wird gemacht von einem theil honig / vnd 8 theil wasser / das ist / zu einem nöffel honig thut man 8. nöffel wasser / kochet denn solches gar sanfftiglichen / vnd scheumet es wol / das ist denn das Hydromel Melicraton, so die Lateinischen Aquam mulsam nennen. Also hat auch das Oxymel, das ist / honig essig / so von honig vnd scharffen weins essig gesotten wird / seinen grossen nutz / die grobe Phlegmata zu eröffnen vnd zu zertheilen.

Es ist auch allhier beylenfftig wol zu mercken / das Kirschchen / Spilling / Johannes beerlein / Pfirschen vnd andere dergleichen labnus mit honig eingemacht / mehr schedlich / denn nütlichen / dieweil sie die fieber mehr befördern / denn dempffen / welches man zur warnung auch anzeigen muß.

Zucker.

Zucker ist einer temperirten qualitet vnd eigenschafft / etwas warm / neiget sich doch fast auff feuchte /
er ster

er stercket/ digerret/ reiniget/ seubert die lung vnd brust/
vnd da er messig gebraucht wird/ bekompt er wol dem
magen/ vnd mache die speise lieblich/ Daher das sprich-
wort entstanden/ Zucker verderbet kein essen/ oder/ man
kan keine speise mit Zucker verderben. Wo man aber sei-
ner in speis vnd tranck stets gebrauchet/ vnd magen vnd
leber damit vberladen werden/ kan solcher verstopffunge
bringen/ vnd sich leicht in galle verwandeln/ wie Au-
cenna schreibet.

Vom Hirschfleisch ist droben meldung geschehen/
Vnd dieweil es diese eigenschafft/ das seine ganze sub-
stanz der gifft zuwieder/ außgenommen der schwanz/
welcher ohne das vor sich giftig/ vnd die eigenschafft
haben soll/ das der leib dauon linde vnd offen bleibe/
So kan es nicht leichtlich schaden/ das man bisweilen
solch wispret gebrauchet/ sonderlich die personen/ so es-
nen guten magen haben/ vnd wol dawen können/ Vnd
ich für mein person achte genzlich dafür/ daß das fleisch
von jungen Hirschen wider die fieber sehr nütlichen sey.
Die zarten Hirschkolben/ so newlich herfür gestossen/
werden für ein köstlich essen bey allen grossen herren vnd
Fürsten gehalten. Das hirschgehirn/ vnd das creuz-
lein oder beinlein/ so im hertz des Hirschen gefunden
wird/ dienet auch wieder die gifft.

Zarte hirsch-
kolben.

Hirschgehirn.

Alles fleisch vnd fische/ wenn sie gebraten/ werden
sie herter/ hitziger vnd trockener art/ als wenn sie ge-
kocht/ nehren vnd stercken auch den leib besser.

Galenus schreibet/ das der mensch zu erhaltunge
seines leibes nichts nütlichers haben kan/ denn gut
rechtchaffen brod/ dieweil es ein grundfest vnd funda-
ment ist aller andern kost/ Darumb man auch allezeit

Gut brod.

Weizt brod
das beste vñ
gesundeste.

zweymal so viel brod / denn andere speise essen soll. Es ist aber das Weizen brod das beste vnd gesundeste / welches mit der Complexion des menschen bey nahe vber-

Kockenbrod.

ein trifft / vnd sol nicht von gar alten oder gar neuen / sondern von solchem mehl / das nicht zusehr aufgemalen / recht vnd wol gebacken werden / vnd etwas von saltz vnd sawerteig haben. Nach diesem ist das Kocken brod ein gut / gesund vnd wolgeschmeckend brod für den gemeinen mann. Es sol aber kein brod / weil es noch heis vnd warm ist / genüzt werden / denn solches die natürliche hitz des magens verderbet / denselben auffblehet / durst vnd grosse verstopffung in den adern bringet / vnd schwer zuerdawen ist. Sonsten aber hat das warme brod

Warm brod
mit wein für
die nase ge-
halten/dienet
wieder ohn
macht.

auch seinen nutz / so nicht zuuerachten / Denn wenn einer matt vnd krafftlos were / dem sol man die brosamlen von warmen brod in guten wolriechenden wein nehen / vor die nase halten / vnd daran riechen lassen / erquicket vnd stercket wol das hertz vñ die lebendigen geister.

Argney von
Kocken brod
wieder das
brechen.

Sonsten wirdt von Kockenbrod eine kreffteige argney wieder das hefftige brechen gemacht / Man nimpt einen durchschnitt von kockenbrod / röstet solchen gar braun auff kolen / reibet ihn denn voller gestossenen netcken / besprenget ihn mit maluaster / vnd bindet ihn gar warm vber den Magen / ist eine sehr gute argney.

Pflaster von
Kockenbrod.

Ferner machet man auch ein pflaster von Kockens brod für das auffstossen des Magens / vnd welcher keine speise behalten kan / mag auff diese weise zugerichtet werden : Nemet etliche schnitt Kockenbrod / röstet sie gar braun auff kolen / reibet denn solche auff einem reib-

eisen / biß ihr 3. oder 4. lot schwer zusammen bringet / weichet solches wol in weinessig / thut darzu ein wenig

Sawer

Sawerteig / Mastix / Weyrach vnd Krausemünken / gestossen / jedes ein quent. gerstenmehl einen löffel voll / mischet es wol vntereinander / streichet es denn auff ein leinen tuch oder weissen barchent / vnd leget es von dem herzgrüblein an / fein warm auff den Magen / ist gar ein nützlich pflaster.

Die brodrinden / wenn sie zu sehr verbrandt / vnd gessen werden / geben sie ein böse vnd vnrein geblüt / vnd stopffen den leib. Da sie aber fein gelinde vnd braun / sind sie dienstlich denen leuten / so einen feuchten Magen haben.

Das zweymal gebackene brod / so man Biscoten nennet / vnd zu Nürnberg von Coriander / Anis vnd fenchelsamen fleissig zugerichtet wird / ist ein köstlich ding den Magen zuschliessen / die dawung zu fördern / vnd den dünsten (das sie nicht vbersich ins heupt steigen / vnd flüsse erregen) zu wehren. Es kan aber das zweybacken brod auff nachfolgende weise zugerichtet werden:

Zweybacken
brod oder
Biscoten.

Nemet 24. lot des aller schönsten mehls /
j. pfund des schönsten Zuckers klein gestossen /
vnd durchgeschlagen /

Solches sol man mit dem weiß von einem Ey / vnd mit gnugsamen Rosenwasser wol zusammen mischen / vnd zimtlich stark zum teige arbeiten / dann darunter thun Fenchelsamen / Coriander in essig gebeist /

Anisamen / jedes ein halb lot /

Muscaten blümlein /

Zimterrinde / jedes ein halb quent. gröblichen zerschneiden / Dieses alles wol zusammen in den teig gearbeitet / dann den teig auff oblaten thun / vnd sanfftiglich im ofen wie eine Semmel außbacken lassen / dann mit eis

mit einem weiß ey bestreichen / vnd schnittlein darans machen.

Welch brod
ungesund.

Das brod aber / so nicht wol ausgebacken / auch
übel geknetet / gefewert / vnd sonst mit dem feuer nicht
wol regulirt worden / das thut der natur mehr schaden /
als etwan grob fleisch / Daher das sprichwort komen :
Alle vberladung vnd vberfüllung ist schedlich / Aber die
mit dem brod am aller schedlichsten / Ist zuuerstehen von
schweren vnd vnaufgebackenem brote.

Salg.

Das Kochsals wird von den ärzten im andern grad
hitzig / vnd im dritten trucken gradirt / Vnd ohne Sals
kan keine speise ihren rechten schmack haben / nach dem
sprichwort / Sals ist die beste würk auff erden / das ist /
sals gibt aller kost einen guten geschmack. Es erwecket
auch dem Magen die lust zur speise / dienet für alle feu-
lung / vnd verzehret die bösen feuchtigkeiten / aber die
guten vnd natürlichen behelt es vnzerstörlich / In sum-
ma / des salzes tugent kan man nicht gnugsam erzielen /
denn der Keyser seiner so wenig entrahten kan / als der
bawer / wie das sprichwort lautet : Nütlichers kan nicht
sein / Weder sals vnd der Sonnen schein.

Argney für
biene vnd
wespenstich.

Für das zip-
perle vnd ver-
renckte glic-
der.

Beyleufftig aber sol man diß mercken / da jemand
von einer Wespen / Biene oder Hürnessel gestochen
würde / der zerreibet sals mit rindern marck / vnd lege es
vber / es hilffe. Item / so einer ein gliede verrencket / oder
das zipperle in füßen bekommen hette / vnd sonst kei-
ne mittel erreichen könnte / der neme sals / honig vnd mehl
gleich durcheinander gestoßen / vnd lege es warm vber /
das thut gar wol.

Man sol aber sals nicht überflüssig gebrauchen /
denn wer solches thut / der verbrennet das geblüte / füget
dem ges

dem gesicht schaden zu / machet gesalkene flüsse / vnd bringet ihm selbst eine böse kreke zuwege.

Milch ist feucht vnd kalter natur / nahet sich sehr zu Milch. des menschen Complexion / doch mehr zur kelt denn zur hitz geneigt / ist die aller erste speise vnter menschen vnd vierfüßigen thieren / dauon die jungen kinder erquicket / gespeiset / ernehret / auffbracht vnd erhalten werden / So ist auch die milch allen alten verzehrten menschen gar nütlichen / denn sie bringet ihnen eine gute nahrung / mehret das geblüt vnd menschlichen samen / verzehret die gesalkene flüsse / dauon sie stets grossen husten haben / wie Auicenna schreibt. Sie ist auch gut vnd bequem Wem milch schädlich vnd dienlich. den Cholericis / das ist / den zornigen / hitzigen / magern vnd braunen leuten / sonderlich so sie einen guten Magen haben. Den Phlegmaticis aber vnd fetten leuten / auch die einen vnreinen vnd vngesunden magen / desgleichen stets heuptwehe vnd hitzige fieber habē / oder mit dem Stein vnd fallenden sucht beladen / die sollen durchaus keine milch gebrauchen.

Es ist aber den francken / abnemenden vñ schwindsüchtigen leuten die milch ganz nütlichen / wenn man ihnen dieselbe des morgens nüchtern / so warm als sie gemolcken wird / zurincken gibe. Desgleichen wem die Arzney wie der die geschwollen / oder sonst hitzige geschwür im munde hette / der sol mit warmer milch gurgeln / ist ein sehr heilsames mittel.

Es entsethet eine frage / was die jenigen / denen die milch nütlichen / vnd solche im Sommer gebrauchen / darauß trincken sollen / dieweil ein sprichwort ist / Wer da wil lange leben / der wasch die milch mit wein von der leber : Achten derhalben ihr viel / das es gut sey / auff die milch

milch wein trincken? Darauff wird nach rath der ärzte diese antwort gegeben/ das man durchaus auff die milch nicht trincken/ noch sich hart bewegen sol/ so thut sie der leber am wenigsten schaden / ja man sol auff's wenigste ein zwö stunden darauff fasten/ Dann wein auff milch getruncken / gibe vrsach / das solche im magen gerinne vnd zusammen lauffe / daraus grosser vnraht entsethet / wie Alexander Benedictus Veronensis anzeiget. Bin derwegen mit einem sehr erfahrenen Doctor der arznei deutsches landes einig / der dieser meinung ist/ das hier auff milch getruncken / gesünder sey denn der wein / Es were dann / das allererst nach verlauffenen zweyen stunden der wein auff die milch getruncken würde/ möchte obgedachtes sprichwort seine stat haben.

Obst.

Für Obst sollen sich / souiel immer möglich / hüten die jenigen / welche müßig gehen / vnd keine grosse arbeit thun / auch die / so kalter / feuchter / Phlegmatischer natur seind / denn solches böse wässerich geblüt vnd narung gibt / dauon vnheilsame krankheiten / als die Colica, das fieber vnd dergleichen entsethet / Aber den jungen / starcken vnd Cholericchen leute kan solches so leicht nicht schaden / wo es zuuor wol erlegen / vnd eine stunde vor / vnd nicht nach der mahlzeit messig genossen wird / Man sol aber darauff einen guten starcken wein / vnd nicht hier trincken / sonst kan man bald das bauchreissen dauon bekommen.

Nas.

Von grossen Nüssen aber vnd Feigen / wird eine besondere arznei für die giftt zugerichtet / welche fast im beschluß diß büchleins verzeichnet ist.

Kleine Rosen
Klein.

Die Meertrenblein vnd kleine Rosintein sind beydes zur kost vnd arznei gesund / haben eine mittelmessige werm /

ge werm/ geben gute nahrung/ bekommen wol dem magen / der leber vnnnd den nieren. Also auch die grossen Rosinen vnd Cibeben / nüchtern ohne kern gessen / behalten sie den leib offen / vnd mögen gar wol vnter die hochspeise mit vermengert werden / denn weil sie auffgestrucknet worden/ habtn sie ihre oberleye feuchtigkeit verloren.

Grosse Rosin vnd Cibeben.

Es ist auch hierbey zu mercken / das man die essen/ so da wol schmecken / vnd wol zuuertragen sein / auch welche die natur mit lust zu sich nimpt / vnd darzu man einen guten appetit hat / am liebsten gebrauchen soll / doch messiger weise / sonderlich wenn man gesund vnd wol auff ist/ denn solche der magen begierlichen begreiffet vnd annimpt / auch leichtlich vnd bald verdawet. Die andern aber / dafür er einen eckel / vnd ihm entgegen / zum höchsten meidet.

Welche speise man am liebsten sol gebrauchen.

Man sol sich aber mit speis vnd tranck nicht vberladen oder vberfüllen/ sondern eine zimliche notturfft zu sich nemen / damit der magen nicht beschweret werde / sonst kan die natürliche werm von wegen der menge vnd vberfluß gedempfft / oder ganz vnd gar vntergedruckt werden/ Denn es mit des menschen magen gleich eine solche gelegenheit/ wie mit einer lampen / wenn das dache brennen sol/ muß man nicht zuviel öhl darein gießen. So sol man auch nicht gar zu wenig essen vnnnd trincken / auff das nicht aus mangelung der nahrung die kreffte geringert vnd zertheilet werden/ Darumb auff beydes zu sehen / damit man in essen vnd trincken nicht zu wenig thue / dauon der leib abnimpt / vnd die kreffte geschwechet werden/ Auch nicht zuviel thue/ dauon feulung vnd verstopffung/ auch hefftige franckheit zuerfolgen pfleget

Magen nicht mit vielerley speis beladē.

Zeichen das
bey man ab-
nehmen kan/
ob der mage
überladen.

Der excess / ob man in essen vnd trincken zuviel ge-
than / wird vermehrte vnd erkandt / so man vmb den ma-
gen / vnd oben vmb den leib ein drucken oder kurzen
athem befindet / Item / wenn der appetit vnnnd hunger
verbleibet / der Puls / die aufzeng vnd wasser sich ver-
endern / Derwegen sol man also essen / das man wieder
einen hunger bekommen / Vnd also trincken / das wie-
der ein natürlicher durst erfolgen möge. Darumb auch
Hippocrates recht gesagt / das die gesundheit stche als
lermeist in diesem stück / das man überfüllung vnd über-
ladung meide / damit man zur arbeit desto lustiger seyn
könne. So gibe auch die erfahrung / das diß sprichwort
nicht vergeblichen gesagt werde / das mehr leute durch
überley fressen vnd sauffen vmbkommen / denn durchs
schwerdt. Vnd Galenus sagt / das die kinder dieser
welt / sind nur fress vnd sauffkinder / Ja das eines jeden
gurgel die mutter sey / dauon alle krankheiten fast ent-
stehen / vnd dadurch das leber verkürzt wirdt. Derwe-
gen sol man in essen vnnnd trincken allweze diß in guter
acht haben / das der hunger für der speise / vnd der durst
für dem trincken hergehe / jedoch natürlicher weise / denn
vnnatürliche vnd vnzeitige begierde / beydes zum essen
vnd trincken / nicht dienstlichen / wie denn auch der eckel
vnd widerwillen zu speis vnd tranck keines wegcs zulo-
ben / Denn gleich wie man mehr speise nicht gebrauchen
sol / als die natur erfordert vnd vertragen kan / also ist
offt geringe abspesung schädlicher / dann so man reichli-
cher mahlzeit gehalten hat / aus ursach / wenn man gleich
mit der speise ein überlaß gethan / kan solches durch die
abstinenz oder auffschiebung der mahlzeit verzehret / vnd
ohne verletzung hinweg gebracht werden.

Überladung
mit speis
durch absti-
nenz wieder
hinweg zu
bringen.

Schlies-

Schließlichen / so ist zumercken / das die temperantia vnd messigkeit / zu lohn gibe stercke vnd gesundheit / Darzegen aber die vberfüllung / welche der natur sehr zu wieder / krankheit vnd allerley gebrechlichkeit verursacht vnd zu wege bringet.

Messigkeit
was es nütze
et.

Es ist auch auff diß stück groß achtung zu geben / ob dem menschen von natur eine speise entgegen sey oder nicht / Denn es sich viel mal zutregt / das zwischen einem menschen vnd einer nahrung eine sonderliche angeborene vnd heimliche eigenschafft ist / das ihm solche gar zuwieder vnd entgegen / vnd da sie ihm beybracht würde / gleich so viel schaden daraus entstünde / als wenn man ihm mit gift vergebte / wie solches die tegliche erfahrung bezeuget / das etliche leute keinen Reß riechen / viel weniger essen können / vnd wo ihnen solcher aus schalckheit beygebracht wird / brechen sie sich hefftig / vnd fallen in ohnmacht. Also lesen wir / das der Conciliator Apponensis, so ein fürtrefflicher arzt gewesen / von natur für der milch ein solchen abschew gehabt / das er auch solche ohne grawen vnd widerwillen nicht sehen können / das andere dieselbe gessen haben. So hab ich auch von einem gelerten Man von Antorff gehört / das eine person in Antorff / welche / so bald sie ein gebraten Spanfercklein in einer gasterey ansichtig wirdt / in eine ohnmacht sincket / vnd gar darnieder felt / welches geschichte / wie die gelerten sagen / à proprietate indiuidua, cuius rei ratio reddi nō potest. Ich hab auch an gräßlichen tafeln gesehen / erstlich / das eine Greuin von einem gebratenen kücheyter gessen / dauon J. G. als bald die ober vnd vnder leffzen sehr auffgelauffen vnd geschwollen / Vnd nachdem J. G. vermarckt / das ich

Fleissig in
acht zuhabē /
ob ein eine
speise von na-
tur entgegen
oder nicht.

cc

cc

Darauff acht gegeben/ haben J. G. mir vermeldet / das sie solche speise wol gebrauchen köndten/ aber dabey wies derfuhr J. G. allwege solch aufflauffen der leffen / wüßte aber nicht / wie es zugienß / vnd warumb es geschehe. Zum andern / hab ich allhier zu Arnstadt auch vber der tafel gesehen / das ein löblicher Graff kein baumöhl hat vertragen können / sondern so balde etwas darmit zugericht vnd auffgetragen worden/ oder dasselbe sonst im gemach gewesen / hat man es eilends wieder hinweg schaffen müssen / sonst weren J. G. in gefehrlliche ohnmachten gerahten.

Marcellus Donatus, ein fürtrefflicher arzt zu Mantua, schreibet / das er eines fürnehmen Grauen knaben gekandt habe / als bald derselbe eyer gessen / sind ihm die leffen auffgelauffen / das angesicht voller brauner vnd schwarzer flecke worden / der mund aber mit schaum vmbgeben / als ob er gifte bekommen hette. Dergleichen gedencet auch dieser autor, das er eine fürnehme vnd statliche matron gekandt / als bald dieselbe ein frisch Ey eingetrucken / ist sie dermassen dauon so durchleibig worden / als ob sie eine starcke purgation eingenommen. So gedencet auch Bartholomæus Marantha, ein gelehrter arzt / das er eine Edle fraw gekandt / wenn derselben die liebliche Manna oder himmelthaw (so vnter allen arzneyen die gelindeste ist) beybracht worden sey / hat sie ein solchen eckel / hefftiges reissen vnd brülzen im leibe / hinfallen aller kreffte / kalten schweis / ohnmacht vnd dergleichen schreckliche zufell bekommen / das man sie offte für tod gehalten / ratio est, quod medicamentum istud, proprietate quadam occulta, hominis naturæ aduerletur, aut propter corporis particularem

cularem (quam Galenus 3. & 7. methodi *ιδιοσυγκρι-
σται* vocat) & cognitu difficilem esse tradit. Darumb
wenn man solche eigenschafft gegen dem essen vermer-
cket / sol man solche der person nicht fürtragen / viel we-
niger sie darzu nötigen / oder ihnen etwas darvon heim-
lich beybringen. Also ist sich auch mit den gelinden arz-
neyen / welche dem menschen zuwieder / wol fürzusehen.
Deshgleichen erfehrt man / das etliche von natur so gros-
se lust vnd verlangen zu einem essen tragen / das sie sich
desselben auch nicht vberdrüssig essen können / vnd pro-
pter istam proprietatem innatam bekömpft es ihnen
gar wol / wie sie denn auch alle andere essen / wie köstlich
dieselben immer zugerichtet seyn möchten / gar nicht ach-
ten / wenn sie nur das haben vnd bekommen können /
darnach sie ein verlangen / vnd wenn solches nicht bald
geschicht / offte deshalben franck werden dürffen.

Es ist sonderzweiffel vielen leuten ein hochgelerter
Mann N. N. weiland Syndicus zu Halla / seligen / be-
kandt gewesen / welcher von natur solche beliebung zum
Schöpffenfleisch getragen / das er auch / wenn er ist zu
gast geladen worden / gemeiniglich gefraget / ob man
auch schöpffen fleisch geben würde / vnd hat also offte al-
terley wilpret vnd andere köstliche essen stehen lassen /
vnd mit lust allein vom schöpffen fleisch gessen. Dar-
umb auch ein jeder auff solche vnd dergleichen eigen-
schafft im essen gut achtung haben sol / denn daran zu
erhaltung der gesundheit nicht wenig gelegen.

Wie nun in allen dingen gute ordnung nütlichen /
also sol man gleicher gestalt in essen vnd trincken rechte
ordnung anstellen vnd halten / damit nicht dasjenige
zum ersten auffgetragen werde / so sich zum letzten ge-
büret.

cc
cc

Gute ordnung
in essen vnd
trincken gar
wol in acht
zuhaben.

Welche spei-
sen vorgehen
sollen.

büret. Darumb sollen die speisen / so leicht zu verdawen /
feucht vnd dünne (als da sind Suppen / weich gesottene
Eyer / Arbeiß / Zwetschken / Blawkohl / Spinet / vnd
was dergleichen mehr linde vnd schlipfferige essen sein /
oder dauon der leib linde gehalten wird) dem fleisch vnd
anderer groben kost vorgehen / Dergleichen auch die
warne kost der kalten / nach den gemeinen reimen :

Derhalben ist zu mercken wol /
Das man das warme essen sol /
Ehe man greiffet zu der kalten speiß /
Gelinde kost gleicher weiß
Der harten sol zuvorher gehn /
Denn also gesundheit kan bestehn.

Denn wo es anders geschicht / vnd die harte kost der weichen
vorgezogen wird / so kan für der harten die weiche
nicht vntersich kommen / verdirbt also in dem magen /
dieweil es keinen außgang hat / vnd macht das andere
auch verderben. Also ist zu hofe ein sehr böser gebrauch
eingerissen (dauon beydes herr vnd knecht in schwachheit
gerathen) welches dieser ist / das man die fische vnd
krebß entweder in der mitten / oder gar zuletzt auffregt /
welches wieder die natur vnd rechte ordnung zu speisen
leufft / Denn wofern keine suppe vorhanden / sol man
als bald anfanglich die fische geben / oder die suppe vnd
fische zugleich aufflesen / alsdenn die fleisch speise / vnd
keine fische mehr. So ist auch zu mercken / das man die
hüner vnd vogel / kalbfleisch vnd schöpffen fleisch / für
dem rindfleisch / hirschen wilpret vnd dergleichen auff-
tragen soll. Vnd souiel von der ordnung.

Wie oft
man des tag-
es essen sol.

Es wird diese frag fürbracht / wie oft man des tag-
es essen sol? Darauff antworten die hochberühmten
zween

zweyne ärzte / Hippocrates vnd Galenus, vnd sagen/
 das es des tages zwey mal geschehen sol / Welches auch
 numehr bey mehrren Nationen der welt in die übung ge-
 bracht / vnd in die gewonheit kommen / welches auch
 ohne wichtige vrsach nicht sol verendert werden / Je-
 doch was kinder vnd wachsende personen sind / auch die
 so grosse arbeit verrichten / die müssen des tages mehr als
 zweymal essen / Item den Cholericis vnd sehr alten leu-
 ten muß man des tages offte / vnd ein wenig auff ein mal /
 zu essen geben. Diejenigen aber / so studiren / mit rath-
 schlegen vmbgehen / in der audiens sitzen / stets vber land
 reisen / oder sonst viel geschefte vnd priuat sachen ver-
 richten müssen / auch offimals der jagten halben keine
 gewisse stunden zur mahlzeit anstellen noch halten kön-
 nen / sondern bißweilen die mittags / bißweilen die abend
 mahlzeit verschieben müssen / sollen sich so hart an der
 ärzte gebot nicht verbinden lassen / sondern in diesem fall
 ihr ampt vnd gelegenheit fürsiehen / vnd also dem ge-
 brauch / so von dem trefflichen arzt Galeno gehalten
 worden / auch noch in etlichen landen von grossen her-
 ren geschicht / folgen / das man früe ein wenig zu sich ne-
 me / vnd auff den abend / wenn die sachen verrichtet /
 nottärffzighen esse vnd trincke / vnd sich also wieder-
 umb reficire.

Die bequemeste zeit aber zu essen ist / wenn die vori-
 ge kost verdawet / vnd aus dem magen getretten ist / wel-
 ches denn der natürliche hunger vnd appetit gnugsam
 zuuerstehen gibe / sonst sol man die abendmahlzeit
 nicht eher anstellen. Man sol auch nicht lange tischen /
 noch viel stunden mit der kost zubringen / sondern zu ei-
 ner rechten mahlzeit sol man nur eine stunde haben /

Eine stunde
 mahlzeit zu
 halten.

auch die gerichte ordentlicher weise (wie meldung geschehen) schleunig aufftragen lassen / damit man die kost / darzu der magen eine sonderliche lust tregt / daraus nemen / vnd dauon essen könne.

Speise sol man erst wol schneiden vnd kauen / ehe man sie hinein schlingt.

Man sol auch dieses in guter acht haben / das man die speise nicht ganz hinein schlucke / sondern dieselbe zuvor klein schneiden / wol kauen / vnd hinein schlingen / wie denn solches der dawung des magens sehr behülfflich ist / Deshalben auch die natur dem menschen die breiten zeene gegeben / das die speise damit wol sol gemahlen werden / aus welchen vrsachen Auicenna nicht vergeblich sagt / So einer sein leben hasset / so kawe er nicht wol das essen.

Da man nun mahlzeit gehalten / sol man als dann fein sanfftiglich hin vñ wieder spaciren gehen / sich nachmals niedersetzen / vnd ein wenig ruhen / nach lehr der alten / die da sagen :

Wenn du hast gessen / solstu stehn /

Oder ein tausent schritt fortgehn.

Welche die abendmahlzeit vnterlassen sollen.

Die weil auch winters zeit die nächte lang sein / sol man die abend mahlzeit reichlicher als die mittags mahlzeit halten / sonderlich bey jungen rechtschaffenen gesunden leuten / Welche aber flüssig / Catharrisch vñ schnupffich / oder sonsten mit franckheit belagen / vnd nächstlicher weile damit geplagt werden / die sollen auff den abende wenig essen / oder zuweilen wol gar vnterlassen / vnd zur mittags mahlzeit ihre refection vnd nahrung desto fülliger nemen.

Zwischen der mahlzeit gar nicht / vnter

Druckene speise sol mit tranck vnd weicher narung gleicher gestalt verglichen werden. Vnter der mahlzeit sol man offte / vnd wenig trincken / zwischen der mahlzeit.

zeit aber gar nichts / denn sonst die dawung des Magens dadurch verhindert wird / Jedoch so gehet solche regel (wie newlich auch gemeldet) die jungen kinder / wachsende personen vnd Cholericos nicht an.

der mahlzeit aber ofte / vñ wenig zutrinken.

Man sol auch von einer mahlzeit bis zur andern / allweg sechs stunden fasten / auff das also die fürnehmste dawung des Magens möge verrichtet werden.

Wie lang man von einer mahlzeit zur andern fasten sol.

Im Winter sol man warme kost gebrauchen / welche mit lieblicher gewürz zugerichtet / doch gleichwol nicht zu heis hinein schlingen / denn solches dem schlund des magens schedlichen. Sommers zeit aber wird kalte speise nachgelassen / jedoch das sie auch nicht gar zu kalt sey.

Winters zeit warme speise zugebrauchē / im Sommer aber kalte.

Wenn man nun mit essen vnd trincken beschlossen / sol man etwas nemen / so den magen schleust / als gebrauchene piren / quitten / vberzogenen Coriander / Piscoten vnd dergleichen / Derhalben auch der kese allwege zu letzt auffgesetzt wirdt / wiewol er grober substanz vnd hart dawlichen / so schleust er doch den Magen / damit die kost zum grunde kommen kan. Es ist ein gemeine sage / das der kese / so nahe an der milch / am besten sein soll /

Was zuletzt nach der mahlzeit zugebrauchen / so den magē schleuset.

Welches denn wahr ist / sintemal alter kese / so faul vnd zengerig / schwer zuerdawen ist / Aber ein newer vñ frischer kese / welcher ein wenig / oder gar nicht gesalzen ist / gibt gute nahrung / bekompt dem magen fast wol / vnd ist leichtlich zuerdawen / Doch sol man auff ein mal des keses nicht zuviel essen / sondern dem altē sprichwort folgen / das also lautet : Nicht so viel kese als brod.

Warumb kese zuletzt auffgesetzt werde. Newer kess.

Die leute / welche sich von jugendt auff an den kese gewehnet haben / vnd denselben ohne das gerne essen / denen schadet er am wenigsten / Aber jungen / gesunden /

Wem der kess am wenigsten schadet.

starcken vnd arbeitsamen leuten ist er am aller nützlichsten / wie das sprichwort lautet :

Kesß vnd brode

Hülffte wol in hungers noth.

Berühmte
Kese / so in
deutschlandt.

Galenus spricht / das dieser kesß am besten sey / welcher mittelmessig ist vnter den neuen vnd alten. Berühmte gute Kese / so jeziger zeit in deutschlandt am gebrauchlichsten / sind die Parmesan Kese / welche das erste lob haben / nachmals die Hollendischen / Engelandischen vnd KreuzKese / auch die / so aus der Braffschafft Oldenburg kommen / sind fürwar solche köstliche Kese / das sie ihrer güte halben den Hollendischen wol gleich gehalten / vnd offte besser sind. Ich habe einen Oldenburgischen köstlichen kesß gesehen / von einer vnmeslichen größe / darzu sind kommen 9. thonnen milch. Desgleichen werden auch gelobet / die im Stiffe Hildesheim gemachte werden / auch die Düringischen schaffKese / welche einen guten geruch vnd schmack haben / mögen zum beschluß der mahlszeit gebraucht werden. Man sol aber einen reinen guten Kese aus nachfolgenden reimen erkennen.

Wobey ein
guter kesß zu
erkennen.

Alle kesß mit vielen augen /
Eßsalzen / vnd mit haar sich lan schawen /
Auch die zu alt / am schnitt zu hart /
Vnd sonst faul riechen auff der gart /
Solche kesß sind francken leuten
Vngesunde / man sol sie meiden.

Frage / was
man auff te
se trinckē sol.

Es entsethet allhier abermals eine frag / ob man auff Kese wein oder vier trincken soll ? Darauff ist die antwort / dieweil der kesß alleine zum beschluß der mahlszeit sol gebraucht werden / das man darauff keines weges trincken soll / denn wo solches geschicht / durch drincken er /

get er / vnd wird in die Leber vnd Nieren gefüre / der Leber bringt er verstopffung / verursacht den Nierenstein / auch heuptwehagen vnd andere krankheiten / Darumb am sichersten / man trincke weder wein noch bier darauff. Ob auch wol von den Medicis solches beyderseits disputiret / vñ ein jeder seine meinung nottürfftiglich beweisen vnd vertreten kan / so schliessen jhr viel / vnd sehen für gut an / da man je auff kесе trincken wolte / das man darauff ein tränklein gutes starcken weins thun sol / auff das er sich dauon im magen zertheile / Aber sonsten viel dünnen vnd subtilen wein darauff zutrinken / wolte sehr schedlichen sein. Die jenigen so bier darauff trincken / haben diese einrede / das es geschehe / damit der kесе nicht durchdringe zur Leber vnd Nieren / vnd den stein / wie zuuor gemeldet / verursache. Aber weil beyde meinungen können verteidiget werden / schliesse ich / das man auff die gewonheit sehe / vnd wer darauff bier zu trincken gewohnet / mag dabey bleiben. Wer aber guten starcken wein darauff zu trincken gewohnet / dem kan solches / (wie gemeldet) ohne schaden nach gelassen werden.

Von Butter.

Die Butter ist das beste vnd feisteste von der milch / vnd ist von natur vnd art gleich dem baumöl / erweichet vnd seubert wol / machet den harten bauch linder. Auenzoar schreibet / das zur zeit der Pestilenz die butter vberaus ein köstlich ding sey / denn solche die böse vergiffte feuchtzheit / dauon die Pest entstehet / wegtreibet. Vnd nach dem die Wahlen oder Italianer in dem baumöl / ehe es in vnser lande gebracht wirdt / zuuor

Butter.

Baumöl.

wol baden/dieweil es für den lendenstein/mutter schmerzen vnd bauchgrimmen ein vberaus köstliche arznei ist / So solten wir Deutschen billich für das baumöhl gute frische butter gebrauchen / vnd solches den Italiannern vnd andern völkern lassen / Es sey denn/das man solches rein / vnuerfalscht vnd vngenüzt haben kan / so mögens die jenigen gebrauchen / so darzu beliebung tragen/vnd ihnen solches nicht entgegen. Aristoteles saget / man sol die küche oder haushaltung mit salt vnd öhl bestellen / dafür wir butter verstehen wollen.

Es ist ein gemein sprichwort / Butter vor / butter nach / welches denn die Sachsen wol wargenommen/essen butter vor vnd nach der mahlzeit / das man doch der gewonheit des orts zuschreiben muß. Wo sie aber messig gebraucht wird / ist es in warheit ein nüsslich vnd gesund ding/vnd so sie vor der mahlzeit gebraucht wird/macht sie den leib fein linde / vnd lüfftet vmb die brust/Darumb die jenigen / so stets husten / sollen offte butter essen / sintemal solche das geköder in der brust aufflöset/vnd zum auswerffen bringet / bekämpet wol der lungensucht vnd seitenwehe. Also thut auch die butter gar wol den jungen kindern / so anfahen zu zahnen / denen sol man frische butter mit honig vermischet / auff die ballen vnd das zaanfleisch streichen / vnd wol einreiben / das fördert die zeene/vnd wehret dem schmerzen. Aber nach der mahlzeit butter gessen/ ist nicht dienstlichen/sonderlich wenn man solche vberflüssig gebraucht / denn dadurch wird das schliessen des magens verhindert / vnd bringet sonsten vnraht / So ist auch butter schedlich denen / so feuchter natur vnnnd Complexion / auch einen schwachen magen haben / denn darvon wird der magen mehr

Butter nach
der mahlzeit
vberflüssig
gebraucht /
schedlichen.

mehr verderbee / Welche aber einen hitzigen magen / in denselben wird die butter in cholera oder gall verwandelt.

Das VIII. Capittel.

Vom trincken.

Wir wollen nun vom trincken auch etwas reden / vnd erstlich anzeigen / warumb man trincke ? Darauff ist die antwort / das an dem trincken so wol gelegen als an der speise / vnd dem gesunden magen von nöten / aus vrsachen / daß das jenige / so feuchter substanz / von der natürlichen hitz in vnsern körpern verzehret wird / Damit nun der leib wiederumb angefeuchtet / vnd das jenige so verzehret worden / auch ersetzt werde / so wil zu trincken von nöten sein.

Zum andern / damit auch die grobe oder truckene speise bequemlichen in leib vnd weitgelegenen örter / als die adern geführet werde / so ist es in gemeinen gebrauch kommen / daß das essen mit dem getrenck wol vermengget wird / vnd also die dawung desto leichter geschehen möge.

Hierbey ist auch zugedencken / das man erstlichen auff kost / so feuchter natur / als suppen vnd hünner brüe / nicht pldglich trincken sol. Zum andern / auff harte bewegung oder erhitzung. Zum dritten / auff bad. Zum vierden / auff eheliche werck.

Auff suppen vnd feuchte kost nit balde zu trincken.

Wenn man nun alle andere sachen / die gesundheit des menschen zu erhalten / betrachtet / befindet man / das vnter allen der wein / wenn er rein vnd rechtschaffen ist / auch

auch messig vnd zu seiner zeit gebraucht wird / zu erhaltung der gesundhelt vmb vieler vrsachen willen am aller nützlichsten / Darumb Dioscorides nicht vnbillig gesagt / es sey ein guter raht / das man gebiete / seinen durst zu leiden / vnd das man die speise mit wein befeuchte. Diesem raht wollen wir deutschen auch gerne folgen / doch nach notturfft / den durst zu leschen / vnd die natürliche kreffte zu erquickten / vnd die werm zu erhalten.

Wein messig
getruncken /
vberaus be-
quem.

Es hat aber guter wein / messig getruncken / diese art / das er erquicket die kreffte / die natürliche werm stercket / die feuchtigkeiten temperiret / den schweis vnd harm befördert / nehret auch zugleich mit den leib / vnd bringet gut geblüe / theilt sich balde in die glieder / bekümpe dem magen wol / fördert die lust zur speise / erfrewet das hertz / machet die trawrigen frölich / die stillschweigenden redend / In summa / Wein ist halbes leben / wo er messig gebraucht wirdt.

Schaden so
da kompt von
vberladung
des weins.

Dargegen / wo er vberflüssig getruncken wirdt / schwechet er die vernunfft / vnd nimpt dem ganzen leibe seine bewegung / vnd den verstand / macht vergessenheit / bringet verwirrung der vernunfft / vnd ist kein ding / das dem gehirn vnd Sehnadern mehr schaden thut / als der wein / so man sich teglich darinnen vbertrinet / dauon auch herkompt das zittern der hende vñ füsse / der schlag / lehmyunge / erstickende flüsse / vnd der jehende todt / auch ein rot / sinniges vnd übel gestalt angeficht / denn die natürliche kreffte werden allerding vntergedruckt / wie ein brennendes dacht in einer vollen lampen / mit öhl vberaschütt / verleschen muß.

Es sol aber ein guter wein / bey einem guten geruch / guter farben / gutem glantz vnd schmack erkandt werden /
oder /

oder/wie etliche wollen/ sol ein guter wein mit den fünff
sinnen probiret werden/ das er sey **C O S T A** wein / das
ist also zuuersehen :

Colore	} das ist an	{	farben oder gesicht.
Odore			geruch.
Sapore			geschmack.
Tactu			greiffen/ das er nicht schwer sey.
Auditu			gehör / das er im einschencken fein rausche.

Wie man
guten Wein
erkennen sol.

Sonsten werden gute wein bey diesen eigenschafften be-
schrieben/ Fortia, formosa, fragrantia, frigida, frisca,
das ist / Ein guter wein sol starck sein / schöne farbe ha-
ben/ wol riechen/ liebliches schmacks sein/ nicht schwer/
vnd wenn man ihn einschencket / fein frisch daher rau-
sche. Etliche fassen es kürzer/ vnd sagen / das die proba
eines guten weins stehe in dem wort **C o s**, vnd nennen **Vinū Cos.**
einen guten wein **Vinum Cos**, von wegen der farbe /
guten geruchs vnd schmacks.

Sehr alte wein / als vier / fünff vnd sieben jährige/
sind hitzig bis auff den dritten grad/ verbrennen das ge-
blüt sehr / vnd thun dem gehirn hefftig schaden / also /
das man zum öfftern erfahren / wer sich damit vberlas-
den / das er plötzlich gestorben / oder vom schlage gerürt
worden sey. Jedoch pflegt man zu sagen / das guter
wein allwege hitzig sey.

Alte Wein
sind hitzig.

Der wein aber/ so nicht zu alt noch zu new/ als ein
oder zweyjähriger/ lauter vnd rein/ an der farbe weis oder
gelblicht / eines lieblichen geruchs / vnd guten geschma-
cks/ nicht wässerich noch sewerlich / nicht gar zu süsse/
vnd in der stercke vnd schwer mittelmessig / das sind die
besten weine.

Mittelmessi-
ge weine die
besten.

Landwein.

Nach diesem folgen vnser weisse / einfache / gerin-
ge vnd frische landwein / so bey den alten vna surrenti-
na genant worden / vnd wenn dieselben im Herbst wol
reiff / vnd für dem frost oder regenwetter eingelefen wer-
den / sind sie gar gute tischwein / bringen dem heupt kei-
nen schaden / vnd beschweren die nicht / so ein schwach
gehirn vnd hitzige leber haben / vnd sich für dem zipperle
befürchten / leschen den durst / treiben das wsser vnd die
winde / schlagen aber bald vmb / wo man sie nicht rechte
wartet.

Neue süsse
wein oder
most.
Rote wein.

Experiment
von roten
wein für das
freischel.

Gar neue vnd süsse wein dienen zur gesundheif
nicht / wie denn auch die roten wein / sonderlich die in
vnsern landen wachsen / Jedoch kan man von vnserm
roten wein ein gewiß Experiment für das rotlauff oder
freischel zurichten / nemlich also : Man nimpt roten
wein / gute milch oder milchraum / wol durcheinander
gemischt / vnd warm vbergeschlagen / sol das rotlauff
aufziehen

Most jeder-
man schädli-
chen.

Es ist auch zuwissen / das die neuen weine / von
den hesen abgezogen / viel besser vnd dienstlicher seind /
als der most / denn solche im ersten grad hitzig geschake
werden / Der most aber ist durchaus allen menschen vn-
gesund / macht blehung / bauchgrimmen vnd böse feuch-
tigkeiten im leibe / verstopfft den harn gang / bringet den
nierenstein / vnd wird vbel verdawet / hat aber diese ei-
nige tugent an sich / das er den leib eröffnet / vnd suel-
fertig macht.

Kreuter we-
in.

Über das werden auch von herrlichen kreutern im
Herbst krefftige / gute gesunde wein zugerichtet / vnter
welchen diß die fürnehmsten sind / vnd zu allerhand not-
wendigen beschwerung zugebrauchen / als Rosmarin
wein /

wein / Salbey wein / Melissen wein / Hyssop wein /
 Braunsfeldt bethonien wein / Hirschzungen wein / Spi-
 canten wein / Römisch wermut wein / Cordobenedicten
 wein / Krausemünzen wein / Erdbeer kraut wein / firschs
 wein / etc. denn eins theils dieser wein dem heupt / der
 brust vnd herzen / eins theils aber dem magen / der le-
 ber / den nieren vnd der milch wol thun.

Desgleichen wird auch im Herbst aus der Alande Alandwein.
 wurzel vnd vom Most ein köstlicher wein zugerichtet/
 welcher der brust vnd lungen wol thut / dienet denen / so
 einen schweren vnd kurzen athem haben / hilfft auch sehr
 der dawung / vnd behelt den leib linde offen.

Nach dem auch der Senetwein von vielen gelobet Senet wein.
 wirdt / vnd die tegliche erfahrung bezeuget / das solcher
 zu vielen dingen dienstlichen / vnd fürnemlich denen leu-
 ten bequem / so verstopfft sein / vnd nicht wol arznei ge-
 brauchen können / als wil ich denselben / menniglichen
 zu nutz / auch leren zurichten / allerding / wie des Caroli
 quinti Apoteccker / Corbus genandt / Keyserlicher Ma-
 yest. solchen hat pflegen zubereiten / Vnd hat dieser Apo-
 teccker auff ein Ohme gutes außerlesenen mostes / der bes-
 sten Senetbletterlein / ohne stiel / sechs pfund genomen /
 vnd einen wein daraus zugerichtet. Weil aber bey den
 Senet gar keine correctiua, wolte ich rahten / man thet
 darzu ʒ. quart außgebissene Zimmetrinde / gröblichen zer-
 stossen / zwo hand voll Italianische Camomillen knöpf-
 lein / vnd drey oder vier pfund grosse Eiben oder Ros-
 sin / thet dann solches zusammen in ein hären secklein /
 von beutel tuch gemacht / vnd leget es nachmals in das
 secklein / das der most darüber verjehret / Dieser Senet-
 wein bleibet lang krefftig / ist in der erst zimlichen stark /
 H ij wird

wird aber von monat zu monat / wenn man dauon trin-
cket / gelinder.

Ein ander Senetwein Johannis
Wittichij Medici.

Nemet frische vnd reingelefene Senetblätter / one stiel
anderthalb pfund / oder gleich ij. pfund.

Engelsüß iij. lot.

Widen saffran samen gröblich zerstoßen ij. lot.

Anisamen /

Fenchelsamen /

Zubereitten Coriander / jedes iij. lot.

Citronen schalen j. lot.

Rein geschabet vnd klein geschnitten süß holtz /

Alandt wurzel /

Benedicten wurzel / jedes ij. lot.

Petersilien wurzel /

Pestilenz wurzel / jeder j. lot.

Borragen blumen /

Ochsen zungen blumen /

Rote rosen /

Salbey blumen / jedes ein halbe hand voll.

Felde bethonien kraut /

Rosmarien /

Cardobenedicten /

Scordien oder Wasser knoblauch / jedes ein
halbe hand voll.

Erdrauch kraut /

Scabiosen kraut / jedes j. hand voll.

Kleine Rosinlein rein gewaschen j. pfund.

Die

Die wurzeln sol man gröblich zerschneiden vnnnd zers
querscheit / die kreuter aber mit einer scheeren gröblich
zerschneiden / vnd dann mit den blumen vnd andern zu
sammen in ein hâren secklein vernehen / in ein secklein
thun / darein ein guter halber eymer gehet / darauff als
dann den most gieffen / vnd also vier wochen ligen las
sen / dauon kan man wöchentlich ein mal / zwo stunden
vor der mittags mahlzeit / einen starcken trunck thun.

Dieser wein ist vberaus gut / das geblüt zu reiniz
gen / die verbrandten Melancholischen feuchtigkeiten zu
präpariren / vnd die schwarze oder gelbe gall außzuführen
/ auch zugleich die principal glieder mit zu stercken /
vnd heimliche / verborgene / schadhafftige vrsachen auff
zuhalten / machet auff ein mal vber drey oder vier stul
genge nicht / vnd ist gut / wenn man solchen eingenom
men / das man sich denselben tag darauff innen halte.

Vber das wird auch für alte / schwache vnd kalte Syrup von
Personen / welchen die natürliche feucht vnd wermte ent
Zucker vnd
Wein für al
te personen
sehr dienlich
chen.
gehet / ein safft von Zucker vnd Wein zugerichtet / dann
solcher nehret wol / vnd gibt gut geblüt / er kreffiget die
sehr dienlich
chen.
fürnembsien glieder / vnd wird also gemacht :

Nemet guten woltrichenden weissen wein iij. nöffel /
des besten weissen zuckers j. pfund / kochet solches zusam
men bey gelindem feuer / so lang / bis es zu einem gelin
den safft wurde / nachmals verwahrt denselben wol / vnd
trincket solchen mit zwey theil gesottene wassers vermi
schee. Diesen zuckerwein oder wein syrup beschreibe Ra
bi Moyses, von der diet vnd regiment der alten / vnd
denen so wiederumb von franckheit auffstanden seind.

Es wird auch in den mitternächtlichen lendern sehr
gebraucht vnd gelobet der Lautertranck / welches ist ein
Lauter
tranck oder
Hippocras.
gewürz =

gewürkter Wein / von zucker / gewürk vnd wein zuges
richtet / winters zeit ein sehr nütlicher tranck in diesen
landen/ vñ mag auff nachfolgende weise bereitet werde :

Nemet aufgebissene Zimmetrinde /

Neglein /

Muscaten blät /

Cardamömlein / jedes j. quent.

Weissen Ingwer iij. quent.

Coriander j. quent.

Muscaten nuf ein halb quent.

Ganzen Saffran ein halb dritttheil eins quentl.

Guten Reinschen / oder sonst guten alten lands
wein ein nöffel / last solchen wol warm werden / vnd gies
set ihn vber das gewürk / so zuuor gröblich zerstoffen
worden / last es zusammen sechs stunden in der einbe
zung stehen / als denn thut darzu ein pfund zucker / vnd
ein halb pfund honig / guten weissen wein vier kannen /
last es zusammen tag vnd nacht stehen / als dann seihet
es gemachsam 3. oder mehr mal durch den Manicam
Hippocratis, das ist / durch ein lauen secklein von weis
wüllenen tuch gemacht / bis es gar klar wirdt / so ist der
Lautertranck fertig.

Bier.

Das Bier / so in deutschland gebrawet wird / hat
viel ein andere art vnd eigenschafft / als wie es die alten
ärzte zu ihrer zeit beschrieben haben / Derwegen / wo sol
ches aus gutem hopffen (welcher ein köstliche arkney ist /
das geblüt zu reinigen / vnd die leber zu eröffnen) vnd
von guter gersten oder andern guten getreidich zugerich
tet / oder sonst von gutem rechtschaffenen malts / so nicht
zusehr gedörk noch brandig ist / gebrawet / vnd der hop
ffen nicht verfocht wirdt / darzu auch gute gesunde was
ser kom

fer kommen / So ist in warheit solch bier viel gesünder/
denn etliche grobe vnd starcke wein.

Es sol aber ein rechtschaffen gut bier eine schöne
klare farbe haben/ wol vergohren/ nicht zu alt/ noch zu
jung/ auch nicht sewerlich sein/ Solches ist den Nerven
vnd weissen hirnadern dienstlichen / macht eine gute
farbe / geht bald aus dem magen vnd gederm / ist in hit-
ziger zeit sehr bequem / stillt den durst/ vnd ist den mit-
ternächtlichen Cörpern nicht weniger dienstlichen / als
der wein/ Vnd wird bey solchen leuten das Hamburger
bier sehr gelobet/ vnd hoch gehalten/ dieweil es nicht al-
lein die krafft hat / das es wol nehret vnd wermet / von
dem weizen vnd gersten / sondern auch eine sonderliche
art vnnnd qualitet der arznei an sich nimpt / von dem
hopffen / vnd also ein sehr gesundt bier ist/ Wie denn in
den landen / da man fast nichts denn bier gebrauchet/
wolgefeybte / schöne vnd gesunde leute sind / vnd nicht
so viel spitalischer/ auffsetziger / podagrischer vnd gicht-
brüchtiger menschen gefunden werden/ als da man ohn
vnterlaß starcke/ verlegene vnd grobe wein trincket. Je-
doch erfahret man auch/ das die jenigen/ so sich stets im
bier vollsauffen / mit dem Cathar vnnnd kurtzen athem/
auch mit heuptwehe / auffblühung / nieren krankheit
vnd dergleichen beschwerungen angegriffen werden/ vnd
offt selbst bekennen müssen/ das die füllerey im bier erger
sey / als die im wein geschichte / sonderlich an denen or-
ten / da die Catharra vnd kalte feuchtigkeiten gemein
seind bey den leuten / Sonsten ist das vollsauffen an an-
dern orten im wein beschwerlicher/ denn im bier.

Es werden auch sonst in Meissen vnd Düringen
viel köstlicher bier gebrawet / welche nach art des wass-
fers/

Beschreibung
eines guten
biers mit sei-
nen eigen-
schaften.

Hamburgisch
bier.

Was für
schaden von
füllerey im
bier entstehe.

Meissen vnd
Düringen ge-
ben gute bier.

fers/ vnd zubereitung des maltes vnd andern / fürtrefflich gut vnd gesundt sein / jedoch eins mehr denn das ander / vnd ein bier dem menschen / nach seiner complexion vnd natur/ besser bekompt / denn das ander.

Es ist auch eine besondere gabe Gottes / wer teglichen vber tisch wein vnd bier beysammen haben kan/ vnd möchte derhalben einer fragen/ wouon er vber der mahlzeit am ersten trincken vnnnd anfahen solte? Darauff gibt man zur antwort: Wer ein hitzige leber vnd kalten magen hat/ sol Sommers zeit vom bier anheben / winters zeit aber vom wein / Oder welcher einen guten appetit zum essen / sol gleicher gestalt vom bier anfahen/ damit der leib linde vnd offen bleibe / auch die mahlzeit mit einem trunck bier beschliessen / auff das die hitzigen dünste des weins nicht in kopff steigen. Würde aber das bier einem die lust zum essen benemen / derselbe sol am wein anheben/ vnd mit dem bier beschliessen.

Reuterbier.

Endlichen ist auch zu wissen/ das man gute Reuterbier / von Vermut / Beyfuß/ Hirschzungen/ Spizcanten vnd dergleichen / zumachen pfleget/ vnd wo solche zu rechter zeit gebraucht/ haben sie ihren nutz auch.

Gerstenwasser.

Nach dem auch von gersten vnd wasser ein nütlicher tranck gesotten wird / beydes den francken vnd gesunden leuten sehr bequem/ als mag solches/ wie folget/ zugericht werden:

Nemet zwey maß wasser / eine zimliche gute hand voll reine gersten/ last solches sieden / bis die gerste aufffochet / Wenn man auch die gerste vor dem sieden zwei oder drey stunden in frisch wasser weichen lest/ ist solches desto besser. Dis ist die geringste art / gerstenwasser für arme leute zu sieden.

Ein

Ein anders.

Nemet reine wintergerſten j. pfund / waſchet ſie erſt
aus waffer gar reine / gieſſet dann 9. nöſſel ander friſch
waffer darüber / Da nun jemand ein hiſtig ſeitenſtechen /
huſten vnd ſcharffen Cathar hette / der ſol darzu thun
10. feigen / der bruſtbeerlein Zwinben vnd Sebeſten ge-
nant / jeder anzal xv. ohne kern / süß holz vnd kleine ro-
ſinlein / jedes ij. lot / ſolches zuſammen biß auff den drit-
ten theil einſieden laſſen / dann durchſeihen / vnd ſtehen
laſſen / biß es kalt worden.

Der Holſteinſche Ritter Heinrich Rankau / hat
nachfolgendes gerſtenwaffer im gebrauch gehabt /

Nemet reine gerſten ein halb pfundt.

Süß holz j. lot.

Blaw viol ſamen ij. quent.

Peterſilien ſamen ij. quent.

Rote roſen vj. lot.

Iſop /

Salbey / jedes iij. lot.

Feigen /

Groſſe roſin ohne kern / jedes vj. lot.

Gut waffer iij. maß.

Solchs alles ſol man zuſammen in einem verglaſurten
topff ſo lang kochen laſſen / biß es auff zween quer finger
eingefotten / nachmals vom ffeuer heben / in ein friſch
waffer ſetzen / vnd erkalten laſſen / dann durch ein tuch
rein abeſeihen / vnd im winter warm / im Sommer aber
kalt trincken / doch nicht vor oder zwiſchen der malzeit /
es were dann / das einer von natur hiſtiger vnd truckener
Complexion / oder ſich von jugendt auff zwiſchen der
malzeit

J

maßzeit zu trincken darzu gewehnet hette / welches doch gar eine böse gewonheit / vnd mit der zeit gemachsam abzugewehnen ist.

Vorauß
man trincken
sol.

Es ist auch zur gesundheit nicht wenig dienſtlichen / das man aus ſilbern vnd güldenem bechern oder geſeſſen (wer ſolches vermag) trincke / Wie denn auch gleicher geſtalt diß zur gesundheit ſehr nütlichen / wenn man ein ſtück goldt oder ſilber glüent machet / vnd in wein oder andern trincken ableſche.

Abkühlung
des trinckens
mit ſchnee vñ
dergleichen
ganz ſchedli-
chen.

Man ſol auch die becher / glexer vnd anders / daraus man trincket / wol zudecken vñ verwaren / auff das nicht ſiegen / kancker / mücken vñnd dergleichen vngeziefer / oder ſonſt etwas giftiges vnd ſchedliches darein komme. Dieweil auch bey vielen der gebrauch / das man das trincken in ſchnee ſezet / oder mit eyß umbleget / damit es friſch bleibe / oder mit Salpeter abkühlet / ſo iſt doch ſolches ein ſehr vngeſunde trincken / dieweil es mit gewalt erkaltet wirdt / derwegen ſol man ſich durchaus dafür hüten.

Effigs na-
tur.

Nach dem auch der Effig ſein weſen von ſaurem wein vnd Bier erlanget / vnd wunderbarer wirkender natur iſt / kan es nicht ſchaden / das ich allhier auch etwas darvon gedencke / Vnd iſt / wie Galenus ſagt / der effig kühl vnd trucken / oder wie er ſonſten ſagt / weder zu kalt noch zu warm / vnd gehört in die 3te / welche man Neutralia nennet / iſt dem hitzigen vñnd feuchten magen dienſtlichen / erwecket die luſt zum eſſen / vnd förderet die dawung / bekompt wol den hitzigen Cholericen / Aber den Phlegmaticen vnd Melancholicen leuten / vnd denen ſo das zipperte vnd gicht haben / thut er groſſen ſchaden / gleich wie er auch der lungen / vnd den weibern zur nutz-

zur mutter schädlichen / Hat aber auch seinen nutz / die
fisch damit zu sieden / Vnd ist der weinessig gesünder/
denn der bicressig.

Es werden von weinessig allerley Condimenta vñ
eintauch (so man beydes zur speise vnd arzneij gebrau-
chet) zugerichtet/ als

Mancherley
Essigs von
blumen / wie
solcher huzu-
richten.

Roter Rosen essig.

Salbey blüt essig.

Kosmarien blüt essig.

Holunderblüt essig.

Gefült netcken essig / Welche man zuvor auff
trucknen / vnd dann den essig darüber giesen soll.

Von Himbern vñ sauren kirschen wird auch ein
fürtrefflicher essig gemacht / in der breune vnd hizigen
fiebern zugebrauchen. Wie denn auch von den kleinen
Kosintlein ein gar lieblicher vnd gesunder essig / der brust/
lung vnd leber nütlichen / zugerichtet wird / auff folgen-
de weise :

Himbeer vnd
sawer kirsch
essig.

Klein Kosin
essig.

Nemet kleine Kosintlein j. pfund / waschet dieselbe
mit wein / das sie gar rein werden / thut sie dann in ein
glas / gieffet darüber guten reinen weinessig ein maß/
vnd wenn die weinbeerlein beginnen zu schwelcken / so
gieffet wein / vnd nicht mehr essig nach / damit er nicht
zu sawer werde / Dieser essig ist den Sehnadern nicht so
schädlichen / als der andere / vnd kan auch sicher im hu-
sten gebraucht werden.

Vber das wil ich alhier auch mittheilen ein köstli-
chen Zulep / von essig vnd wasser zugericht / welcher in
den hizigen fiebern jederzeit von mir ganz nütlichen be-
sunden worden :

Sawer Zu-
lep von essig
vnd wasser.

Nemet gesotten brunnwasser iij. nöffel.

Gar scharffen guten weinessig /

Des aller schönsten vnd weiffesten zuckers / jedes
des vj. lot. Solches sol man zusammen eine vierteil
stunde / oder so lang als man ein ey zusieden pffegert / ko-
chen lassen / Vñ wer da wil / mag ein halb quent. scharffe
Zimmeerinde darzu thun / nachmals durchsiehen / vnd
hinsesen / Solches schmeckt wie ein subtiles Neckers-
weinlein / ist dem francken vberaus anmutig zu nemen.

Man kan es auch auff diese weise noch kreffziger
machen :

Nemet sawer Citronen oder Limonien safft ohne
zucker /

Des besten scharffen weinessigs / jedes iij. lot.

Des aller schönsten vñ weiffesten zuckers viij. lot.

Gebrandt Sawerampffer /

Endiuien oder Ochsen zungen wasser iij nöffel /
last solches in einem verglasurten topff biß auff ein nöß-
sel einsteden / siehet es durch ein doppel tüchlein / vnd
setzt es hin zum gebrauch.

Von unge-
witter ver-
legt getreid/
weder zum
brodt noch
tranck zuge-
brauchen.

Es ist auch wol werth / das man diß erinnere / das
kein weizen / rocken oder gersten / welche vom donner
verlekt worden / weder zum brodt noch bier gebraucht
werde / dann in demselben giftige vnreine qualiteten
vnd eigenschafften verborgen / aus welchen nachmals
böse giftige dänste diffundirt vnd außgebreitet werden /
vnd solche merckliche enderung geben / Wie denn auch
das kraut vnd andere kuchen speise / darauff der Mehls-
thaw gefallen / gleichsals vberaus schedlichen.

Zum beschluß ist zu mercken / das allweg die arbeit
vor der kost / vnd die speise vor dem tranck / vnd der
schlaff

schlaff vor der speise vnd arbeit geschehen soll / Das auch in allen dingen maß gehalten werde / denn die vberladung mit der speise mehr schaden thut / denn das vollsauffen / Aber das vberfressen vnd vbersauffen zugleich noch viel mehr / wo es nicht durch vndawen vnd erbrechen abgewendet wirdt. Auff diß mal hieruon gnugsam / Wollen nun auch zur bewegung vnd übung des leibes schreiten.

Überladung mit der speise bringet größern schaden / denn dß vollsauffen.

Das IX. Capittel.

Von der bewegung vnd übung des leibes.

DAls eine zimliche / vnd zu rechter zeit angestellte bewegung des leibes / die gesundheit zu erhalten / vberaus dienstlich sey / das bekennen einhellig alle Medici.

Bewegung des leibes zur gesundheit sehr dienstlichen.

Es begreiffet aber in sich die bewegung / als das genus, allerley art der übung / dem ganzen leibe nötig / sie sey gleich hefftig oder mässig / vnd so mancherley / als vnter dem himel / in der lufft / im fiewer oder wasser sein mögen / wo fern man nur das in acht hat / das solche nicht wieder die dawung vnd den schlaff lauffe / vnd also angestralt werde / das sie nicht zu müde mache / die kreffte zerstrewe / vnd flüsse erwecke.

Alle übung aber / wo sie zimlich / vnd mit massen geschicht / macht den leib leichtfertig vnd beweglichen / stercket die natürliche eingepflanzte hitz / verzehret die übrigen feuchtigkeiten vnd allen vberfluß / macht einen

Nutz der von mässiger Übung kompt.

Starcke ü-
bung.

Mancherley
übunge/ vnd
zu welcher
zeit solche an-
zustellen.

gesund und starcken leib / Denn durch die bewegung
oder mässige arbeit / nemen die krefft des leibes sehr zu/
alle glieder werden gestreckt vnd bekräftiget / Da im ge-
gentheil von müßiggang alle glieder schlaff vnd hinfel-
lig werden / Vnd ist also die übung recht ein mit erhal-
tung menschliches lebens. Starcke übung aber mache
den leib gering vnd hager / wie denn dargegen geringe
übung den leib dick vnd vngeschickt machet / viel übung
aber trucknet den leib zusehr aus / mässige bewegung aber
behelet den leib in rechter proportion. Vnd sol die übung
mehr geschehen im fröling / denn im Sommer. Vnd nach
dem viel vnd mancherley übungen sind / als fechten / rin-
gen / springen / dorniren / pall schlagen / stein / teller vnd
scheiben werffen oder treiben / etc. So ist es zwar keine
böse meinung / das man derer gebrauche / Jedoch die /
welche zimliche bewegung bringen / auch solche zu rech-
ter vnd bequemer zeit / nemlich allermeist zwo oder mehre
stunden vor dem essen / entweder im hause / auff dem fel-
de / oder im garten anstelle / Vnd wenn schöne lufft ver-
handen / mag man spaciren fahren / oder ins feldt an ei-
nen lustigen ort hehen reiten / Wo aber wasser verhan-
den / sol man sich bisweilen auff ein schiff setzen / vnd
hin vnd wieder führen lassen / Bisweilen ist auch zue
auff die jagt ziehen / vnd weidewerck treiben / denn sol-
ches anch bey den Heyden für ein gesunde vnd vnuer-
werfflich exercitium vnd übung ist gehalten worden.

Ist aber die lufft nicht gut / oder sonst böse vnlustig
wetter vorhanden / so sol man daheim im gemach blei-
ben / vnd vor der mahlzeit feine liebliche bewegung / mie
hin vnd wieder spaciren gehen / anstellen / wie denn auch
sünde vnd sanfftes gehen nach gehaltener mahlzeit / keins
weges

weges zuerachten / sintemal dauon die speise im magen zu grunde allgemachsam sincket. Hastige vnd vnzeitige bewegung aber auff dz essen / thut der gesundheit mercklichen schaden / denn die dawung dauon verhindert / vnd feulung dem geblüt zugebracht wirdt / Darumb man nach gehaltenen mahlzeit gar leise vnd sanffte bewegung anstellen / oder gar still sitzen / im bret spielen / vnd sonsten gute historien anhören soll.

Vnd ist allhier nicht vnbillicher weise der schüler vnd jungen handwergs gesellen zugedencken / welche ire übung vnd bewegung des leibes nicht eher / als nach gehaltenen früe oder abend mahlzeit (wenn sie sich mit essen vnd trincken wol erfüllt haben) anstellen / der weite lauffen oder springen / kleider schlagen / pall werffen / vnd dergleichen / darumb sich auch keines weges zuerwundern / das sie stets krezig / oder sonst mit andern krankheiten / so aus bösen vngedawten feuchtigkeiten entstehen / behafft sein müssen.

Wenn man auch die bewegung des leibes etwas hefftig vnd zu lang ansetzet / so wird dardurch die krafft der vmbgebenden keltie zertheilet vnd geringert. Vnd dieweil wir vnter dem himmel geboren / sollen wir auch allermeist vnter dem himmel / der Sonnen entgegen / oder wo solche sonst hinscheinet / vnser spaciren gehen anstellen / denn also wir gute lufft empfangen / auch die Sonn / Planeten vnd andere stern ohne ver hinderung ihre stralen auff vns werffen können / vnd derselben krafft im hin vnd wieder gehen vns desto besser erreichen / dadurch die geister des hertzens gar wol erquicket werden / ist derhalben viel besser / vnter dem hellen himmel vnd an Sonnrechten ortern übung anstellen / dann
vnter

vnter einer gallerey oder sonst andern bedeckten ort vnd schatten/ Jedoch alles nach gelegenheit der zeit/ vnd der personen zustandte.

Wohin man
spaciren ge-
hen soll.

Des morgens sol man vmb die schönen lustigen berge / Vesperzeits aber an den schönen lustigen fließwassern spaciren gehen / vnd welche kein schwindelich heupt oder böß gesicht haben / die sollen offft in helle vnd glantzende wasser sehen / Wie denn auch das anschawen roter vnd grüner farben sehr nützlich ist. In die herrlichen gärten / darin schöne wolriechende kreuter vnd blumen / von allerley farben / stehen / spaciren gehen / solches ist vberaus bequem / sonderlich den augen / wie solches auch Galenus bezeuget / da er die grüne vnd blawe farbe den augen am aller gesündesten achtet / Derwegen nicht schaden kan / das man bißweilen umbwechselt / vnd in die schönen grünen wälder spaciren geht.

Die verrichtung mancherley sachen vnd geschefte / wenn man derselben gewöhnet / vnd einem nicht schwer fürfallen / machen gleicher gestalt den menschen lustig vnd hurtig / vnd geben auch eine feine übung.

Es werden auch von den ärzten gelobet / sarnemlich solche übungen / dauon die arm zünlichen bewegt / vnd die brust erweitert wird / auff das die oberflüssigen feuchtigkeiten / so in der brust vnd lunge stecken / heraus gebracht / vnd die sündhafftige materia zu den vnedelsten gliedern gezogen werden können.

Treppen auff
vnd ab steigen.

Das auff vnd absteigen (so mit einer verenderung fürgenommen wirdt) beweget auch den leib / aber es ist doch solches eine schwache übung.

Reiten.

Vnter allen arten der bewegungen aber ist das reiten nicht die geringste / denn es viel vnd mancherley nutz bringet /

bringet / vnd allermeist denen vom adel zustehet / ihre geschefte dadurch zuerrichten / derwegen sie solche übung keines weges verachten / sondern gebürlichen fleis vnd mühe darauff legen vnd wenden sollen / das dann die jenigen sonderzweiffel wol thun werden / so ohne das zum reiten gute lust vnnnd beliebung tragen. Wo nun das reiten messig geschicht / ist solches der gesundtheit vnd dem magen dienstlichen / vnd werden dauon die lebendigen geister gestreckt / der verstandt gereiniget / hat auch diesen nutz / das man den rücken steiff vnd gerade halten muß / Wo aber solches vberflüssig vnd hefftig geschicht / ist es dem ganzen leib vnd allen gliedern schädlichen.

Die grossen herrn / als Fürsten / Grauen vnd Edelleut / haben sehr grosse beliebung zur jagt vnd zum Weisderwerck / vnd hat auch solches warlich nicht einen geringen nutz / Denn die jagt nicht allein alle theil vnd krefft des ganzen leibes zugleich angreiffet vnd übet / sondern auch eine solche bewegung ist / welche das hertz vnd ganzen menschen erlustiget / Denn erstlichen ist die jagt eine auffmunterung vom schlaff / das man vor tage auff muß / kelt vnd hitze tragen / den ganzen leib mit reiten bewegen / dauon die eingepflanzte werm vermehrt / vnd durch das leiten der jagthunde / die arm / meuslein vnd hende bewegt werden / das gehör wird von dem gedöse vnd bellen der hunde gescherrffet / die brust vnd gurgel von des Jägers geschrey erweitert / vnd nach dem das wildt flüchtig / hat der Jäger vrsach / solchem mit allem fleis nachzufolgen / vnd was sonsten mehr darzu nötig / zuerrichten / Wie dann auch durch das behende lauffen des wildes vnd der hunde / die augen gebessert vñ scharffsehend werden / Vnd treget sich offte zu / das vnter dem

Jagt nutz.

jagen ein schrecklich wild thier dem Jäger auffstößt / zu welchem er eine solche begierd / dasselbe zu fangen / vñ das durch ehr einzulegen / bekompt / das er des ganzen leibes kreffte daran strecket / vnd weiß er dessen mechtig worden / so erfrewet er sich gar sehr vber solcher ergangenen arbeit / vnd durch solch sein embsiges anhalten werden die glieder / muskeln vñd Nerven gestrecket / Ich wil geschweigen / was durch die anschlege vnd vorsichtigkeit / auch grossen fleis / mühe vnd arbeit / das wildt zu jagen vnd zu fangen / für nutz entsteht / Daraus auch diß solget / das derjenige / so sich des jagens bestreiffet / in andern sachen viel weisere anschlege vnd gedanken haben muß. Vber das / so kan das jagen dem kriege fast verglichen werden / Denn wie im kriege vor allen dingen ein heupt vnd oberster heersführer verordnet wirdt / welcher etliche hinaus schicket / so dem feind zum streit vrsach geben / vnd auff die warte vnd thürn etliche kundtschaffter verordnet / vnd damit er dem feinde abbruch thun mag / die hinterlist verbirget / die scheidung zur flucht bequem / in guter acht nimpt / die wäldte vnd äcker mit fußgengern belegt / das blache feldt mit stiegeln der reuter bestellt / vnd wenn er vermerckt / das sich der feind verbergen / oder gar entfliehen wil / heisset er das lager fortrücken / Also vnd gleicher gestalt verhält sichs auch mit einer rechten angefallten Jagt.

Jagt bringet
dreyerley nutz
hes.

Aus diesem allen ist eigentlich zuuemercken / das die Jagt dreyerley nutz bringe. Erstlich / wirdt die gesundheit dadurch erhalten. Zum andern / erlangt man davon die wissenschafft zu kriegen. Zum dritten / kan man solches zur nahrung gebrauchen.

Damit ich aber die wissenschafft zu jagen nicht vergeblichen

geblichen vnd ohne vrsach rühme / So weise ich euch zu den Xenophontem, welcher ein Fürst der Athenienser vnd fürtrefflicher herr gewesen/ein guter haußvater/vnd fleißiger auffseher vnd erhalter seiner gesundheit / auch in der Jagtkunst vberaus erfahren / welcher das jagen niche gnugsam verloben kan. Darumb ich verhoffen wil / das des grossen mannes zeugnis bey euch viel gelten soll / der sagt in seinem büchlein von der Jagt also : Denen das jagen beliebt / vnd grosse lust darzu haben/ können diesen nutz dauon erlangen / das sie dardurch gute gesundheit des leibes bekommen / viel vnd mancherley hören vnd erfahren / vnd desto weniger alt vnd grau werden / Ja das jagen vnterweiset sie fürnemlichen zu kriegen / also / das wenn sie gleich vnterweilens beschwerliche wege in aller rüstung für die hand nemen müssen / werden sie doch darüber nicht müde / sondern können solches außdauern/ dieweil sie es von wegen der Jagt gewohnet. Zum andern/ können sie vor lieb nemen/ vnd auff der erden schlaffen / sind auch dienstwertig auff ihres herrn beuehlich / die feinde anzugreifen / vnd da sie an die spiz gestellet / treten sie nicht abe/ dann sie sind ganz bereit vnd willig / dem feinde abbruch zu thun/ Vnd wenn der feind gleich die flucht gibe/ wissen sie demselben wol vnd sicher nachzujagen / dieweil sie aller örter durch die Jagten kündig worden sind. Da aber ihr heer vnglückhafftiger weise zertrennet/vnd vom feinde in die flucht getrieben würden / also / das sie dadurch in die irre geriechten / wissen sie sich doch in den wälden vnd andern vngewöhnlichen örtern auffzuenthalten/ dieweil ihnen solches die gewonheit zu jagen geletet hat/ als dann ermahnen sie sich/ aus angeborner stercke

Jagen gibe
nachrichtung
zum kriege.

vnd künheit den feinden auff's new zuwiedersehen/dantr gemeiniglich das glück folget / denen die von leibe vnd gemäe starck sind.

Nach dem nun unsere vorfahren vermarckt / das aus den Jagten dieser nutz entstehe / das man daraus lernen vnd abnemen möge / wie man sich im kriege verhalten sol/ als haben sie die jugendt fleissig zur Jagt gehalten / vnd darinnen vnterwiesen. Vnd diß schreibet Xenophon.

Mancherley
arten der ü-
bung.

Es sind auch noch andere mehr arten der übungen/ dadurch die gesundheit kan erhalten werden / als dorniren/ lauffen/ schwimmen/ fechten/ pall schlahen/ scheiben treiben / singen / schreyen / vnd dergleichen / welche übung Galenus lobet/ dieweil dauon die bein vnd arm/ der nacken/ das heupt/ die augen vnd lenden / auch wol der ganze leib bewegt wird.

Reibung der
glieder / vnd
an sich halten
des athems.

Ihr viel wollen/ das auch vnter die bewegung/ die reibung der glieder / vnd das an sich halten des athems/ gezogen werden soll/ Vnd nach dem solche zu erhaltung der gesundheit auch etlicher massen ihren nutz geben/ wil ich allhier ein wenig dauon reden.

Reibung ei-
genschafft vñ
kraft.

In gemein haben alle arten der reibung diese eigenschafft / das sie erwermen / vnd das dardurch die natürliche werm des leibes erweckt wirdt / vnd ist fürnemlich dreyerley / vnd darnach ihre quantitet vnd qualitet ist/ darnach ist auch ihre wirkung. Vnd wird derselben eigenschafften auff nachfolgende weise beschrieben.

Quali-

Qualitas	{	Harte reibung	{	viel	} Quantitas.
				mässig	
			wenig		
	{	Weiche reibung	{	viel	
				mässig	
			wenig		
{	Mittelmässige reibung	{	viel		
			mässig		
		wenig			

Der nutz aber dieser art der reibung / ist auflösen oder eröffnen / zusammen ziehen / das fleisch vermehren oder mindern / wie Hippocrates sagt. Derwegen so werden von harter reibung die glieder hart vñ gestreckt / vñ die feuchtigkeiten verzehret. Sanffte reibung zerreibet vñnd verzehret den vberfluß / vñnd öffnet die schweislöcher. Mittelmässige reibung aber zeucht das blut außwendig auff den leib. Derwegen die harte reibung denen dienstlich / quæ supra modum soluta sunt. Gelinde aber / his quæ constricta. Viel reibunge / denen so sehr fett sein. Die aber so mager / sollen nicht zu harte noch zu gelinde reibung gebrauchen.

Harte reibung.
Sanffte reibung.
Mittelmässige reibung.

Nun ist die frage / ob die reibung des morgens nüchtern / oder des abends / wenn man wil zu ruhe gehen / am gesündesten sey? Darauff antwortet man mit Galeno, das die reibung / so früe mit warmen leinen tüchern / von den schultern an bis vber die arm / vñnd darnach vber den rücken vñnd ganzen leib geschicht / den vngedawten safft concoquire / oder die böse materien oder feuchtigkeiten subtilire vñnd dünne mache / die schweislöcher eröffne / die natürliche hitz erwecke / die böse

Zu welcher zeit die reibung anzustellen.

fen feuchtheiten durch den unsichtbarn dunst wegtreibet / vnd für vielen krankheiten präseruire.

Wenn die abend reibung nützlich.

Die abend reibung aber ist denen Körpern nützlich / welche trocken / hager / vnd in abnemung des leibs gerathen seind / wie Galenus lib. 3. de sanitate tuenda, solches auch bezeuget. Vnd ist also die früe reibung viel bequemer / als die abend reibung.

Weiter so lehret auch Galenus, wie man die reibung anstellen sol / nemlich / das man zum ersten fein gelinde vnd sanffte anfahen / vnd dann jimmer je hefter damit verfahren soll / bis die haut beginnet zimlich roe zu werden.

Anhaltung des athems.

Mittel fürs schlucken / von kelt. entstanden.

Übung vnd bewegung / wie solche anzufahen vnd zu enden.

Von an sich halten des athems ist zu wissen / das solche art der übung jetziger zeit nicht viel mehr in grossen gebrauch / sondern allein ein fürtrefflich mittel ist für das schlucken / wenn es von kelte entsethet / wie Aristoteles anzeiget.

Ferner / so sol alle übung vnd bewegung gar linde vnd sanffte angefangen werden / damit man solche desto besser continuiren vnd verrichten möge / im beschluß aber hefftiger vnd geschwinder geschehen. Vber das / so ist alle bewegung vnd übung denen / so frisch vnd gesundt / gar bequem vnd nütlichen / zu präseruirung vieler vorstehenden krankheiten / vnd wie zuuor gemeldet / ist die übung / welche des morgens früe geschicht / wann die zwifache dawung der speise vollkömliche volbracht / vnd der leib zuuor von allem vberflus ist außgeleeret worden / am gesündesten / Vnd also wird die dawung vnd digestio fein bequem durch den leib außgetheilet / vnd so etwas von übrigen feuchtheiten verhanden / weggetrieben. Wo aber solche übung baldt nach der speise

speise vnd digestion angestalt wirdt / geringern vnd ver- Übung nach
 zehren sie den leib / beschweren das heupt / verderben der speise
 die dawung / vnd erfüllen den ganzen leib mit bösen vn- schädlichen.
 gedawten vnd vnreinen feuchtigkeiten.

Wenn nun solche übung zu rechter zeit geschicht / Wenn man
 vnd der schweis tröpfflich darauff erfolget / sol man von von der übüg
 dem bewegen auffhören / oder damit fortfahren bis zum oder bewe-
 anfang der müdigkeit / doch solches einmal mehr als gung auffhö-
 das ander mal thun / als im winter ist solche übung et- ren soll.

was lenger anzustellen / denn im Sommer / vnd mehr
 sol sich ein Phlegmaticus, so voll vieler feuchtigkeiten

stecke / üben vnd bewegen / dann ein Cholericus. Und
 gleich wie die bewegung des gemüts / wenn sie mässig Messige be-
 vnd zu rechter zeit geschicht / nützlich ist / also auch alle wegung bey-
 bewegung vnd übung des leibes / wo sie gleicher gestalt de des gemü-
 mässig vnd zu rechter zeit angestellt werden: Also ist groß tes vnd des
 müdigkeit vnd mattigkeit des leibes sehr böse / vnd leibes am al-
 hefftige oder überflüssige bewegung des gemüts noch er- ter dienlich-
 ger / aber vberheuffte übung des leibes vnd gemüts zu- stet.

gleich / noch viel schädlicher / dieweil es solche bewegun-
 gen sind / welche den menschen zerrütten / vnd den todt
 bringen. Aber mässige arbeit vnd handtirung stercket
 den leib / das gemüt vnd die seel.

Ferner / wenn man sich nun wol geübet vnd erwor- Mässige ar-
 bet hat / sol man sich nicht plöghchen in kalte lufft oder beit vñ ehrl-
 winde begeben / dann ohne das alle gehlinge verende- che hantirüg
 rung sehr gefehrlichen / fürnemlich aber / wenn es vnter dienen zur
 zweyen das aller eufferste von einem zum andern errei- streckung des
 chet / als wenn man zu erst gar kalt oder vngcübt gewe- leibes vnd ge-
 sen / vnd dann mit der übung vnd bewegung sich sehr müts.
 erhiget / das man dadurch matt vnd müde wirdt. Verenderung
 so gehlingen
 geschicht / ge-
 fehrlichen.

Darge=

Bewegung so mässig vnd gemachsam geschicht/ die beste. Dargegen ist diese bewegung am sichersten/ so langsam/ vnd nicht plötzlich geschicht.
 Wollen derhalben diß Capittel mit der meinung Hippocratis vnd Cornelio Celsi beschliessen / welche sagen/ das die gesundheit erhalten werde/ Erstlich/ wenn man der übung oder arbeit gebrauche. Zum andern/ sol darauff speis vnd tranck folgen. Zum dritten/ der schlaff. Vnd endlich die ehlichen werck / Jedoch das es alles zu rechter zeit/ vnd mit massen angestellt vñ gehalten werde.

Gesundheit / wie solche erhalten werde.
 Labor, eibus, potus, somnus & Venus omnia media.

Das X. Capittel.

Von ruhe vnd müßiggang.

Sleich wie die bewegung vnd übung / zu rechter zeit angestellt / zur gesundheit sehr dienlichen/ Also ist dargegen stete vnd überflüssige ruhe nicht allein dem leib schedlichen / sondern es schwächet auch den verstande / vnd macht den menschen in allen thun vñnd gedancken faul vñnd schlefferig. Dann wie durch rechte vnd bequeme übung die natürliche werm erwecket / die kochung vñnd dawung der speise befördert wirdt / also vnd dargegen wird durch müßiggang vnd vberflüssige ruhe dieses alles verhindert vnd zurück gehalten. Derhalben man müßiggang vnd vberflüssige ruhe / als die Pestilens selbst / fliehen vnd meiden sol/ Ja der müßiggang gibt vrsach zu allerley sünden vñnd schanden / wie solches Lucanus bezeuget / da er spricht: Viel anfechtung bringet müßiggang. Item der heydnisch Poet Ouidius, da er sagt/ Man frage/ wie kompt es/ das Aegyptus ist ein Ehebrecher worden? Die antwort ist/

Überflüssige ruhe bringet dem leib vnd verstande schaden.

Müßiggang zu meiden / denn er ein vrsach ist zu allen sünden.

wort ist/das ihm der müßiggang darzu hat vrsach gegeben. So sagt man auch sonst im sprichwort / Müßiggang sey des teuffels heuptküssen.

Nichts desto weniger / so hat mäßige ruhe / zu rechter zeit angestellt / auch grossen nutz / Denn der leib / so von grosser arbeit matt vnnnd müde worden / der ruhe nicht entrahten kan / wie Hippocrates vnd Galenus sagen / das die ruhe eine arznei sey der arbeit vnd müdigkeit. Also auch / wenn der kopff von gedanken / sorgen oder studiren müde worden / so muß er auch durch die ruhe wiederamb ergehung haben / wie solches Ouidius 1. de ponto anzeigt / da er spricht :

Durch ruh des menschen leib nimpt zu /

Auch wechset der seelen krafft durch ruh.

Aber der leib / sinn vnd verstande

Nimpt ab durch stet arbeit zuhandt.

Derhalben schließliche hieruon zu reden / so sol vnser lebens zweck dahin gerichtet sein / vnd sollen wissen / das wir nicht fressens vnnnd sauffens halben geboren / noch vnser leben in müßiggang zubringen / sondern Gott dem allmechtigen / nachmals vnserm vaterlandt / freunden vnd verwandten / auch andern leuten dienen / vnd also essen vnd trincken sollen / damit wir leben können. Vnd also viel ist diß mal von der ruhe vnd müßiggang zu wissen nötig.

Hipp. 2. apho. 48. Quies lassitudinis seu laboris remedium & exercitationis condimentum.

Warumb der mensch zu welt geboren.

Das XI. Capittel.

Vom Schlaf.

Bisher ist von der übung vnd ruhe / soniel zuwissen von nöten gewesen / gehandelt worden / Nun wollen

wollen wir auch kürzlich vom schlaff vnd wachen etwas anzeigen.

Was der schlaff sey/vñ woher ex fo. me.

Es ist aber der schlaff / wie Hippocrates saget / nichts anders / denn eine einziehung der sinne in sich selbst / oder eine einziehung der natürlichen hitz / von den aus vnd inwendigen gliedern zum herten / mit auffhaltung vnd erfüllung der sinne / dadurch die verzehrte krefft / ruhe vñnd erquickung dem müden Körper wiederbracht / vñnd die dawung gefördert werde / vñnd entstehet von einer nützlichen feuchtigkeit / welche das gehirn anfeuchtet / vñnd also begierde zum schlaff erwecket.

Messiges schlaffs nutz.

Wo nun der schlaff messig geschicht / stercket er die natürlichen krefft / erquicket den leib / vñnd bringet demselben gute feuchtigkeiten / fördert die dawung / stillt die müdigkeit / nimpt weg den aberwitz / scherfft die sinne / gedanken vñnd das gesichte / feuchtet die inwendigen theil des leibes an / vñnd gibt allen gliedern krafft / das sie ihr ampt / darzu sie geordnet / verrichten können / machet auch / das man der krankheit vergisset.

Hipp. 2. pr. tag.

Nachtruhe natürlicher / vñnd beydes menschen vñ viche am bequemesten.

Hipp. lib. 2. apho. 3. Somnus & vigilia vtraque si modum excederint malum.

Auictina in canis: Non prolongetur tempus, quoniam obest a. simx, &c.

Des tages sol man wachen / des nachtes aber schlaffen / Wie denn Gott den tag zur arbeit / die nacht aber zur ruhe vñnd schlaff allen thieren verordnet hat / vñnd ist auch diese ordnung vñnd abwechselung bald anfenglich / vñnd nicht vergebens in die natur gepflant.

Man sol aber nicht zu viel noch zu wenig schlaffen / dann solches der gesundheit sehr schedlichen / Es were dann / das einer des nachtes gearbeitet / oder viel gewachet hette / Aber sonst / wer sich zu vielem schlaffen gewohnet / vñnd mit den rasen in den tag hinein schleift / der kompt selten zu einem rechten vollkömlichen alter / vñnd vñnd sach ist diese / das dauon das heupt vñnd alle glieder des gansen.

ganzen leibes mit vielen unreinen feuchtigkeiten erfüllet vnd oberheuffe / die natürliche hitz gedempfft / vnd die sinne dufelicht werden / so geschicht auch dem gedechtnis grosser schade / vnd wird der ganze Körper laß / trege / vnd mit vielen Phlegmatischen feuchtigkeiten beladen. Vnd ob wol die jenigen / so sich zu vielem schlaffen gewehnet / sich nicht so gar übel darnach befinden / so ist doch solche böse gewonheit keins weges zuloben / dieweil sie wieder die natur vnd ordnung leufft.

Viel schlaffe
shedlichen.

Wie nun vberflüssiger schlaff gar shedlichen / also ist dargegen messiger schlaff ganz nütlichen / Vnd mögen die jenigen / welche beginnen alt zu werden / wol etwas lang schlaffen / denn solches dem durren vnd abnemenden leibe eine sonderliche feuchtigkeit gibe / vnd sonsten wolthut.

Man sol sich aber nicht eher zum schlaff begeben / sonderlich auff den abendt / es habe sich denn zuvor die speise in grund des magens gesetzt / auch das röpsen vnd blehen vergangen sey / Darumb sol man allwege zwö stunde nach der abend mahlzeit schlaffen gehen.

Zwo stunden
nach der a-
bendmahlzeit
sich schlaffen
legen.

Es ist auch ganz shedlichen / des nachtes arbeiten / studiren / memoriren oder tichten / derwegen man dasselbige einstellen vnd vnterlassen sol.

Dey nacht ar-
beiten oder

Ein natürlicher vnd vnuerruckter schlaff sol vber 7. 8. oder auff's höchste 9. stunden sich nicht erstrecken / denn in solcher zeit der schlaff / darzu er von natur geordnet / das seine wol verrichten / vnd die dawung zuwege bringen kan / welches denn bey nachfolgenden zeichen vermarckt wirdt / als erstlich am wasser / wenn dasselbe nach dem schlaff schön gelb wie goldt ist / Wo es aber liech gelb oder weiß / so gibt es anzeigung / das die

studiren ist
shedlich.

Ein natürli-
cher schlaff
sol sein 7. oder
8. stunden.

Anzeigüng ob
der schlaff die
dawung ver-
richtet hat o-
der nicht.

dawung allerdings noch nicht geschehen / vnd in den adern noch viel vngedawtes safftis stecke.

Was die röspfe/auch das gienen/oder geunen nach dem schlaff bedeuten.

Zum andern / wenn nach dem schlaff saure röpse auffsteigen/bedeuten sie vngedawte feuchtigkeiten/ Wie denn auch das gienen oder geunen anzeigung gibt / das die dawung nicht richtig geschehen sey.

Wey dem magen / mercken / ob die dawung geschehen sey.

Zum dritten wirdt solches auch erkandt/wenn man nach dem schlaff kein drucken oder andere beschwerung vmb den magen / auch nicht murren noch gurren / oder winde im leibe befindet / vnd das man sonst lustig vnd hurtig sich erzeiget.

Wenn man lang schlaffen soll.

Es tregt sich auch offte zu/das man bisweilen nicht balde einschlaffen kan/wenn man sich vollgesoffen / als ist von nöten/das man den schlaff lenger als sonst anstelle / vnd vber die gefasten stunden ruhe vnd schlaffe.

Schlaff ist denen so die Pest haben/nicht nachzulassen.

Wer auch in sterbensleufften mit der Pestilenz angegriffen were/der sol sich anfänglich des schlaffs durchaus enthalten / auff das nicht die gifte durch den schlaff inwendig zum herten gezogen werde/vnd also den menschen plötzlich tödte / Doch sol man allwege auff die kreffte achtung geben / was dieselbe erdulden oder ertragen können.

Wer des abends nicht in schlaff kommen kan/wy er thum sol.

Wärde sich aber zutragen/das einer in schlaff nicht kommen köndte / sich auch von einem ort zum andern werffen / vnd sonst vnrühig sein würde / der kan besser nicht thun / denn das er wiederumb auffstehe / vnd etliche stunden in der kammer oder stuben sanfftiglich hin vnd wieder spaciren gehe/sich als denn wieder nider lege.

Schlafftammer.

Die schlafftammer sol fein weit sein / gelegen nach auffgang der Sonnen oder mitternacht / vnd nicht viel vnterschiedliche fenster haben / sollen nächtelicher weil zuge-

zugemacht werden / des tages aber / wenn keine giftige vngesunde lufft vorhanden / eröfnet / Man sol auch vnterweilens darinnen von gutem truckenen holz ein feuer ins Camin / oder sonst einen lieblichen rauch machen / dann dadurch die lufft gar wol gereiniget / vnd das gehirn gesterckt wird / Jedoch wenn man mit reuchkerstein oder puluer reuchere / sol man sich nicht eher in die schlaffkammer begeben / es sey denn der rauch gar zerteilet / vnd fast vergangen.

Es ist auch zuvor gemeldet worden / das der mittags schlaff / so bald auffss essen geschicht / sehr schedlichen sey / dieweil derselbe dem kopff vnd ganzen leibe viel böser feuchtigkeiten / flüsse vnd den schnupffen zuwege bringet / auch fieber vnd geschwür im leibe verursacht / Vnd ist sonderlich der mittags schlaff auffss essen den podagricis sehr schedlichen / darumb auch der Arabische arzt Auicenna solchen tags schlaff gantzlichen verboten. Nun felt alhier diese frage für / ob man auch am tag one abbruch der gesundheit schlaffen kan vnd mag / dieweil ihr viel solches gewohnet / vnd sich wol darob befinden / da doch alle Medici wiederrachten / das man zu mittage nicht schlaffen sol? Hierauff antworte ich mit Matthæo Degradi, so ein fürtrefflicher arzt gewesen / der sagt / das den leuten / so des mittags schlaffs gewohnet / erleubet werden soll / das sie nach einer verloffener stunde nach gehaltener mahlzeit / eine halbe oder ganze stunde auff einen stul sitzende / mit auffgerichtetem heupt schlummern vnd naffen mögen / doch nicht zu lange / vnd solches sol geschehen an einem temperirten vnd dunckeln orte / Man sol aber auch den jenigen / so den mittags schlaff helt / nicht erschrecken / oder sonst mit vngestüm

Dom mittags schlaff.

Mittages schlaff allen ziprianischen schedlichen.

Frage vom mittags schlaff / wie vnd wem man solchen erleuben kan.

davon erwecken. Wo nun der mittags schlaff also ange-
stelt wird / so ist er der gesundheit nicht so gar entgegen/
ist auch denen erleubt / welche des nachts nicht viel ge-
schlafen.

Lichte so
man gebrau-
chen sol.

Nach dem auch die lichte / so von Unschlit gezo-
gen werden / vnd die brennenden ampeln einen sehr un-
gesundten rauch vnd gestanck geben / so sol man an stat
derselben / wo es müglichen / feine reine wachselichter
gebrauchen.

Bette.

Das Bett sol feine gelinde vnd weiche pulser vnd
küssen haben / welche von Baumwoll / Bombasin / ro-
her zubereitter seiden / oder von Materaschen zugerichtet
sein / denn solche viel besser als die federbett / Es sol auch
oben bedeckt / vnd umbher mit grünen vorhengen be-

Deckbette.

hängt sein. Das deckbett sol nicht zuheis noch zu kalt/
sondern nach gelegenheit der zeit vnd lufft / also temper-
irt sein / das es der dawung helfen kan / vnd also nach
der zeit des jahrs ein gelinde oder warm deckbett auff-

Secret.

Brunstachel

legen. Das secret oder heimliche gemach sol gar weit
von der schlaffkammer sein / Wie dann auch die Brunst-
sachel wol verdeckt sein sol / damit nicht der gestanck
vom wasser dem gehirn schaden zufügen möge.

Auff welche
seiten man
sich zum er-
sten legen sol.

Über das alles sol man auch fleissig in acht haben/
das man sich zum ersten auff die rechte seite lege (dann
solches einhellig alle Medici rahten) vnd also zwo stun-
den / oder ein wenig lenger / auff der rechten seiten den
schlaff vollbringen / darnach auff der linken seiten mit
erhobenem heupt ligen / vnd gegen morgen sich wieder
auff die rechte seite wenden. Man sol auch des nachtes
ein fein schlaffheublein von subtilen leinen tuch offen
haben / in welchem zu oberst ein rund löchlein sey / das
durch

Schlaffheub-
lein.

durch die dänste hinweg können. Rüctlich si-
 Das ligen auff dem rücken sehr schädlichen / denn solches gen sehr schäd-
 den schlagk vnd andere hefftige franckheiten verursacht / lichen.
 sol man sich dauon genstlich enthalten / Auch wol für Monschein
 sehen / das der monschein im bette ja nicht das heupt er dem heupt
 reiche. Es wollen auch etliche ärzte / das man nicht schädlichen.
 mit offenem munde schlaffen sol / Weil aber die tegliche Ob man mit
 erfahrung bezeuget / das denen / so mit offenem munde offenem oder
 schlaffen / viel böse feuchtigkeiten aus dem munde sickert / zugethanem
 auch sonst keine beschwerung dauon empfinden / so mag munde schlaf-
 einer wie er gewohnt ist schlaffen. sen sol. Damit man auch Wie man
 wissen möge / wie man sicher vnd ohne sorgen schlaffen ohne sorgen
 soll / so ist zuwissen / wenn man sich des abends aufzie- schlafe mag.
 hen wil / das man auch zugleich mit den kleidern alle ge-
 scheffte vnd gedanken / so beyde die gemeinen vnd pri-
 uat sachen betreffen / mit hinweg lege / als dann kan man
 den schlaff desto besser abwarten vnd vollbringen. Des
 morgens aber / wenn man auffgestanden / vnd sich an- Mit gedan-
 gezogen / mag man als dann wiederumb die gescheffte cken sol man
 vnd gedanken vor die hand nemen / ist eine gute gewon- des morgens
 heit / vnd alle menschen derselben nachfolgen vnd einge- umbgehen /
 denck sein sollen. ist der gesund-
heit nicht zu-
wieder.

Nun wil ich auch etliche mittel leren / daburch man Wie man de
 den schlaff kan zuwege bringen / wenn solcher verbleibet. schlaff besor-
dern soll.

Nemet Rosenöhl vnd ein wenig Campffer / ver- i.
 mischt solches mit weiber milch / so ein megdlein seuzet / Schlaffselb-
 damit sol man den schlaff bestreichen. lein.

Ein anders.

Nemet

2.
Schlaffselb-
lein.

Nemet weiß Seeblümlein öhl /
Blaw Viol öhl /
Der Salbe von Pappelnospen / sonsten popu-
lien in der Apoteken genandt / jedes j. lot.
Opij iij. gerstenkörner schwer /
Gestossen Saffran iiij. gersten körner schwer :
Aus diesem allen ein Selblein gemacht / vnnnd beyde
schlaff vnd naselöcher damit gesalbet.

Ein anders.

3.
Schlaffselb-
lein.

Nemet Rosen öhl ij. lot /
Guten essig j. löffel voll /
Das weiß von einem Ey :
Solches alles sol man wol zusammen querlen / vnd als
denn mit einem tüchlein vber die schlaff legen.

Ein anders.

Schlaffwas-
ser.

Nemet Camomillen wasser /
Holunderblüt wasser / jedes ij. lot / oder ij. löffel
voll.
Zeldt Berhonien wasser /
Rosenwasser /
Klatschrosen wasser / jedes iij. löffel voll.
Salatwasser /
Seeblumen wasser /
Blaw viol wasser /
Weiß steinklee wasser / jedes j. löffel voll.
Weinessig j. löfflein voll. Diese alle zusammen
gemischt / doppel tüchlein darcin genekt / vnd laulichent
vber die schlaff vnd stirn gelegt.

Man

Man pfleget auch wissen mohn j. lot mit milch von einem weibe/ so ein megdlein senget/ wol zerstoffen/ vnd vber beyde tünlich zubinden / sol auch den schlaff zu wege bringen.

An diesem ort wil auch nicht vnbequem sein / etwas von treumen zureden/ dieweil solche eine grosse verwandtschaft mit dem schlaff haben / auch bisweilen die beschwerung des leibs anzeigen / oder die vberflüssigen feuchteigkeiten im leibe zuuerstehen geben. Vnd sind die treume nichts anders als bildnis der vergangenen dingen vnd vorgelauffenen sachen / oder aber merckmahl vnd zeichen der dinge / so zukünfftig geschehen sollen/ vnd werden offtmals nicht vngefahr oder ohn ursach im traum fürgebildet / denn dieses auch der vernunft gemess / das etlichen temperamentis vnd Complexionen treume sehr gemein sein / vnd doch warhafftige ding bedeuten/ also / das man offte das jenige / so vnsern freunden vnd verwandten wiederfahren sol / durch treume erkennen vnd gesehen werden mag / aus denen ursachen/ das offte die freunde / wenn sie gleich zimlich weit voneinander wohnen / sich doch einer des andern noth vnd anligen annimpt / darumb bekümmert / vnd ihnen zu hertzen gehet / Auch sonst durch treume des gegenwertigen oder zukünfftigen zustandes zum öfftern erinnere wirdt / Daher denn Ranzouius sagt / das ihm gemeinlich im traum nicht allein sein eigen / sondern auch seiner freunde glück vnd vnglück zuuor fürkommen sey/ sonderlich zeigt er an / das er zum öfftern gegen morgen viel warhafftiger treume gehabt / die ihm vergangene ding zu gemüt geführt / vnd von zukünfftigen dingen warnung gethan haben / Auch habe er offte warhafftige

Was treume sind/ vnd was sie bisweilen anzeigen.

treume gehabt / wie die angestellten Jagten haben einen
 außgang gewinnen sollen / So hab auch sein vater sel-
 tiger / die nacht zuuor / ehe er verstorben / einen warhaff-
 tigen traum gehabt / Denn in dem schlaff ist im vorko-
 men eine gewuliche vnd erschreckliche gestalt des todes /
 damit er (wie es ihn gedaucht) so hefftig zu kempffen ge-
 habe / das er auch alle seine kreffte daran gestreckte / solche
 todes gestalt von sich zutreiben / welches man auch aus-
 genscheinlich gesehen / das er den ganzen leib hefftig be-
 wegt hat / da er doch sonst so schwach gewesen / das er
 nicht eines einigen gliedes mechtig gewesen / Als nun
 solches sein bruder Paulus Ranzouius (welcher dazu-
 mal des nachts bey ihm gewacht) vermarckt / vnd ihn
 gefragt / was er doch also mit gewalt hette wollen von
 sich treiben / hat er ihm solches alles nacheinander erzeh-
 let / Vnd ist dieser traum folgendes tages hernach gnug-
 sam wahr worden / da er gar sanffte in Gott entschlaf-
 fen / vnd aus diesem Jammerthal zur ewigen freude vnd
 seligkeit genommen worden.

Gleicher gestalt sagt auch Henricus Ranzouius,
 das im von dem kriege in Schweden vnd Dennemarck /
 vnd von seinem freunde Daniel Ranzau getreumet /
 welcher in der belegerung des schlosses Walburg sey ge-
 schossen worden / vnd nachmals gestorben. Vnd ist als
 so wol zuzuleuben / das die treume oft vorbildungen
 sind der gegenwertigen oder zukünfftigen dinge. Hip-
 pocrates sagt / das im schlaff der ganze leib ruhe / vnd
 wie man sihet / so treten im schlaff alle sinne zurück / als
 so / das der schlaffende mensch nichts sihet / höret / noch
 sich beweget / vnd gleich allda ligt als ob er todt were /
 Darumb auch der Poet Ouidius den schlaff ein bildte-
 nis des

nis des todes/ Vnd Hippocrates an einem andern ort/ den schlaff ein brudes des todes nennet. Wenn nun also der mensch ohn alle bewegung da ligt / vnd ruhet / so ist die seel (welche tieff in den menschen getretten) allererst in der rechten arbeit vnd bewegung / denn sie ihres hauses / darein sie gesetzt / wol warnimpt / durch gehet alle theil des leibes / vnd vollbringet auch allda alle Wirkung/ Vnd weil sie also fleissig in dem schlaffenden corpor wachet / erkennet vnd sihet sie sichtbare ding / höret auch hörende ding / vnd bekümmert sich darüber / vermerckt auch durch gegenwertige vorbildung / was dem menschen wiederfahren mag. Darumb auch recht Hippocrates sagt / das man dasjenige / so einem im schlaff treume / fürkomme / oder sonst wiederfare / nicht verachten / sondern wol erwegen sol / Vnd wie zuuor meldung geschehen / geben die treume auch anzeigung zukünftiger dinge / so da geschehen sollen. Also geben sie auch gnugsam zuuersehen / was für vnartige vnd böse feuchtigkeiten inwendig im leibe verborgen ligen / welche dem menschen schaden vnd frantzheiten bringen werden / als / wenn einem von feuer treumet / oder das er sich mit leuten reuffe / schlahe / erzürne / oder sehr schreye / bedeut ein vberfluß der erhitzten gall. Treumet ihm aber / das er viel rauch / finstere ding oder erschreckliche spectra vnd bilder sehe / oder das er sich im koth walke / vnd darinnen stecken bleibe / solches bedeut ein vberfluß der schwarzen gall vnd Melancholey. Sihet er aber im schlaff schnee oder eyß / oder das im treumet / er schwimme im wasser / vnd ersauffe / bedeut es viel kalte feuchtigkeiten oder schleim / welcher die inwendigen glieder beschweret vnd engstiget. Kompt im aber im schlaff für /

Schlaff ein bildnis des todes.

Seel arbeit im schlaff.

Treumenicht arbeit zuuerachten.

Treume zeige auch sündhafte / vberflüssige feuchtigkeiten an.

Treume vom feuer / was sie anzeigen.

Treume von finstern dingen.

Treume von schnee / eyß vnd wasser.

Treum von
hellen liech-
tern vnd sa-
ckeln.

Treum von
wolriechende
dingen.
Von treume
kan man vor-
siehede krank-
heiten ver-
mercken.

Das er schöne helle liechter oder sackeln brennen / oder sonst rote vnd schöne schimmerende ding sehe / gibe solches anzeigung / das das geblüt in den adern vberflüssig sey. Treumet ihm aber / das er wolriechende ding habe / vnd daran rieche / bedeut es / das viel guter feuchtigkeit bey ihm sein. Darumb wo solches im schlaff vermerckt wirdt / vnd die treume der gestalt sich zutragen / so kan man daraus die krankheiten erkennen / vnd denselben bey zeit vorkommen. Darbey wir es diß mal betruhen lassen wollen / vñ ferner zu andern sachen schreitt.

Das XII. Capittel.

Vom wachen.

Messiges
schlafen vnd
wachen vber-
aus nüglic-
hen.

Was vber-
flüssiges wa-
chen für schaf-
den bringe.

Des tages
sel man wa-
chen / des
nachts schlaf-
en.

Wol messiges schlaffen vnd wachen zu erhaltung menschlicher gesundheit vberaus nütlichen / so kompt doch dargegen grosser schade beydes vom schlaffen vnd wachen / wenn man die masse vberschreitet. Denn viel vñ zur vnzeit wachen / schwachet die kreffte des leibes / vnd zerstöret solche / macht vngedawte feuchtigkeiten / vnd verhindert die dawung / krencket die sinn vnd das gehirn / durret vnd trucknet den leib aus / macht hohle augen / bleiche farbe / nimpt den verstandt / bringt aberwis / irrigkeit des heupts / vnd den todt. Darumb alle menschen / denen ihre gesundheit lieb ist / sollen dahin sehen / das sie des nachts nicht arbeiten / lange sitzen / vnd sich mit trincken vberladen / noch sonst mit sorg vñ bekümmernis der nahrung beschweren / Sondern der lehr Hippocratis folgen / welcher sagt / das man des tages wachen / vnd des nachts schlaffen sol. Derwe-

Derwegen man sich des morgens / wenn die Sonne auff gehet / vom schlaff ermuntern vnd auffstehen sol / dann zu derselben zeit das blut im menschen sich beweget / vnd nicht allein dem menschen / sondern auch allen Creaturen die kreffte vernewert werden / Jedoch muß man auch die zeit in acht haben / denn im Sommer die nächte sehr kurt / die tage lang / vnd die Sonne sehr frühe auff gehet / derhalben man nicht allwege mit der Sonnen auffstehen kan. Wenn man aber auffgestanden / sol man für allen dingen den leib für der frühe kette bewahren / das wasser abschlagen / vnd zu stul gehen / wie ferner angezeigt werden wirdt.

Kreffte des menschen alle morgen vernewert.

Sich des morgens für der frühe kette zuerwaren.

Das XIII. Capittel.

Von entlehrung des leibes in gemein.

Nachdem im 26. Capittel von diesem stück ausführlichen vnd vberflüssig gehandelt wirdt / als hab ich alhier nur dasjenige / so allein zu erhaltung der gesundheit nötig zu wissen / kurtlich anzeigen wollen.

Erstlichen sol der leib teglichen stulfertig vnd vnerschlossen sein / denn solches der gesundheit sehr nächlichen ist / Vnd alle reinigung / so von starcker natur geschehen / sind die aller gesündesten.

Diß aber seind für gute gesunde stulgen zuachten / welche nicht zu hart / noch zu weich / auch nicht zu gar flüssig seind / vnd feulunge anmelden / sondern die sich zusammen halten wie honig / auch nicht zu übel riechen / noch mit großem gezwang oder angst / sondern

Gute gesunde stulgen.

Was harte
vnd truckene
stulzeng be-
deuten.

gar leichte abgehen. Denn wenn die stulzeng sehr harte vnd trucken sich erzeigen / bedeuten sie grosse innerliche hitz / krankheit des leibes / verzehrung der feuchtigkeiten / vnd das man viel gebratenes vnd gepregtes / oder sonst truckene nahrung gebraucht hat.

Was feuchte
stulzeng an-
zeigen.

Wenn aber die stulzeng zu sehr feucht vnd dünne seind / bedeuten sie verstopffung der Leber vnd geäder / oder böse dawung / vnd schwachheit der gedern.

Wie oft mā
des tags na-
türlichen zu
stul gehen sol.

Man sol aber täglichen zwey mal zu stul gehen / nemlich des morgens / wenn man auffgestanden / vnd des abends / wenn man wil zu bette gehen.

Winde sol
man nicht
verhalten.

Man sol auch die winde (wosern man alleine) leines weges verhalten.

Wasser sol
man nicht
verhalten.

Das wasser / so oft es die natur wil hinweg treiben / auch die not erfordern wird / sol man im geringsten auch nicht verhalten / denn dauon merklicher grosser schade entstehet.

Auswerffen
sol man be-
fördern.

Was auch vom heupt vnd gehirn in den mund sincket / oder aus der brust vnd lungen sich zum außwerffen erhebet / das sol auch ohne ver hinderung außgeworffen werden. Vber das sol man aller glieder eigene excrementa vnd wust zu rechter zeit hinweg bringen / also / das man teglich die ohren reinige / die nase schneuze / vnd den speichel aufreuspere.

Aller glieder
wust bey zeit
hinweg zu
bringen.

Nun wollen wir ferner anzeigen / welcher gestalt der oberflus des Körpers / durch aderlassen / purgiren vnd dergleichen kan gereiniget werden.

Das XIII. Capittel.

Von Aderlassen.

Das

DAS blut im menschen hat diesen nutz / das es
 mehret / vnd alle theil des menschlichen leibes
 erhelt / Oder / das blut ist das köstlichste vnd
 beste im menschen / daher / das es eine materi der leben-
 digen geister / vnd in welchem alles wachsen vnd zuneh-
 men / ja das leben selbst ist. Wenn man nun vberflüssig
 zur adern lezt / so wird der lebendige geist auch mit auß-
 gelassen / vnd die natürliche kreffte zertrennet / Daher
 auch Galenus sagt / das die jenigen / welche alle messig-
 keit hindan setzen / mit essen vnd trincken sich stets vber-
 laden / denen sey hartes purgieren vnd aderlassen nicht
 nütze. Wer nun viel harte bewegung vnd übungen hat /
 vnd nicht also messig leben kan / wie es die gesundheit
 vnd regeln der ärzte erfordern / dem wil nicht zurahthen
 sein / das er zur adern lasse / sonderlich wenn grosse kelte
 vorhanden / als im Winter / oder grosse hitz / als im
 Sommer / dann wo das blut von solchen leuten vnd zu
 der zeit hinweg gelassen wird / so folget an des aufgelaß-
 senen guten bluts stat / eine wässerige oder andere vnar-
 tige vnd schädliche feuchtigkeit.

Des bluts
nutz im men-
schen.

Blut was es
sey vñ nütze.

Vberflüssi-
ges aderlas-
sen schädlich.

Aderlassen
vnd purgiren
wem es schäd-
lichen.

Würde sichs aber zutragen / das eine krankheit aus
 vberflus vnd menge / oder aber aus verbrandtem geblüt /
 bey jemand entstände / vnd vrsach gebe / solches hinweg
 zu lassen / denen ist keins weges das aderlassen verboten /
 sondern man sol in solchem fall mit rath eines gelehrten
 arztes die ader springen lassen.

Wenn die
aderlaß be-
quem.

Auff das man aber von der aderlaß in gemein einen
 bessern bericht habe / so ist zuwissen / ob gleich der mensch
 in allem sich auffs bequemst vnd messigst verhalte / den-
 noch im leibe vberflus vnd feuchtigkeiten erwachsen / ge-
 schweig denn / wo man sich nicht recht helt / vnd böse
 vnge-

ungesunde speisen gebraucht / davon nachmals (wo man solche vberflüssige feuchtheiten bey zeit durch purgiren oder aderlassen nicht wegnimpt) hefftige vnd gefehrliche franckheiten entstehen / das also offemals die gesundheit des menschen durch bequemes aderlassen erhalten würde.

Demnach so wil von nöten sein / anzuzeigen / welchen personen das aderlassen bequem / oder was für zeichen eigentlich seind / die da anzeigen / das einem die aderlaß nütlichen. Darauff ist diß die antwort / das erstlichen die aderlaß nicht zu vnterlassen sey / bey denen so vberflüssig geblüt haben / wie kurz zuvor gemeldet / vnd solches in der menge vñnd quantitet oder qualitet sündiget / vnd nicht gute nahrung / wie zuvor / bringen kan / als denen wiederfehret / so eine hitzige Leber vñnd volle adern haben. Item / so plötslich vnd vngewöhnlich zunemen / ihnen auch die adern aufflauffen / vnd groß werden. Item / denen das anslitz wol gferbet vnd braun ist / der Puls stark / auch die nach lust vnd müßigem leben stehen / gute wolneerende speise essen / auch stets gute wein trincken / desgleichen die trege vnd verdrossen zur bewegung seind / oder welchen das wasser dick vnd rötlicht / oder des tages viel schwitzen / denen wil die aderlaß ganz nötig sein / dann wo solche verbliche / würde sich das geblüt entzündend / oder erstöcken vnd verfaulen / vnd mancherley schwere franckheiten verur sachen. Dargegen wird nun auch billich angezeigt / welchen leuten die aderlaß schedlichen / davon ist zum theil bald anfenglich gesagt. Vber das aber sollen junge leut vor dem vierzehenden jahre / vnd die alten nach 70. jahren nicht zur adern lassen / Item die jenigen / so kalter natur / oder in kalten örten vnd lenden wohnen / auch

Die so vberflüssig geblüt haben / sollen sich keines weges der aderlaß enthalten / vñnd wobey soches zu merken.

Wem die aderlaß schedlichen.

auch nicht in sehr kalter oder vberhitziger zeit / Desgleichen auch nicht die schwangern weiber / es erfodere es denn die euserste noe / so sol doch solches mit grosser vorsichtigkeit vnd messigkeit geschehen. Item / die so langwirrige franckheiten gehabt / oder bald auff's bad / oder übung der ehelichen werck lassen wolten / auch nicht wenn man sich vberfressen oder vbersoffen / Item wenn der magen schwach vnd wiederwillet.

Ferner so ist zu mercken / das im Lenz oder Frühlung / als im Aprill vnd Meien / das aderlassen am nützlichsten / Vnd weil der mensch zu der zeit am blutreichsten ist / sol er auch mehr als zur andern zeit lassen. Die adern aber / so zu lassen nützlich / ist entweder die Median / welche zugleich von dem ganzen leib des menschen / als oben vnd vnden / das blut thut nemen / Oder die Leberader / Basilica, von etlichen die Lungen ader genant / welche der brust / dem herzen / Magen / Leber vnd milz / darzu den vmblygenden gliedmassen viel nutz bringet. Zum dritten / die haupt ader / durch welche dem hauptwehe / tobsucht vnd dergleichen / aus hiez entstanden / gewehret wird. Man sol aber solche adern allwege mit rath eines erfahrenen arztes / an der rechten seiten auff der hand oder am arm springen lassen.

Im Herbst / weil sich das Melancholische geblütheuffet / als vor oder nach Michaelis, sonderlich im Weinmonat / können die zur adern lassen / so es im Frühlung verseumet / Vnd ist auff diese zeit an der linken seiten oder arm / die Median / oder welche nötig / zu lassen / vnd fürnemlich wird auff solche zeit die milzader / so etliche die Saluatel nennen / zu eröffnen / gelobet / wieder die verstopffung der Leber / an der rechten hand / aber

Der mensch
im Frühlung
am blutreichsten.

Median
ader.

Leberader.

Hauptader.

Im Herbst
am linken
arm die adern
zu lassen.

Saluatel o.
der Milzader.

wieder die verstopffung der milch vnd derselben sieber an der lincken / zwischen dem kleinen vnd dem goldfinger / sol gelassen werden.

Viertel des
Mondes /
aspecten vnd
himlische zeichen / ob sol-
che vor der
aderlaß zu
erwegen.

Was aber anlanget den gemeinen gebrauch / das man auff die himlische zeichen / aspecten vnd Planeten groß achtung haben solle / ehe man zur adern lasse / oder sich nach dem klaren oder trüben himmel richten / Welches ein gemeiner wahn / vnd viel aberglaubens mit vnterleufft / das stelle ich an seinen ort / wil aber hiermit nicht die vierteil / in welchem der Monde ist / auch nicht das schöne wetter / so zum aderlaß am nützlichsten / verworffen haben / darnach junge / mittelmessige vnd alte leut sich zurichten / vnd sollen von dem newen Mon an / bis auff das erste vierteil / junge leut zur adern lassen / vom ersten vierteil aber / bis zum Vollmon / sollen die jenigen lassen / so 30. vnd 40. jar alt sein. Vom Vollmon bis zum dritten viertel sollen die lassen so 50. oder 60. fahr alt sein. Vom dritten vierteil aber bis zum letzten die alten alleine. Vnd man helt dafür / das es راحت samer sey / auff den francken vnd seine franckheit oder beschwerung zu sehen / denn nach den aspecten vnd zeichen des himmels zu speculiren.

Was vor/in
vnd nach der
aderlaß zu
thun.

Man sol aber nicht ehe zur adern lassen / es sey denn der leib den tag zuuorn mit einem gelinden träncklein / Latwerg / Pillen / Puluer oder Elystir flüssig gemacht / Vnd wenn die aderlaß geschehen / sol man vollend die bösen feuchtigkeiten / nach ihrer art / mit träncken vnd purgationen (wie es die not erfordert wird) außfüren / dauon nachmals im 30. Capittel / bey der zurichtung des Meyen trancks / außfürlicher gehandelt wirdt. Wer aber die arzneij für der aderlaß nicht haben kan / der sol für allen

für allen dingen zuuor des stulzangs vnd harms entle-
diget sein / damit die schedlichen dempffe von solcher ma-
teri / nicht von den adern an sich gezogen werden / vnd
das geblüt verunreinigen.

Man sol aber nicht also bald des morgens / wenn
man auffgestanden / zur adern lassen / sondern zuuor ein
bahr stunden hin vnd wieder gehen / So kan es auch
nicht schaden / das man vor der aderlaß den arm zuuor
zimlich mit warmen tüchern reibe / oder mit Camomil-
len öhl salbe / denn dauon das geblüt flüssiger wird. Ob
auch wol des morgens nüchtern zu lassen / am bequem-
sten / so werden doch viel leut gefunden / wenn sie nüch-
tern lassen / das sie darob in ohnmacht fallen / so ist viel
besser / man esse zuuor ein weich gesotten Ey / vnd trin-
cke darauff einen guten trunck weins / vnd lasse dann als
bald zur ader. Die aber nichts essen vnd trincken wol-
len / mögen ein gut stück eingemachten Citrinats / oder
etliche Pomerangen schalen essen / so verbleibe die ohn-
macht. Träge sich aber zu / das die ohnmacht allererst
nach der aderlaß einen ansties / so sol man solcher person
vnuerzüglich einen trunck guten wein zutrincken geben.

Man sol sich auch nach der aderlaß nicht bald zu
tisch setzen / vnd drauff fressen vnd sauffen / sondern zwo /
oder zum wenigsten eine stunde verwarten / als denn
mahzeit halten.

Desgleichen sol man sich auch nach der aderlaß
zum wenigsten sechs stunden des schlaffs enthalten / kei-
ne milch vnd was dauon zugerichtet wird / gebrauchen /
auch kalte speiß / kalt trincken vnd kalte lufft / rohe obst /
starcke bewegung / vnd in summa / alle grobe kost / son-
derlich aber gefalkene fisch / fliben vnd meiden / sich aber

Wie denen
aderleßern
zubeggen /
so nicht wol
blut sehen
können / oder
ohnmchtig
werden.

Nach der
aderlaß nicht
bald zu essen.

Auff die ader
laß nicht bald
zu schlaffen.

mit frölichen gesprechen ergehen / Vnd wie sich sonst
ein aderläffer halten sol / das alles hat Anastasius in sei-
nem Epigrammate ad Armarum sein zierlich Latei-
nisch beschriben / welches diß der inhalt ist :

Den ersten tag viel essen meid /
Am andern kurtzweil such vnd freud /
Gar stille ruh erheischt der dritt /
Am vierden / fünfften ist der sitt
Das man wol leb / am sechsten bad /
Am siebenden spacer durch mat /
Durch dörrer / wäldt vnd grüne aw /
Am achten magst dein liebe frau
Umbfahen / dein ganz leben auch
Anrichten nach dem alten brauch.

Aber so
durchgeschla-
gē / was man
thun soll.

Es treget sich aber vnterweilens zu / das die Balbi-
rer zu hart schlagen / vnd entweder ein Nerven / flachs
oder Pulsader treffen vnnnd verletzen / dauon denn der
krampff / das gliedwasser / oder erlehmung des glieds ent-
stehet / oder das die geschlagene ader auffleufft / der arm
braun vnd blaw wird / vnd also grosse schmerzen erfol-
gen / wenn solches geschicht / sol man nachfolgende mit-
tel gebrauchen :

Nemet rauten / werimut / gerstenmehl / jedes so viel
man mit zween fingern erhalten kan / stoß es wol durch-
einander / vnd thut dann Camomillen öhl darzu / legget
solches vber das löchlein der adern.

Hette sich nun die geschwulst gefast / vnd thut die
ader gleichwol noch wehe / so nemet eine Ochsen gall /
vngesalzene butter / gensefchmalz / jedes ij. lot / mischt
solches wol vntereinander / vnd salbet damit die ader.

Trüge sich auch zu / das die ader durchgeschlagen
würde /

würde/ vnd besorgete/ das der arm daruon lahm werden möchte / der neme Terpentin öhl mit Salpeter vermischet / vnd salbe den arm darmit.

Die Balbierer haben den gebrauch in Deutschland/ das sie nach der aderlaß auff das löchlein sals mit wein binden/ Es were aber besser sals vnd öhl/ wie Rases lib. 9. cap. 2. ad Almansorem, vnd Auicenna 4. 1. cap. 2. lehret / vnd vrsach anzeiget. Ja fürsichtige Balbierer haben diesen gebrauch / das sie das laßeisen erst mit einem reinen Scorpionöhl oder süßem mandelöhl bestreichen/ ehe sie die ader eröffnen / vnd solches ist recht vnd gut/ denn es verhütet die schmerzen/ so von dem einschlagen entstehen / vnd bewahret das laßeislein / so etwan unrein / das dem andern seine ader darmit nicht vergiffet werde.

Das XV. Capittel.

Von schröpffen oder lastköpff.

Der ander weg/ vberflüssig blut aus dem leib des Menschen zuziehen / geschicht durch schröpffen oder auffsetzen der lastköpff. Da nun jemandt blutreich / vnd benötiget / das solcher vberflus des geblüts außgeführt werde/ der mag an stat der aderlaß/ die lastköpff gebrauchen/ den an welchem ort des leibs solche angelegt werden/ ziehen sie das blut heraus/ das es ohne verletzung der kreffte oder natürlichen werme mag hinweg gebracht werden / Darumb auch solche außlassung des bluts den kindern/ schwangern weibern vnd sehr alten leuten / denen man sonsten nicht zur adern lassen darff / nicht vndienstlichen/ desgleichen auch/ denen die

Dem rechten gebrauch vnd nutzbarkeit des schröpffens vund köpffens.

Erste art oder weise zu schröpffen oder köpffen.

Krefft von langwehrenden oder scharffen krankheiten zerstreuet sein / So ist auch solch kopffessen nütlichen / das heupt / zaanwehe vnd brustbeschwerung darmit zu stillen. Vnd diese ansetzung der lastköpff mit bicken / ist nicht so gefehrlich als das aderlassen / Denn nach dem bey oder vnter den blutadern entweder Nerven / Glachs oder Pulsadern ligen / welche durch vnvorsichtigkeit des Balbirens / wenn er zu hart schlegt / oder die stiere zu tieff einhawet / leichtlich derselben adern eine treffen kan / daraus denn gar grosse gefahr entstehet / also / das offter ganze arm daruon in ein ausspannen / krampff / lehmung / oder sonst in ander schmerzliche beschwerung kan gebracht werden / wie zwar hieruon auch kurz zuuor meldung geschehen. Vnd das ist die eine art / köpff auffzusetzen. So zeigen auch etliche Astrologi vñ ärzte von der aderlast diß für gewiß an / das wo ein mensch in seiner Natiuitet. in einem zeichen den Drachenschwanz hat / vnd in demselben grad vnd auffsteigen desselben zeichens eine ader eröffnen leß / das er sich dardurch in gefahr des todes stürze.

Astrologische
obseruation
von der ader-
last.

Die ander
art / köpffe
auffzusetzen.

Schröpf-
köpffe vñe
cken für das
nasebluten.

Die ander art / köpff auffzusetzen / geschicht ohne bicken / vnd solche lobet Galenus vber alle maß zu vielen sachen / vnd nennet es eine edle hülff / so grosse krafft habe / die flüß / so von oben herab sincken / anders wohin zuwenden / oder auffzuhalten / Item das blut zu stellen / als wenn einem die nase hefftig schweiset / vnd das blut am meisten zum rechten nasenloch heraus leufft / sol man jm vnter die kurzen rieben einen lastköpff ohne bickung / auff die leber an der rechten seiten setzen / Ist es aber / daß das blut zum lincken nasenloch heraus leufft / sol man jm einen köpff vnter die kurzen rieben an der lincken seiten /

ſeiten wol herunter auff die milch ſehen/ Leufft es aber zugleich aus beyden naſelöchern/ ſol man auch auff beyden ſeiten köpff ſehen.

Über das ſagt Galenus, das in groſſen ſchmerzē/ aus winden vnd grimmen im leib oder gederm entſtan- den/ das aller gewiſſeſte vnd ſchnelleſt mittel ſey / einen groſſen wolerhitzten laſköpff ober den nabel zu ſehen/ vnd offi vernewern/ die ziehen die winde wunderbarlich heraus / vnd ſtillen den ſchmerzen. Darumb ſind auch ſolche wind köpff ein vberaus gute häuff im hefftigen erbrechen/ wie nachmals im 18. Capittel folget. Sie die- nen auch für die onmacht/ vnd zu vielen andern ſachen mehr / Es iſt aber zubehalten / das ſolche nicht allweg zugebrauchen / es ſey denn der leib zuvor wol gereiniget.

Lib. 12. thera-
peu. metho.

Ventosen
dienſtlichen
wieder das
grimmen ſo
von winden
kompt.

Wie die ven-
tosen nützlich
zugebrauchē.

Anno 65. gerieth der wolgeborne vnd Edle Herz/ Herr Hans Ernst / Graue zu Mansfelde / Edler Herz zu Heldringen (ſeliger gedechtnis) in ein ſehr hefftiges erbrechen/ alſo/ das er kein ſpeis vnd tranck/ noch irgent eine arznei bey ſich behalten konte / Denen lies ich / ſo bald J. G. etwas geſſen oder getruncken hatten/ ein grünes gläſlein ſo zuvor mit einem wachſlichelein wol erhitzt ward / vnd vnden weit war (denn dazumal nicht groſſe köpff vorhanden) vnden auff den Magen ſehen/ das thet ich ein tag zween oder drey/ danon bekam J. G. wieder nahrung/ vnd wurden reſtituirt.

Graff Hans
Ernst zu
Mansfelde
wirdt vom
hefftigen er-
brechen erret-
tet durch
ventosen.

Das XVI. Capittel.

Von den Waſſereglen / ſo blut
außziehen.

Der

Wasseregel
ein blutigir-
ges wasser
wärmelein.

Wozu diese
blutwärmelein
am meisten
von den alten
gebraucht
worden.

Ranzouii
vaters schwer-
ster/ weiland
eine Aptsiffin
zu Izenhose.

Zu welcher
zeit im jahr
solche bluts
egel zuge-
brauchen.

Zu welcher
zeit sie zufan-
gen vnd an-
zusetzen.

Wie solche
blutegellein /
wenn sie an-
gesetzt/ wider
abzubringen/

Er dritte weg / damit das überflüssige blut aus dem leib gezogen werde / geschicht durch das wunderbare vnd aller blutigirigst wasser wärmelein / welches die fleissige erfahrung der alten / auch dem menschen zu gut erfunden hat / vnd können an stat der lastköpff gebraucht werden / Vnd ist bey den alten / das Melancholische schwarze geblüet damit außzuziehen vnd zu mindern/ sarnemlich im gebrauch gewesen / aber nu mehr ist solche gewonheit gefallen / vnnnd nicht mehr breuchlichen.

Es sagt Ranzouius, das seines vatern schwester/ so in dem kloster Izenhofen eine Aptsiffin weiland gewesen / vnd im achtzigsten jahr ihres alters gestorben / die habe den gebrauch gehabt/ das sie jährlichen/ auch in irem grossen alter/ die Egel an stat der lastköpffe gebrauchet / denn sie sey eine volle blutreiche person gewesen / Vnd wie sie solche wärmelein darzu außertlesen vnd ange-setzt habe / erzehlt er mit nachfolgenden worten / vnd sagt/ das sie zwischen Pfingsten vnd Johannes tag/ vnterweilens auch vmb Bartholomaz / an einen jeden fuß vier Egel / vnd an einen jeden arm zwene/ vnterweilens auch etliche zwischen die schulterbletter / das blut von dem heupe zu ziehen / ange-setzt habe. Es sind aber solche Egelu gemeiniglich im mittage zu fahen / vnd von wegen ihrer gifft vor der sechsten stunde zu abend nicht anzusehen / Dann wenn sie ange-setzt worden sind / vnd das blut außzuziehen an-fahen/ lassen sie nicht eher nach/ biß sie sich voll bluts gezogen / das sie von sich selbst ab-fallen / etliche aber wenn sie ange-setzt / lassen nicht eher ab/ man strewe ihnen denn auff das köpfflein ein wenig saltz oder aschen / oder brenne sie mit einem angezündten wachsa

wachslichelein/ ſo fallen ſie alsdann geſchwinde herab. Man ſol aber an den ort / da ſie hingezet/ vnd das blut außgezogen haben/ einen warmen angefeuchten ſchwamm oder leinene tüchlein legen / denn wenn die Egeln abgefallen / oft aus den löchlein noch viel blut ſickert / welches man abwifchen muß / vnd da es noch ferner bluten wolte/ ein tüchlein in effig nehen / vnd vberlegen. Darnach ſol man die abgefallenen Egeln in ein becken thun/ vnd tödten / vnd mit dem blut / das ſie aufgezogen / in die erde vergraben / damit ſie nicht wieder ins waffer kommen.

vnd wie ſouff
damit zu pre-
cediren.

Dieſe wafferwürmlein ſol man im Sommer / in der hiſigen mittags Sonne fahen / aus den moſigen leetlichen waffern/ fiſchgruben vnd weyhern/ Dieſer aber ſind mancherley/ als ſchwarze/ rote/ grünlecht/ vnd von andern farben/ vnd haben alle etwas giftiges / ſonderlich die roten mit grünen ſtrichen/ vnd auch die groſſen/ ſo in ſtinkenden pfügen / Morihlen genandt / ſich enthalten / die ſol man bey leib nicht gebrauchen / Etliche aber haben einen ſcharffen auffgeſpizten rücken / vnd werden PferdZhlen oder Eglen genant/ ſind auch giftig vnd vndienſtlichen/ Da man aber derſelben brauchen wil / ſol man ſie zuuor in friſch waffer thun / vnd darein werffen ein wenig kleyen oder bluet / vnd ſie alſo darmit ſpeiſen / ſo verlieren ſie die gift/ Item/ das glied daran man ſie ſehen wil/ ſol man zuuor wol reiben/ mit waffer anfeuchten / vnd kraſen / ſo hangen ſie deſto lieber an. Vnd alſo viel vom aderlaſſen/ ſchröpffen/ vnd Egel anſetzen. Nun wollen wir ferner zu den andern arten der außlehrung vnd reinigung ſchreiten.

Welche waſſerwürmlein dienſtlichen / auch wenn vmb an welchem ort ſie zu fahen.

Wie man die waffer egel zubereitē ſol/ ehe man ſie anſetze.

Das XVII. Capittel.

Von reinigung vnd purgiren des leibes mit
Glystiren vnd andern dingen.

Es ist zuuor gemeldet / das / wenn sich gleich ein
mensch auff's messigste helt / dennoch dem leibe
vberflüssige feuchtigkeiten zugefüget werden / vnd
da solche nicht zu rechter zeit / wie sichs gebürt / aufgez
führt werden / so kompt der mensch in grosse gefahr sei
nes lebens. Vnd wie nun solchen leuten die reinigung
des leibes mit purgiren sehr nütlichen vnd bequem / also
vnd dargegen sind starcke vnd hefftige purgationes vnd
arhney / beuoraus in der jugendt / ganz gefehrlich vnd
schedlich / wie solches Hippocrates bezeuget / da er
spricht : Wer in der jugent viel starcke purgierende arh
ney gebraucht / der wird bald alt / vnd stirbt desto eher /
(denn keine hefftig treibende arhney ohne gift ist) die
weil solche viel geschwinder stulgenz verursacht / auch
den magen vnd das hertz vberaus schwechen / vnd viel
lebendiger geister mit hinweg nemen / das also die seni
gen / so stets hefftige arhney gebrauchen / gemeinlich
von freffen kommen / vnd verdorren / Daher Hippo
crates recht gesagt / das dem jenigen / so gesundes leibs /
das purgiren sehr gefehrlichen sey / Darumb sich alle
menschen für starcker vñ scharffer arhney sonderlich gar
wol fürsehen sollen / Vnd dargegen eine gute diet oder
regiment in essen vnd trincken / auch andern dingen / an
stellen / Denn wer das thut / der darff sich nicht leicht
purgiren lassen. So haben auch viel hier in Sachsen /
Meissen.

Denen die
viel überflüs
sige feuchtig
keiten haben /
das purgiren
sehr nütliche.
Starcke pur
gierende dinge
jungen leuten
sehr schädli
chen / dieweil
solche nicht
ohne giftige
qualitet.

Hippo. 2. A
pho. 36. & 37.
4. Apho. 25.

Gute diet
besser / als
viel purgiren.

Reissen vnd Düringen diese krafft / das sie den leib of-
 fen behalten / vnd sein linde purgiren / als das Hambur-
 ger vnd Naumburger bier. So pflegen auch die linden Iuscula, & li-
 quidiore epu-
 la.
 säplein / Zwetschken / Blaukohl vnnnd andere zugemüß /
 wenn solche vor andern speisen zum anfang gessen wer-
 den / den leib offen zubehalten. Wie den auch der alande
 vnd Senetwein. Item Senetblätter mit bier oder was-
 ser vnnnd zwetschken gekocht / vnnnd getruncken / eröffnet
 auch den leib.

Derhalben allein die arzneyen zu nemen vnd zuge-
 brauchen (wenn es die not erfordert) die am sichersten /
 vñ dem leib nicht schaden bringen / als da ist der Aloës,
 das Rhabarbarum, Agaricus, Cassia, Manna, saure
 Datteln / thamarindi genandt / die Myrabolani frucht /
 wilde Saffran samen / Senetblätter mit ihren correcti-
 uen zubereitet / nach eines jeden menschen Complexion /
 art vnd gewonheit / daraus trencke / Latwergen / Elystir /
 Puluer / Willen vnd dergleichen zugerichtet.

Auff das man auch gewisse anzeigung vnd merck-
 mahl habe / bey welchem Körper böse schnöde feuchtig-
 keiten vorhanden / dieselben aufzuführen vnnnd hinweg zu
 purgiren von nöten / wil ich kürzlich / wie solchs ver-
 marckt werden sol / anzeigen.

Wenn sich ein mensch nach zimlicher bewegung Merckmal
 der bösen &
 berflüssigen
 feuchtigkeit.
 schwer / laß / matt vnd krafftlos befindet / im schlaff er-
 schrickt / oder ihm sonst wüste ding vorkommen / desglei-
 chen wenn ihm der mund bitter / die zunge gelb wirdt /
 schwer oder fliegende his vnd dergleichen befindet / der
 sol ohne verzug / mit raht eines verstendigen arhts /
 purgationes gebrauchen.

Nun wollen wir auch mit anhangen etliche arz-
 neyen /

neyen / welche den leib linde eröffnen vnnnd erweichen.
Item etliche purgationes, die man alle in fürfallenden
nöten gebrauchen kan.

Stulzepfflein / so auch den kint- dern zugebrauchen.

Stulzepfflein
auff mancher
ley art zuzu-
richten.

Nemet von einem frisch gebratenen Ey die dotter/
besprenget solche mit salt / schneidet dann solche mit
samt dem salt in kleine stücklein / vnd mischet es wol
durcheinander / Nemet den darvon einer haselnuß groß/
vnd thut es in ein subtil tüchlein / bindet es mit einem fa-
den zusammen / vnd laßt denselben faden zimlich lang/
leget solchs dann in heis öhl / vnd zihets wider heraus/
vnd stoffet es warm in den after.

Ein anders.

Machet aus honig / salt / oder eyerdottern vnnnd
mehl / oder aus gefalzenem vnd wolgericherten harten
speck / oder aus meusekoth / oder aus einer vnslit ker-
zen / ein stulzepfflein eines fingers lang / vnd kochet ger-
sten in warm wasser / seihet die brüe abe / vnd thut zucker
dartzu / vnd trincket solche brüe fein warm.

Brü vorge-
kochter gerste
vnd zucker
eröffnet den
leib.

Stulzepfflein / welche Heinrich Rauhan vater hat pflegen zugebrauchen / wenn er krank gewesen.

Nemet honig / siedet es zimlich hart / thut dartzu
weisen mehl / nemet dann vngesalzene butter / beschmir
damit ein örtlein am tisch / vnd thut das honig mit dem
mehl

mehl darauff / formiret daraus lange stulzepfflein / vnd wenn sie erkaltet / so leget sie in öhl / vnd wenn es die not erfordert / so nemet eins heraus / vnd steckt es ins weidenfenster.

**Anderer Stulzepfflein / so den
leib eröffnen.**

Nemet einen löffel voll honig / siedet solchs biß es beginnet braun zuwerden / laß dann ein tröpfflein auff ein kalten stein oder zihn fallen / vnd erkalten / nemet dan solches herab / vnd schneß daran mit einem finger / wenn es springet / so ist es recht / thut darzu ein halb quentlein sals / gießet solches auff den boden eines vmb gestürzten mörsels / oder auff einen zinnern teller / schneidet stücklein darnon / vñ machet daraus stulzepfflein / kurz / lang / dicke vnd stark / nach eines jeden gelegenheit vnd gefallen / thut solche / wenn sie kalt worden / in baum oder leinöhl / oder in schweinen schmalz / vnd als denn in fürfallender not gebrauchet.

Sterckere Stulzepfflein.

Nemet honig ij. lot / sals ein halb drittheil eines quentleins / Species Hieræ picræ simplicis aus der Apotecen j. quentlein / laß das honig vñnd sals kochen / wie zumor gemeldet / thut dann darzu die Species Hieræ, vnd machet daraus stulzepfflein In hitzigen siebern sol man die stulzepfflein von Blau viol honig vñ sals machen / vnd keine Hieram darzu thun / Vnd da der leib so hart verschlossen / mag man gestossen klein tauferne gülden kraut gepulnert / ein halb quentlein oder mehr darzu thun.

Stulzepfflein
in hitzigen sie-
bern / wouon
solche zu-
richten.

Druckene Stulzepfflein / so man mit ober landt nemen kan.

Nemet zwey theil mehl / ein theil salt / honig vnd
eyerdotter soniel von nöten / das ein teig draus werde/
welgere stulzepfflein daraus / vnd laß sie drucken werden.
Wer sie krefftiger haben wil / der mag einen löffel voll
klein tausentgülden kraut darzu thun.

Von Clystirn.

Clystirn vn-
ter allen arz-
neyen die si-
chersten.

Die Clystirn sind die aller sichersten arz-
neyen / so ohn alle gefahr vnd schaden / menniglich
dienstlichen / ja auch also nütlichen / das man sie in für-
fallenden nöten alle wochen ohne schaden gebrauchen
kan / Denn solche mit ihrer schlipffrigkeit vnd feuchtig-
keit den verstopfften leib erweichen / die gederm ausspü-
len vnd aufwaschen / auch in keiner franckheit schaden
thun können / vnd sonst viel herrlicher krafft vnd tu-
genden haben.

Die erfindung
der Clystir
kompt her vñ
den Stör-
chen.

Zu solchem aber haben anfenglich die Störche vñ
sach gegeben / wie denn auch das gevögel von natur sei-
ne arznei hat / also auch die Störche / wenn sie sich im
leib nicht wol befinden / stihen sie an das meer / vnd fass-
en des gesalznen wassers in den langen fragen / vnd
giessen ihnen solchs selbst durch den schnabel hinden ein /
dauon wird der verstopffte leib / als durch ein Clystir /
wiederumb eröffnet.

Nach dem nun das die Naturkündiger vnd ärzte
gesehen / haben sie demselben nachgefolget / vnd dem
menschen

menschen zum besten / allerley arten der Clystir (als etliche so erweichen vnd eröffnen / purgiren / ablösen vnd abwaschen / zusammen hefften vnd stopffen / die schmerzen stillen / wie in der Colica vnd im stein / vnd dann etliche so da nehren vnd krafft geben) erdacht / darumb kein mensch solch edles vnd nützliches mittel verachten / viel weniger dasselbe schenden / oder übel daruon redē sol.

Allerley art
vnd wirkung/
auch nütz-
chergebrauch
der Clystir.

Von haus Clystirn / so ohne beschwe- rung den leib eröffnen.

Da einem eine not anstößt / vnd er gerne ein lindes Clystir gebrauchen wolte / den leib damit sanfftiglich zu eröffnen / er aber die Apotecke nicht haben noch erreichen möchte / oder sonst armes vermögens were / der neme Schöpffenfleisch / kalbfleisch / kappaunen / arbeits / küschern oder hünnerbräue / welche er vnter diesen haben kan / feihe sie durch ein doppel tüchlein / vnd neme derselben ein nöffel / vnd thue darzu schwarzen Thomas zucker / oder Rosen honig / oder blau viol honig iij. lot / zwo oder drey frische eyerdottern / gute frische vngesalsene butter / Enten oder Gense schmaltz / oder frisch baumöl vj. lot / saltz j. quentlein / mische solchs wol zusammen / vnd setze es durch ein beinern rörlein in den hunden / also warm / wie eine milch zusein pflaget / wenn sie gemolcken.

haus Clystir
so leicht vnd
sanfft purgi-
ren.

Ein ander Clystir.

Nim Pappelkraut / Blauviol kraut / Mangolt / Wengelkraut / jedes anderthalb hand voll / sol es auch etwan die winde mit zertheilen / so thu darzu Camomillen / steinklee

steinklee vnd Dillenkraut / jedes j. hand voll / Koche solches mit zwey guter nöffel wassers bis auff die helfte / seihe die brühe abe / thue darzu Rosenhonig oder Thomas zucker iij. lot / eine oder zwei eyerdottern / Camomillen öhl / blau viol öhl / jedes iij. lot / außgezogene Cassia ij. oder iij. lot / oder lenitiff latwerge florenzolæ auch so viel / sals j. quentlein / mische es zusammen. Wil man es aber kreffziger haben auff die winde / so nim an stat der andern latwerge Cassia vnd Hiera picra latwergen jedes vj. quentlein / vnd laß das Violöhl darvon / vnd nim vj. lot Camomillen öhl dafür / vnd das des salzes nur ein drittheil eins quentleins sey / solches Elystir kan man in den langwirigen fiebern / auch im heupewehe von felt vnd plest entstanden / Item im anfang der Colica, vnd im Steine nüsslichen gebrauchen.

Ein ander Elystir Henrici Kantzoutj.

Nemet Hindleufft wurzel / Süßholz / jedes j. lot / Endiuien wurzel ij. quent. Hindleufft kraut / Pappelbletter / Sibisch bletter / jeder anderthalb hand voll / Ringelkraut eine hand voll / Hindleufftsamen / Fenchelsamen / jedes j. quentlein / Siebengezeiten samen / Leinsamen / jedes ij. quent. Camomillen blümlein / souiel man mit zween oder drey fingern erhalten kan / diese alle sol man kochen mit drey nöffel wasser bis auff ein nöffel / solches dann durch ein tüchlein seihen / vnd darzu thun blau viol öhl iij. lot / Camomillenöhl ij. lot / Rosenhonig j. lot / Thomas zucker j. lot / lenitiff latwerge / Cassia zu den Elystirn bereit / jedes vj. quent. Solchs alles wol zu

wol zusammen gemische / vnd also warm sezen lassen / als das auge von außwendig erleiden kan.

Endlichen ist auch diß bey den Clystiren zubehalten / das ob man wol keine gewisse zeit / wenn solche dem menschen zu sezen / ordnen kan / so ist doch zu mercken / das es am aller bequemsten sey / die Clystir zwo oder drey stunden für der früe oder abendmahlzeit appliciren zu lassen / vnd solche / wo es anders möglich / vnd dieselben von den verschlossenen winden oder vberflüssigen feuchtigkeiten nicht etwa mit gewalt aufgestossen werden / eine ganze stunde halten. So ist auch zu mercken / daß das sals allermeist darumb zu den Clystirn gebraucht wirdt / das es beydes die stulgeng vnnnd das Clystir an ihm selbst wieder zum aufgang fördere vnd reise / Da nun personen / so die Clystir leicht fahren lassen / oder nicht wol halten können / denen sol man desto weniger sals darzu thun / oder gar dauon lassen.

Wenn die Clystirn gesetzt / vnd wie lang sie gehalten werden sollen.

Sals warm und es zu den Clystirn gebraucht wirdt.

Purgier Morfellen / vberaus nützlichen / sonderlich denen personen so eckel sind artzney einzunehmen / werden also gemacht.

Nemet Anis samen ein dritteil eins quentleins / Zlinische viotwurzel / Süßholz / jedes zwey drittheil eins quentleins / Zimmetrinde / Neglein / jedes ein halb quent. aus der Apotecken Spet. Aromat. rosati Gab. genant j. quent. der besten Rhabarbara ij. quent. Dagriddij ein drittheil eins quentl. Diese alle wol zusamen gepuluert / darzu auch genommen eingemachte Rosmarien blät ij. q. des schönsten Zuckers x. lot vnd j. quent. laß solches mit

rosenwasser zu rechter herte sieden / wenn denn der zucker
 etlicher massen erkalt / als denn die gepulverten stück mit
 der eingemachten rosmarien bläet thun / vnd wol vnter
 einander reiben / vnd nachmals Morfellen daraus ma-
 chen / da eine 2. quent. wigt / derer gibe man einer jun-
 gen person eine / einem gewachsenē zwo oder gleich drey /
 darnach er hart zugewinnen.

Eine gute purgierende arhney / so des Königs
 Friderici in Dennemarek Medicus geordnet /
 welche der König selbst / vnd viel vom adel
 haben pflegen zugebrauchen.

Nemet gute frische Alexandrinische Senecbletter /
 von den stielen gereiniget / der besten außerlesenen Rha-
 barbara / jedes ij. quent. des weissen Agarici iij. quent.
 außgebissene Zimmetrinde iij. lot : Diese alle sol man
 12. stunden lang in 2. nöffel warm gemachten guten
 Reinischen wein einweichen / nachmals durch ein lau-
 gensecklein / von weissem tuch gemacht / sechs oder sieben
 mal vbergießen vnd durchlaußen lassen / vnd dann mit
 einem halben pfund schön weissen Zucker abfüßen.

Damit man aber desto besser verstehen möge / wie
 diese purgierende arhney recht zuzurichten sey / wil ich sol-
 ches alhie eigentlich erklären vnd anzeigen.

Nemet der kleinen außerlesenen vnd grünen Senec-
 bletterlein / der besten Rhabarbara / nicht gestossen / son-
 dern mit einem scharffen messer klein zerschnitten / des
 Agarici / so schön weiß / vnd nicht etwan schwarz oder
 gelbe fleck habe / solcher sol auff einem reibeisen oder ra-
 spel klein gerieben werden / die Zimmetrinde aber sol
 gröblich

gröblich zerstoffen werden: Diese alle sol man als dann in einen verglasurten topff thun / darüber 2. nöffel Reimischen wein gießen / solches in warme asche / oder auff einen warmen ofen setzen / vnd zwölff stunden lang stehen lassen / doch wol verdeckt / dann abnehmen / vnd durch ein wullen secklein (wie oben gemeldt) seihen / nachmals des allerbesten weissen zuckers ein halb pfund darunter mischen. Wer sich nun mit solchem purgierenden wein wil reinigen / der sol ein halb nöffel auff ein mal daruon gießen / warm machen / vnd des morgens trincken.

Es ist ein ander arzt gewesen / der hat solche arznei in einen purgirenden safft / so sich ein zeitlang helt / auff nachfolgende weise verwandelt:

Nemet frische außertlesene Senebletter ohne stiel. iij. lot / der besten Rhabarbara iij. quentel. des schönen weissen Agarici viij. quentel. außgebissene Zimmetrinde vj. lot / außertlesene Cubeben j. quentel. Fenchelsamen / Anis samen / jedes ij. quentlein / Indianische Spica ein drittheil eins quentel. guten weissen Ingwer ein halb qu. des besten Reimischen weins sieben nöffel: Diese alle sol man in ein starck glas thun / dann solch glas in ein kößlein mit wasser setzen / vnd feuer darunter machen / solches in dem glase sechs stunden lang kochen lassen / vnd wol verwahren / das es nicht vmbfalle / vnd wenn es dann satt gekochet / sol man es als dann 12. stunden stehen / vnd erweichen lassen / dann wol ausdrucken / vnd durch ein rein wülle secklein sechs oder sieben mal durchseihen / dann darzu thun schönen weissen zucker / so vergangen anderthalb pfund / solches zusammen vber einem gelinden feuer zu einem safft anzihen. Von diesem safft gibt man einem alten erwachsenen menschen

auff ein mal viij. lot/ einem jungen aber liij. lot/ oder so viel löffel voll. Vnd weil auff ein nössel dieses Syrops nur liij. quentlein purgirender stück kommen/ so können viij lot oder löffel voll nicht sonderlich hart purgiren.

Purgirende Rosinlein.

Purgirende
rosinlein.

¶ Dieweil auch viel leute/ jung vnd alt / für andern purgirenden mitteln eine abschew haben / pflege ich vnterweilens denselben auff nachfolgende weise purgirende rosinlein zuzurichten.

¶ Nemet außertersene Senecbletter ij. lot/ Zimmetrinde/ Kremerneglein/ jeder j. quentlein/ Ingwer j. drittheil eins quentleins/ zehen grosse Zwetschken ohne kern/ thut solches zusammen in ein töpfflein/ gieffet darüber j. nössel wasser / tasset es zusammen bey gelindem feuer sanfftiglich biß auff den halben theil einkochen / setz es wol verdeckt hin/ vnd lassets 3. stunden stehen/ als denn machet es wieder warm / vnd seihet die brüe rein abe / Nemet dann der kleinen rosinlein / so von den steinlein rein gemacht / vnd mit wein wol abgewaschen / x. oder xiij. lot/ gieffet solche brüe darüber/ vnd setz sie wol verdeckt an einen warmen ort / wann sich dann die rosinlein gar voll von der brüe gezogen / vnd dickt auffgeschwollen/ so nemet ein weit glass oder ander gefesz/ thut eine schicht zucker/ vnd denn eine schicht rosinlein darcin/ biß dieselben alle werden/ so sind sie als dann fertig.

Balsam Aloës.
es.

¶ Also ist auch gar eine nützliche vnd herrliche arguend den leib sanfftiglich zu eröffnen / der Balsam Aloës, zwö oder drey stunden für der maßzeit gebränche/ dienet für das fieber/ bauchgrimmen / wassersucht / gelbsucht / Melan-

Melancholey / für giftt in Pestilenz zeiten / vnd andern
viel dingen mehr / auff einmal ij. oder j. quentlein / oder
so es junge personen / ein halb quentlein eingenommen /
Vnd wil solchen alhier / jedermenniglich zu gut / auch
zurichten lernen.

Nemet des besten gelben Aloepatick ein halb pfund/
koffet solchen gar klein / vnd gieffet darüber ein vierteil
pfundes des besten Rosenwassers / setzt solches zu einem
gelinden feuer / vnd laßt es sanfftiglich zergehen / doch
mit stetem vmbrihren / wenn es denn biß auff den dritten
theil eingesotten / so nemet es wieder vom feuer / vnd
laßt eine stunde oder lenger wol verdeckt stehen / als denn
werdet ihr den Balsam des Aloes wie öhl oben schwim-
men sehen / gieffet dann solchen Balsam in ein glaz fein
rein abe / auff die höfen aber gieffet wieder viij. lot Ro-
senwasser / vnd laßt es / wie zuuor gemeldet / beim feuer
sanfftiglich / mit stetem vmbrihren / biß auff den dritten
theil einkochen / laßt es so lange / wie zuuor geschehen /
stehen / vnd gieffet als dann das oberste wieder rein abe /
das thut drey mal / Nachmals schüttet die höfen ganz
hinweg / nemet als dann das abgezoffene / thut es in ein
gelb verglaste töpfflein / setzt es zum feuer / vnd laßt
so lang / als man ein ey zu sieden pfleget / kochen / dann
hebt vom feuer / vnd schenckets / setzt es wieder zum
feuer / vnd machts eben wie vor / das thut so lang / biß
es wird wie ein dicker safft / so ist der Balsam fertig.

Eine sehr gute Latwerge zum
Stulgang.

Nim einen guten topff mit Zwetschen / iij. oder iiij.
pfund / vnd geus wein daran / laß sie darmit wol sieden /
P iij bis sie

bis sie weich werden/ darnach in einen durchschlag/ vnd
 schlahe sie durch / dann koche die brüe von den zwetschs-
 fen / das sie wird wie eine latwerge / vnd wenn sie gung
 gesotten hat / so nim sie vom ffeuer / vnd thue darein ein
 lot Rhabarbara/ Senet iiii.lot/ Zimmetrinde j. lot/ als
 les klein gepuluert. Es muß aber diese latwerge mit weiß-
 sem Hutzucker zu erst abgesotten werden / ehe man die
 Senet vnd Rhabarbara gepuluert darein thut.

Ein armes aber / so solche Latwerge vnd andere
 ding/ zum purgiren nütlichen/ nicht erreichen noch ha-
 ben kan/ vnd gleichwol auch für die hartleibigkeit gerne
 guten rath haben möchte / Das sol fünff oder sechs fei-
 nen nemen/ darein thun außgehülsten wilden saffran sa-
 men/ solche dann des morgens / oder kurz vor der mit-
 tags mahlzeit/ essen/ eröffnen den leib fein gelinde.

Eine geringe
 arney zum
 stulgang.

Ein köstlich Purgier puluer für die armen/
 so die Apotecck nicht haben können.

Nemet Senecbletter ohne stiel vj. quent. des besten
 Turbic rein geschabet iiii. quent. der besten Rhabarbara
 ij. quent. Süßholz rein geschabet/ Fenchelsamen/ Anis
 samen/ jedes j. quent. Indianische Spica ein halb drit-
 theil eins quent. mit einer seheren gar klein zerschnitten/
 solches zusammen gestossen / vnd durch ein klein sieblein
 geschlagen/ Dis puluer purgirt gar gelinde/ vnd ohn alle
 gefahr/ das heupt/ die brust/ den magz/ reiniget auch das
 geblüte/ kan gegeben werden in heuptwehe/ von schleim
 vnd gall entstanden / auch in brustbeschwerungen / ver-
 stopffung des leibs / in vermischten siebern / Item fürs
 seitenstechen / von winden entstanden / fürs leichen vnd
 bösen

bösen husten / einem erwachsenen anderthalb oder gleich
ij. quentlein / einem jungen j. quent. einem kinde von
10. oder 11. Jahren ein halb quentl. einem jüngern ein
drittheil eins quent. davon eingegeben.

Man möchte auch wol zu sterckung vnd geringer Pille so man
reinigung des Magens vnterweilens Aloe Phangin pil- ohne alle ge-
len / Item de Hiera simpl. seu cum Agarico, oder fahr / in acht
pill. Mastichinas, vnd de tribus ex aloë, Rhabarb. oder 14. ta-
vnd Agarico gebrauchen / oder der Pillen Stomachi- gen ein mal
cæ Alkindi genandt. In sterbens zeiten aber die pesti- nemen mag.
lentiales alleine / oder mit den Aloëphanginis vermis-
chet / Diese alle sind sine custodia, das ist / zu jeder zeie
ohne gefahr zu nemen.

Ein starcke Purgierlatwerge.

Nemet der Latwerge in der Apotecken / Electuarij
Rosati genandt iij. quentlein / Diaprunis laxatiui,
Diaphaniconis, jeder ij. quentlein / gestossen weissen
zucker viij. quentlein / mischet die latwergen zusammen /
vnd walgert sie in den zucker.

Ein Purgierträncklein.

Nemet außersesene gute Manna vj. quentlein / zu-
te Rhabarbara zwey drittheil eins quentl. Spec. Hieræ
picræ simpl. ein halbe scrupel / Endiuin wasser viij. lot /
Schsenzungen saffe mit zucker abgefotten j. lot: Diese
alle wol zusammen gemischt / in einem mörstel / vnd ein
träncklein daraus gemacht.

Es tregt sich auch offte zu / das der mensch offtimals
so sehr verstopfft wird / das in der vorgezeichneten stücke
leines

keines auflösen noch stulfertig machen kan / vnd wenn solches geschicht / sol man demselben mit einem Elystir zu hülffe kommen. Item so treget sich auch zu / das in der Colica vñ bauchgrimmen (sonderlich wenn die schmerzen im vntern gederm sind) die purgationes, so oben eingegeben / wenig außrichten / darumb man viel bequemer Elystir in solchen fellen gebrauchen kan / derer beschreibung nachmals von den ärzten zu erlangen / oder aber in solchen fellen erstlichen der gelinden haus Elystir / dauon droben meldung geschehen / eins zugebrauchen. So treget sichs auch ferner offft zu / das die außtreibende krafft im menschen schwach / vnd die beygebrachten Elystir auch im leibe stecken bleiben / Wenn solches geschicht / sol man vnuerzüglichen ein scharff stulzepfflein aus der Apotecken holen lassen / vnd solches in den hindern stoffen / daruon wird auffss new facultas excretoria, die außtreibende krafft excitiret vnd angezeit / auch das eingebrachte Elystir vnd andere schedliche feuchtigkeiten außzutreiben verursacht.

Das XVIII. Capittel.

Vom erbrechen vnd darwen.

Undarwen / so es vnterweiles geschicht / nicht vndinstlichen. Was das erbrechen vnd darwen sey / vnd was es nütze.

DAs erbrechen / so es in einem jahr nicht zumiel geschicht / ist ganz dienstlichen / gute gesundheitz zu erhalten / dann solches nichts anders ist / als eine außleerung vnd ausstossung durch den mund der vnfluetigen materien des Magens / als da ist / zehet vnge dawter schleim / gall / auch rosigiger vnd gelber vberfluß des Magens / wird auch vnter allen arten der außreibung

bung vnd purgierung für die nützlichste vnd gesundeste
 geacht / denn sie treibet aus die sündhafftigen feuchtig-
 keiten / aus den rechten orten / da sie sitzen / vnd nimpt
 hinaeg allen wust vnd schleim / der sich in der weite des
 magens verhalten / vnd in des magens runkeln ange-
 hengt hat. Vnd ob wol solches erbrechen erstlich dem
 magen vnd vntern teil zum besten bekompt / so ist es doch
 nicht ohn / das solches auch dem heupt vnd andern glic-
 dern des leibs dienstlichen / vnd solche dadurch erleich-
 tere / das gesicht gestercket / die vnlust zum essen wegge-
 trieben wirdt / vnd ist der schwerledigkeit des leibes nicht
 vnbequem / Ja was offft durch purgiren nicht kan weg-
 gebracht werden / das geschicht durchs erbrechen / vnd
 wer sich mit fressen vnd sauffen vberladen / dem wirdt
 durch erbrechen wiederumb geholffen / Vnd im Som-
 mer wird der leib durch das erbrechen durchaus gereini-
 get / im Winter aber wird der kalte / rothige / vnflätige
 schleim aufgebroschen / vnd der Magen sein dauon pur-
 giret. Darumb Hippocrates, denen so sich leicht er-
 brechen können / vnd desselben gewohnet / trewslichen
 rahten thut / das sie sich monatlichen zwene tage anein-
 ander vndawen sollen / auff das also / was den ersten tag
 ligen blieben / vnd nicht gar weggebracht worden / den
 andern tag vollend mit dem erbrechen geschehen möge.
 Es gedencket auch Diodorus mit dem Herodoto, das
 die Egypter vnd Chaldeer sich alle monat drey tage an-
 einander mit dem erbrechen zu reinigen pflegen / vnd
 nachmals die gederm mit Clystern ausspülen / alles dar-
 umb / das sie dardurch gute gesundheit zuerhalten geden-
 cken / denn sie achtens darfür / das alle krankheiten vnd
 beschwerung des leibes entstehen von der enderung der
 speise

Hipp. lib. 1.
de rat. victus.

Monatlichen
sol man sich
zwey mal vnd
dauen.

Egypter vnd
Chaldeer ge-
brauch mit
dem vndawē.

Wie das erbrechen zu fördern.
 speise vnd der lufft. Da nun einer einen grauen vnd tuffel hat / vnd sich doch nicht erbrechen kan / der sol warm wasser mit saltz vnd butter trincken / nachmals den finger in hals stecken / vnd sich zum kosen nötigen / Denn so die speise im magen eine böse vnart vnd qualitet an sich genommen / vnd darinnen verharret / zerstöret sie den leib / vnd verursacht eine franckheit. Wer sich nun leicht vndawen wil / der sol zuuor den Syrupum acetosum oder das Oximel iiii. lot oder löffel voll nemen / vnd darauff warm wasser mit butter vermischet trincken / oder aber das nachfolgende erbrechen tränklein zu sich nemen / vnd sich darauff zum erbrechen nötigen.

Ranzouius sagt / wenn er sey zu gaste gebeten worden / vnd den Magen mit bier / wein vnd mancherley kost oberladen / hab er bisweilen der natur mit vbersülung etwas nachgelassen / auff das er solches alles mit dem erbrechen hab desto eher können wegbringen / nachmals einen finger in hals gestackt / vnd also das erbrechen prouociret / Welches denn zu solchem handel nicht vndienstlichen / Denn alle die / welche die Cruditates vnd bösen schleim baldt vnd ohne beschwerung aus dem Magen bringen wollen / die sollen das erbrechen nach eingenommener speise anstellen / auch sollen sie mancherley kost durcheinander essen / dann durch solche diuersitet vnd menge der speise werden die phlegmata vnd grobe zehe feuchtigkeiten desto eher abgelöst vnd zertheilet / vnd desto leichter vnd bequemer ohn alle gefahr außgebrochen. Das erbrechen aber sol man verursachen an einem warmen ort / vnd nach dem erbrechen das ganze angezicht vnd die augen mit rosenwasser wol waschen / den mund vnd die zeene aber mit wasser / darunter ein wenig

Was nach dem erbrechen zu thun.

wenig effig vermischet/ oder aber rosenwasser vnd ein wenig effig nemen / vnd den mund darmit ausspülen / vnd den linken daumen in die flache hand legen / vnd dar auff krausemünzen oder quittensafft/ oder ein trüncklein poley oder krausemünzen wein/ oder sonst andern guten wein zu sich nemen / das stercket den Magen wieder. Es ist auch viel besser / nach dem erbrechen gebratnus/ dann gesottenes gessen/ doch nicht zuviel. Nun folgen etliche stücke/ damit man das erbrechen des magens kan zuwegen bringen.

Nemet Dillensamen / Milzensamen / Rettichsamen / jedes iij. quentl. Brunnwasser anderthalb nöffel/ kochet solches zusammen biß auff ein nöffel/ dann durch ein tüchlein geseiht/ vnd den halben theil eingenommen/ doch zuuor warm gemacht / Da nun solches eine halbe stunde im magen gewesen / vnd das erbrechen darauff nicht folgen wolte/ so sol man alsdann einen finger oder feder in öhl tauchen / vnd in den hals stecken / vnd also anreizung geben / so wird das erbrechen bald erfolgen.

Ferner kan man auch das erbrechen ohne grosse beschwerung also prouociren: Nemet von dem grossen nußbaum die mittelrinde an der wurzel / schneidet sie in kleine stücklein / vnd nemet der ij. oder iij. quent. laßt sie in einem halben becher voll weissen weins eine ganze nacht erweichen/ seihet dann den wein rein abe durch ein tüchlein/ vnd gebts dem erbrechenden früe nach der speise/ wie zuuorn gemeldet/ oder kurtz zuuor/ ehe er essen wil.

Don der mittelrinde der wurzel des nußbaums eine erbrechung zu machen.

Das erbrechen aber / das mehr als zweymal in einem Monat geschicht / vnd einem schwer ankompt / ist sehr schädlichen/ sonderlich denen/ so eine enge brust haben / vnd zum blut außwerffen geneigt sein / denn das

erbrechen der brust/ dem gehör/ augen/ seenen vnd heupt ganz schedlichen/ wo der Magen nicht ursache darzu gibt. Das erbrechen aber/ so es zu der zeit geschieht/ wenn die natur mit der krankheit streitet/ vnd sich der franke auch wol darnach befindet/ das ist gar gut/ Aber wenn es geschieht in Pestilens fiebern/ so ist es gemeiniglich böse vnd tödelichen.

Hefftiges bin-
dauen/ wie
es zuffüllen.

Do sichs aber zutrüge/ das einem aus blödigkeit des Magens ein hefftig erbrechen ankem/ vnd er weder speise noch tranck behalten köndte/ auch die kreffte darvon ganz vnd gar hinfellig würden/ sol man solchem die füsse im warm wasser setzen/ nachmals die schenckel vnd arme reiben/ vnd mit Salbendern binden/ auch wolriechende krefftige ding für die nase halten/ Vnd da als dann das erbrechen darvon auch nicht nachlassen wolte/ sol man auff des magens mundloch einen windkopyff setzen/ wie auch dauon zuuor im 15. Capittel meldung geschehet. Item/ man neme rote Rosen/ rote Corallen/ jedes gepuluert j. quentl. Mastix gepuluert ein halb quentl. solches alles zusammen gemischet/ auff ein warm geröst brod gestrewet/ vnd stets für den mund gehalten. Oder nemet einen schnitt gebehret brodt/ klein zerstoßen/ darzu gestoffene Neglein/ Muscaten nuß vnd Zimmetrinde gethan/ mit Mastixöhl zu einem plaster angefeuchtet/ denn warm auff ein leder gestrichen/ vnd vber den Magen gelegt/ Oder aber da Emplastrum de crusta panis Montagananae auff gestrichen vnd vbergelegt.

Das XIX. Capittel.

Vom wasser vnd harm.

Nach

Nach dem das wasser nicht vnbilligen vnter die geschlecht vnnd art der euacuation vnd aufschlung von den ärzten gezogen wurde / als haben wir beschlossen / darvon auch ein wenig was zuerinnern.

Es ist aber der harm oder das wasser nichts anders / als das abgefonderte moleckichte theil von dem ganzen geblüet des menschen / welches so es zu den Nieren gezogen / vnd allda sich durchlesset / nachmass durch die wassergeng zur blasen kömmet / wirdt es als denn harm oder wasser genandt. Dieweil aber solches ein vberflus ist / sol man das wasser / so offte es die natur erfordert / hinweg lassen / vnd keines wegcs verhalten / Ja wo auch die natur in ihrem ampte nachlessig were / vnd dasselbe hinweg zu lassen nicht anreizung geben würde / sol man sich darzu nötigen / damit der harm aus der blase gebracht werde / denn wo solches vber die gewöhnliche zeit nicht abgeschlagen wird / so erfolgen mancherley schmerzen / vnd wird darvon die wassersucht / der mieren vnnd blasenstein verursacht.

Was der harm oder das wasser sey.

Den harm sol man nicht verhalten.

Vnd nach dem am besehen des wassers (das man wisse / welches gut oder böse sey) nicht wenig gelegen / vnd keins wegcs zuuerwerffen / als wollen wir auch davon etwas melden.

Erstlichen / so man eines wassers rechte eigenschafft (ob es gut oder böse) wissen vnd verstehen wil / so muß man vier ding in guter acht haben. Als zum ersten / das man das wasser zu rechter zeit fahet / nemlich / wenn die dawung vnd kochung des magens vollbracht worden / welches geschieht des morgens / ungefehr vmb 3. vhr.

Des harms rechte eigenschafft wurde aus vier stücken erkandt. Zu welcher zeit der harm zulassen.

Zum andern / das man auch nicht ein teil des wassers / sondern vollkömlich den ganzen schoß auffahet vnd iudiciret.

Harm sol vollkömlich gelassen werde.

Hartn sol nie
lang stehen /
noch zu bezeit
iudicirt wer-
den.

Zum dritten / das man solches nicht ein sechs stun-
den oder lenger stehen lasse / ehe man es besichtige.

Zum vierden / das man auch dasselbe / so balde es
gelassen / nicht iudicire / sondern wenn es sich zuorn wol
in dem vrinatglas oder Matula gefast habe / vnd das
man es darneben nicht viel bewege / oder die felt vnnnd
winde darein fallen lasse / Darumb so bald das wasser
gelassen / sol man das Vrinatglas fein zustopffen / vnd
das wasser an einen warmen ort stellen / da es nicht viel
möge bewegt werden.

Beschreibüß
etnes guten
gesunden
harns.

Wil man nun wissen / ob das gelassene wasser gut
sey / so ist diß fürs erste zumercken / das solches nicht zu
dünn oder zu dicke sey an der substanz.

Zum andern sol auch in der quantitet das wasser
dem jenigen antworten / was vnd wieviel man getrun-
cken / vnd also dessen in der proportion nicht mehr oder
weniger sein.

Zum dritten / sol sich solch wasser am Vrinatglas
oder kammertöpflein nicht anhängen.

Zum vierden / sol das wasser an der farb goldgelb
oder saffrangelb sein / doch nach der person alter vnd ge-
schlecht / sintemal der alten ihr wasser anders ist / denn
der kinder / deßgleichen auch der weiber vnd jungfrauen
wasser anders ist / dann der Manspersonen. Gleicher
gestalt haben die wasser im Lenzen viel andere farben als
im Sommer / vnd im Sommer anders dann im Herbst /
im Herbst anders denn im Winter.

Zum fünfften / sol das jenige / so sich vnden im
harmglase gefest (welches die gelehrten Sedimentum
nennen) zimlich weiß / gleich beysammen / vnd leicht
sein / doch vnzertheilet. Kürzlich zureden / so sol ein ge-
sunde

sunde wasser ein fein klein weiß subtil wöcklein haben/
so fein beyfammen / vnd nicht hoch vbersich steigt / dan
wo an stat der wolcken / haar / bleslein oder sonst andere
vnreinigkeit vnden am glase gespüret wirdt / so ist das
wasser nicht gut.

Wo nun das wasser weiß / wie ander schlecht was- Weiße vbel-
geferte was-
ser / was sie
bedeuten.
ser / oder als kofent erscheinen würde / gibt es anzeigung /
das viel vngedawter feuchtigkeiten (so man Cruditates
nennet) vorhanden / vnd das auch die dawende krafte
schwach sey.

Ist aber das wasser sehr roth / bedeutet es vnnatür- Roter harm.
liche hitz. Wo es aber schwarz / zeigt es an eine auß- Schwarzer
harm.
leschung der natürlichen werme / vnd solch wasser ist ge-
meiniglich tödtlichen / wie denn auch die grünen wasser /
Es were dann / das jemandt mit dem quartan fieber be-
laden / vnd solche wasser im ende des fiebers erscheinen /
oder aber in andern Melancholischen vnd milchsüchti-
gen franckheiten / bedeuten sie offft gesundheit / Also auch
im lenden vnd Nierenstein pfflegen solche wasser biswei-
len gesundheit anzuzeigen.

Wo auch oben auff dem wasser viel ganzer bles- Bleslein im
wasser / was
sie bedeuten.
lein geringst herum vermarckt werden / bedeuten solche
wehtagen des heupts / vnd je mehr dieselben bleslein rö-
thlich erscheinen / je grössern wehtagen des heupts sie ver-
melden / Da aber solche gar weiß / bedeuten sie geringern
wehtagen.

Der gesunden wasser ist gemeiniglich klar / vnd
bleibt also / wie es gelassen worden / in welchem auch ei-
ne geringe wolcken / aller ding wie im rosenwasser / wenn
sich dasselbe gefese. Vnterweilens wird das wasser klar Harm so an-
zeigt / das die
dawung mit
verbracht.
gelassen / vnd setz sich nachmals zimlichen / solchs be-
deut /

Dicke und
trübe wasser
was sie an-
zeigen.

Wie der
trunckenen
harn gestalt.

Sandt im
harn was er
anzeiget.

Harm dar-
innen fettigkeit
schwimmet/
was es be-
deute.

deut/ das die dawung nicht vollbracht. Wenn aber das wasser nicht klar/ sondern dicke gelassen wirdt/ vnd bleibt also/ bedeut es/ das der mensch vngesundt vñ krank/ Bisweilen wird das wasser plößlichen trübe / sonderlich bey gefunden personen / solches ist ein anzeigung / das die person hefftige arbeit gethan / oder zimliche bewegung vnd übung gehabt/ Bey franken aber werden ders gleichen wasser / wenn die krankheit nachleß / offft gesehen. Wenn man gesecht / vnd mit einem trunck sich beladen hat / so pfliegen die wasser erstlichen gar klar zu sein/ nachmals aber sehen sie sich.

Wann im wasser kleiner weisser oder roter sandt/ bisweilen aber grob oder stückweise vnden im harmglase gespüret wirdt/ so bedeut solches / das die person entweder mit dem lenden oder blasenstein wird beladen werde.

Würde sich auch zutragen/ das oben auff dem wasser viel fett/ wie auff einer suppen/ schwimmen / vnd wie ein kanker geweb sich darüber zihen / vnd ein zeitlang also vermarckt würde/ bedeut es / das der leib ganz vnd gar in ein abnemen vnd schwind fieber gerahen / Wo aber solches mit dem wasser sich nicht offft vnd teglichen zutrüge/ sondern plößlich vnd heuffig sich erzeigete / bedeut es krankheit der Nieren / oder aber das von den Nieren das fett schmelze/ vnd solche endlichen auch angegriffen werden möchten.

Das XX. Capittel.

Vom schwitzen.

Schweißes
nutzbarkeit/
vnd was er
sey.

Derweil auch des schweißes nutzbarkeit groß ist/ sintemal er die bösen oberflüssigen feuchtigkeiten/ so

ten / so im leibe stecken / durch die dampfflöchlein der haut außzeucht vnd verzehret / auch kalte vnd wesserige feuchtigkeiten verlochert vnd verdawet / vnd wie Gale- nus saget / so ist der schweis eine leuterung der überflüs- sigen feuchtigkeiten / so in dem blute stecken. So ist auch der schweis in der Pestilenz zufördern (dieweil zu der zeit die giftige feuchtigkeit den leib inwendig eingenom- men) zum höchsten nötig / dann je mehr der schweis in solchen fiebern gehet / je mehr die gesundheit zuverhoffen ist: als wollen wir anzeigen/durch was mittel vnd wege der schweis mag getrieben vnd befördert werden.

Schweis in Pestilenz ste- bern nützlich- chen.

Erstlichen/ geschicht solches mit erfewerten steinen/ wenn man solche mit wein beegust/vnd wickelt sie nach- mals in ein tuch / vnd leget sie zu den inscirten. Zum andern geschicht es mit dem erhigten Meersand/ in wel- chem die Körper / so voller böser vnartiger vnd kalter feuchtigkeiten stecken/ gelegt/ vnd darmit bedeckt werde. Zum dritten / wirdt auch der schweis erfordert von der hitzigen Sonnen/ wie dann den wassersüchtigen solcher schweis nicht vndienstlichen. Zum vierden / wirdt der schweis prouocirt vnd gefördert durch warme tücher / auch hefftige bewegung vnd übung des leibes / Dann diß der werme art / das sie erweitert / eröffnet / heraus fördert / an sich zeucht / zertheilet / das also der schweis erfolgen muß. Zum fünfften / kan auch der schweis durch drockene vnd feuchte behung gar wol gefördert werden. Durch drockene behung / als das man secklein mit herschen / so heis gemacht / erfüllet / oder kleien mit salt in einem tiegel röstet/ in secklein thut / vnd zum lei- be gebrauchet / Item warm brodt/ wie es aus dem ofen kompt/ zwischen die arm vñ heine leget/ oder ziegelsteine/

Durch wasser- ley mittel der schweis mag gefördert werden.

Drockene behung.

Feuchte behung.

fupffer/ eyſen erkewere/ vnd dann tücher darüber ſchlegt.
 Feuchte behung aber geſchicht / wenn man eine blaſe
 oder pflaſchen von zihñ / blech / oder von irdenen gefeß
 mit heiſſem waffer erfüllet / ſolche feſt verbindet / vnd
 an den leib leget. Hieher gehöret auch / den ſchweis
 durch baden zuerwecken / Weil dann ſolches auff man-
 cherley weiſe geſchicht/ wird ſolches an ſeinen ort geſtel-
 let. Endlichen wird der ſchweis erwecket mit einne-
 mung etlicher dinge/ als Theriak vnd Methridat/ dar-
 von nachmals auch meldung geſchehen wirdt.

Dieſe arten/ den ſchweis zubefördern (wo ſie nützlich
 ſeyn vor der ſpeiſe / im beſchluß vnd endung der krank-
 heiten/ vnd wenn der leib zuvor von andern wußt gerei-
 niget vnd außgefürt worden/ gebraucht vnd vorgenom-
 men/ auch mit maſſen angeſtelt werden/ damit die kreff-
 te dardurch nicht zerſtrewet / vnd der francke in gefahr
 ſeines lebens gefüret wirdt) haben ſolche vberaus groſſe
 krafft/ vnd nemen viel krankheiten hinweg.

Natürlicher
 ſchweis von
 meſſiger ü-
 bung der ge-
 ſündteſte.

Es iſt aber diß der beſte ſchweis / der von meſſigem
 reiten / jagen / vnd von bewegung oder übung deß gan-
 zen leibes entſtehet/ Vnd ſo ein ſchweis nach der übung
 oder reibung erfolget / ſol man denſelben mit warmen
 tüchern abtreugen/ vnd kalte örter meiden/ den leib mit
 » kleidern warm halten / Denn ſich aus der werme vnd
 » außgetretenen ſchweis in gelinge kette zubegeben / iſt
 » ſehr gefährlichen.

Guter
 ſchweis.

Es iſt auch diß allhier mit anzumelden / das man
 aus dem ſchweis könne prædiciren vnd zuvor ſagen/
 nemlich/ das dieſer ſchweis / ſo warm vom heupt anhe-
 bet/ vnd fleußt vber den ganzen leib / für gut vnd nützlich
 ſeyn zuachten / vnd geſchicht in ſcharffen gefährlichen
 krank-

franchheiten/ gleich auff die tage/welche gute anzeigung der gesundheit geben / vnd von den ärzten dies Decretorij genandt werden / dauon zu ende des 26. Capittels weiter meldung geschicht.

Dargegen aber / wo sich kalter schweis allein vmb den kopff / angesicht oder genücker erzeiget / so ist er sehr böse / vnd verkündiget den tod. In andern franchheiten aber / so nicht so scharff vnd gefehrlichen / sich gleichwol ein solcher schweis / wie jetzt gemelbt / vermercken lest / bedeutet er langwehrende franchheit.

Böser
schweis.

Das XXI. Capittel.

Vom baden.

Nach dem das baden nicht vnbillich vnter die aufsehrung vnd reinigung begriffen wirdt / dieweil es / wie Galenus bekent / durch die haut den ganzen leib leichter mache / als wil vns nicht gebüren / das wir solches an diesem ort mit stillschweigen solten vbergehen.

Es seind aber bey vns in Deutschlanden zweyerley art vnd geschlecht der bade / nemlich / natürliche / vnd zubereitte bade.

Zweyerley
art der bade
in Deutsch-
landen.

Die natürlichen vnd heilsamen warmen bade kommen vnd entspringen aus hohen bergen. Weil aber derselben bey vns nicht anzutreffen / so wollen wir von solchen zu reden nichts fürnehmen / sondern wer deren vrsprung / wirkung / krafft / natur vnd eigenschafft / auch wie sie gebraucht werden sollen / wissen wil / denselben wollen wir zu einem verstendigen arzt / oder denen

Heilsame vnd
natürliche
bade.

büchlein / so von solchen heilsamen warmen bädern außgangen / weisen. Wie aber vnser gemeine bade in Deuschlandt zugerichtet werden / dauon sol kürzlich meldung geschehen.

Zum ersten / achtet Ranzouius dafür / das die warmen bade von süßem wasser (wie man solche bey vns in Meissen vnd Düringen auch gebrauchet) seinen kindern vnd den mitternächtsichen menschen / welche stets mit flüssen vnd engigkeit der brust geplaget werden / wenig nütlichen sein / vnd zu solcher beschwerung helfen. Wie dann auch die warme salbung / so vor alters gebreuchlich gewesen / thun soll. Lobet dargegen die kaltelechte wasserbade / welche vnser vorfahren im gebrauch gehabt / vnd wil (nach rath etlicher ärzte) das man nicht ein glied nach dem andern darein setzen sol / sondern den ganzen leib / wofern derselbe mit einer bewegung oder übung nicht ist erhitzt worden / vnd saget / das solche art zu baden viel gesünder sein sol / denn die warmen zugerichte wasserbade / dieweil solche den ganzen leib stercken / wol krefftigen vnd zusammen ziehen / also / das solche kalte bade / die gesundheit zuerhalten / vnd allerley außwendige beschwerung dardurch züuerhüten / dermassen nütlichen sein sollen / das es mit worten nicht wol außzusprechen / Vnd ob gleich alte personen solche kalte wasserbade gebrauchten / wenn sie nur gesunde / vnd gute farbe haben / sollen ihnen doch dieselben nicht schaden / Vnd saget / das sein vater die tage seins lebens kein gemein zubereit warm bad gebrauchet / noch das heupe mit warmer saugen oder wasser habe waschen lassen / vnd sey gleichwol bey guter vernunfft vnd vnuerruckter sinne geblieben / habe auch sein alter biß auff das 73. jahr gebracht /

Beÿ mitternächtsichen personen das kalte baden gebreuchlich.

brachte / Denn er dafür geachtet / das von dem warmen bade vnd zwagen des heupts viel böser feuchtigkeiten entstünden / das dann auch gleicher gestalt Heinrich von Ranzau dem jüngern begegnet sey. Vnd weil es an deme / das Galenus solche kalte bade (wenn sie zu rechter zeit angestellt werden) keines weges verwirfft / so wil ich anzeigen / wie Galenus verstehet / das solche nützlich sein.

Wem kaltes baden nützlich sein.

Erstlichen / verstehet er dadurch diejenigen personen / welche im kalten wasser zubaden gewohnet sind.

Zum andern / die sich wol in essen vnd trincken halten.

Zum dritten / die bey guten krefftien / gesundem leibe vnd fleischig sein / Dann hageren leuten kalte bade zum höchsten schädlichen.

Zum vierden / die im Sommer vnd heissen Sonnenschein gewandert / vnd sich mit staub vnd vnstat verunreiniget haben / denen ist das kalte wasserbad / entweder in einer wannen oder fließwasser / zugebrauchen nicht vngesunde. Vnd nach dem allermeist die jungen leute vnd handwergs personen solche bade im Sommer / als in den hundstagen / gebrauchen / sonst aber nicht gebrauchlichen / so wollen wir ferner dauon zu reden nachlassen / vnd von vnsern gemeinen warmen zugerichten süßen wasserbaden auch etwas nützlich handeln. Vnd ist an dem / das auch diese vnser gemeine art zu baden gar anders ist / als vorzeiten der Griechen vnd alten zu baden gewonheit gewesen / dann dieselben ihre besondere vnterschiedliche gemach in den badstuben gehabt / da allewege eines heisser vnd anders zugericht gewesen / den das ander. Wir aber gebrauchen jetziger zeit nur allein

Von vnsern warmen süßen wasserbaden.

ein aus vnd anzihe stüblein/ vnd dann die stube / darinn
wir schwitzen vnd baden.

Nutz vnserer
Deutschen
bade.

So haben nun in gemein vnserer warme wasserbade (wofern die nachfolgenden regeln in guter acht gehabe werden) diesen nutz / das sie erhitzen / erwärmen / die dawung stercken / die verstopffung der glieder eröffnen / den leib anfeuchten / den vnflat von der haut abwaschen / den schlaff bringen / die winde zertheilen / vnd den menschen erfrewen.

Baderegeln.

Nun folgen die rechten bade regeln / wie man beydes das kalte vnd warme bad mit nutz anstellen sol:

Erstlichen ist es der gesundheit zutreglichen / das man nicht täglich / sondern Monatlichen zwey mal / oder in zweyen Monaten drey mal bade.

Zum andern / sol man zum bade nicht eilen / wenn man die ehelichen werck zuviel geübet / oder den leib sonst mit harter arbeit vnd übung sehr kraffeloh gemacht hat / desgleichen auch / wenn man zuuorn gewacht / vnd des nachts nicht geschlaffen.

Zum dritten / sol man fleis haben / das man nicht bald auffss essen / oder wenn man sich hat vollgesoffen / bade.

Zum vierden / sol man auch nicht mit verstopfftem leibe / oder das der leib mit vielen bösen feuchtigkeiten beschweret sey / ins bad gehen / sondern den leib zuuor entledigen / vnd einen stulgang haben.

Zum fünfften / sol man im bade weder essen noch trincken / dann die erfahrung bezeuget / das die jenigen / so sich mit trincken im bade vberladen / offte in plötsliche krankheit fallen / vnd hinsterben. Gleiches gestalt sol man auch auffss bad nicht balde essen / sondern eine
ganze /

ganze/ oder zum wenigsten eine halbe stunde fasten/ auch nicht sehr kalt trincken in sich giesen / oder auff das bad ein guten rausch sauffen / vnd sich mit starckem wein erfüllen/ denn die solches thun/ die rüret gemeiniglich der schlag/ oder fallen in die gicht/ zipperle/ hüfftwehe oder wasserucht.

Zum sechsten / sol man auch nicht etliche stunden im bade verharren / dann solches nicht allein den leib sehr erhitzet/ sondern verzehret auch denselben/ vnd macht ihn krafftlos/ Darumb / so bald sich die hende oder finger im bade beginnen zu runzeln / ist es zeit / sich hinaus zu machen.

Zum siebenden/ sollen fette personen/ so gerne mager sein wollen / nüchtern baden / Die hazern aber vnd durren sollen erst nach essens vber 3. oder 4. stunden baden. Die jenigen aber/ so nüchtern nicht wol baden können / sollen zuorn ein weich ey / vnd ein bitten brods oder zwene in wein getaucht essen.

Zum achten/ sollen die jenigen / denen das heupt in oder nach dem bade pflegt wehe zu thun / das heupt als baldt mit geringen lauen / darinnen Camomillen blumen gesotten worden / zwagen lassen.

Zum neunenden / ehe man aus dem bade gehet / sol man das heupt vnd den ganzen leib für der lufft vnd Felte gar wol bewahren.

Zum zehenden vnd letzten / lobet Galenus / das es vberaus nütlichen sey/ sich auffs bad zur ruhe vñ schlaff zu begeben/ dann solches zur verdawung der bösen feuchsigkeiten vberaus bequem sey / Darumb etliche in Düringen vnd Meissen in dem an vnd außzöhe stüblein ein fein zubereit bettlein haben/ vnd so baldt sie aus der badstuben

stuben schreiten / lassen sie sich mit warmen tüchern abtreyen / vnd legen sich dann nider / vnd ruhen.

Kreuter vnd
schweißbade.

Ferner ist auch alhie der kreuter vnd schweißbade nicht zuuergessen / sintemal dieselben den völligen fetten menschen / vnd denen so kalter vnd feuchter Complexion sind / vberaus nütlichen / sonderlich im Winter vñ Frühlung / Man sol aber sechs oder sieben stunden zuuor ein quentlein Nitridat oder Theriac mit zween löffel voll weins / vnd vier löffel voll feldtbethonien wasser / Rosmarien wasser / oder dergleichen wasser / nach gelegenheit der person / so solch bad gebrauchen wil / einnehmen / dann vmb 3. vhr zur Vesper eingehen / vnd die kreuterbrüe auff heisse stein oder schlacken giessen / vnd schwiß / oder sonsten schwißen / vnd das kreuterbad gebrauchen / das verzehret viel böser feuchtigkeiten / Wie aber nach gelegenheit der personen beschwerung vnd krankheiten / solche schweißbade von sonderlichen kreutern anzustellen seind / dessen muß man sich bey einem erfahrenen arzt erkündigen . Sonsten werden auch nütliche bade von kreutern / wieder das bauchgrimmen / lenden vnd blasenstein / vnd sonsten den weibern zu ihrem gebresten zugerichtet / dauon man an diesem ort nichts gewisses noch eigentliches beschreiben kan / sondern muß nach der person / complexion vnd gelegenheit der krankheit angestellt werden.

Endlichen / so man die warme zubereitete schlechte wasserbade ohne kreuter recht gebrauchen wil / wie sie die alten gebraucht haben / so sol man nicht plötzlich aus dem warmen in die kelte / sondern gang gemachsam von einem zum andern gehen / vnd in diesem stück nachahmen den vnterschiedlichen vier theilen des jars / mit iren eigen

eigenschafften / als / wie der Fröling im anfang vnd be-
 schluß feucht vnd warm / im mittel aber temperirt / der
 Sommer warm vnd trocken / der Winter kalt vnd
 feuchte: Also sollen wir auch diß im schlechten warmen
 wasserbade in guter acht haben / das man nicht gehlin-
 gen aus der wärme in kalte lufft schreite / sintemal alle
 plötzliche enderung der natur zum höchsten entgegen/
 aber gleich mit seines gleichen sich am besten verreeget.
 Darumb gar zu heisse vnd kalte lufft / oder derselben
 plötzliche verenderung / ist nicht allein gefehrlichen / son-
 dern schwechet auch den ganzen leib / vnd bringet merk-
 lichen schaden.

Ihr viel sind / die nachfolgende reime in guter acht
 haben:

Die hende man offt waschen sol/
 Dann solches thut den augen wol.
 Selten die füß / das heupt gar nicht
 Man waschen sol / Wenander spricht.

Jedoch beschtiessen die fürnembsten ärzte / vnd sagen/
 daß das füßwaschen nicht vngesundt sey / sonderlichen
 wann solches des morgens nüchtern / oder eine stunde
 vor dem abendessen geschicht. Also hat man auch son-
 stien feine krefftige fußbade von kreutern / so vberaus
 dienstlichen sind / Als wann einer wehtagen des heupts
 hat / so mag er ihm ein fußbad von roten Rosen / Camo-
 millen / Steinklee / Bergmünze / oder Feldbethonien
 vnd Arabischen Starchas / jedes ij. hand voll zurichten/
 vnd solches mit xl. lößeln fließwasser biß auff die helfft-
 te einsieden / dann die füße darein setzen / vnd solche vom
 knie an / biß auff die füße mit den kreutern wol reiben vñ
 waschen lassen / wie denn auch beyde arm / Solches fuß-

Fußbad für
 wehtage des
 heupts.

bad ist zu allen heupt beschwerungen sehr nütlichen / wann auch gleich das kopffwehe von hise entstanden were / denn solches der werm eigene art ist / vom heupt vnter sich zu ziehen / darumb auch das bad / darcin man die füsse setzen wil / zimlichen warm sein sol / vt maior fiat attractio.

So aber einer nicht schlaffen könnte / mag er ihm nachfolgendes fußbad zurichten lassen.

Fußbad zum
schlaff.

Nemet Weydenbletter / Weinlaub / Salat / jedes f. hand voll / x. weiße Rohnheupter / Camomillen / Dille / Seeblumen / Blayviol blumen / jedes ij. hand voll : Diese alle sol man mit gnugsamen fließwasser zum fußbade kochen / bis die helffte eingesotten / nachmals vor der abendmahlzeit die füsse darcin setzen / vnd solche vom knie an mit den hrentern wol reiben vnd waschen lassen / wie dann auch die ellenbogen.

Kopffwas-
chung.

Die zwagung des heuptes belangende / wenn solche alle vierteil jahr ein mal geschicht / ist solche nicht schedlichen / Darvon nachmals weiter gemeldet werden sol.

Zum beschluß sollen auch hierbey diese nachfolgende reime behalten werden :

Viel bad / wein / lieb verderbt den Leib /

Dargegen bad / wein / ein Ehwieb /

Dienen zur gesundheit eben /

So sie messig gebrauchet werden.

Das XXII. Capittel.

Vom heylligen oder ehelichen wercken.

Zu rech-

Zurechter zeit vnd messiglichen die eheliche wercke
gebraucht / bringen dieselbe grossen nutz / vnd sind
zu erhaltung guter gesundheit ganz erspriesslichen /
dann die schweisslöcher darvon eröffnet vnd erweitert
werden / das gemüt vnd die vernunft erfrewet / vnd der
zorn gehindert wird. Es ist auch das beyligen den traw-
rigen / Melancholischen vnd schwermütigen / auch denen
so gerne allein sind / vnd nicht mit vielen leuten zuthun
haben wollen / ganz dienstlichen.

Messige
übung der eh-
lichen werck
nützlich.

Dargegen aber oberflüssiger vñ vnzeitiger gebrauch
der ehelichen wercke / gibe vrsach zu vielem bösen / dann
es zertheilet vnd schwachet die leiblichen geister / machet
den leib vnd das gemüt krafftlos / leset aus die einge-
pflanzte natürliche werm / thut dem gehirn / nieren vnd
der blasen schaden / machet zeitlichen alt / zertheilet die
krefte des herzens / vnd bringet den todt. Vnd sol an
diesem ort die gemeine regel Hippocratis nicht vergessen
werden / die also lautet / das man im arbeiten / essen vnd
trincken / schlaffen vnd wachen / auch in ehelichen wer-
cken allwege maß halten sol. Etliche sind dieser mei-
nung / das es besser sey / diese dinge / so da schädlichen /
zuuermindern / dann die so da nützen vñnd heiffen / zu
mehrern vnd heuffen. Aber meines crachtens ist es zur
gesundheit am aller besten vnd bequemsten / das man
sich mit essen nicht oberlade / noch zur arbeit verdroffen
sey / vnd den natürlichen samen behalte vnd bewahre.

Oberflüssiger
gebrauch der
eheliche werck
schädlichen.

Hippocratis
regel wol zu
behalten.

Die jenigen aber / so feuchter vnd warmer natur /
denen sind die ehelichen werck zu üben vberaus nützlich
chen / wie dann auch denen / so viel pituitæ haben / So
ist auch solche übung im Winter vnd Fröling am aller

Welchen per-
sonen die ehe-
lichen werck
zu üben nützlich.

bequemsten / Im Sommer aber vnd Herbst sol man dieselbe einstellen.

Zeit vñ stund
den eheliche
werck zu
ben.

Die zeit vnd stunden aber beyzuligen / sind am bequemsten / wenn der leib nicht zu voll noch zu leer ist / Das ist / gegen morgen / wenn die speise abgedawet ist.

Die alten verlebten leut sollen sich dieses wercks durchaus entschlahen / dann das jnen solches zum höchsten schedlichen / das ist so kündig / das es ferner beweisens nicht bedarff. Wie denn auch die jenigen / so weder safft noch krafft haben / vnd magers leibes sind / sich dessen auch enthalten sollen.

Das XXIII. Capittel.

Von hunger vnd abstinenz.

Nur den geschlechten der entlehrung des Körpers / ist der hunger das ergste vnd harteste / darumb wenn man von hunger redet / wirdt nicht verstanden / das man etliche tage aneinander fasten vnd nicht essen sol / dann dardurch wolte die natur sehr geschwechet / vnd viel böser feuchtigkeiten generirt werden / Sondern diß wird dardurch verstanden / das man vnterweilens einen tag aussitzen vnd fasten / oder bißweilen die mittags mahlzeit / bißweilen die abend mahlzeit vnterlassen sol / Dann durch solche abstinenz vnd schmehlerung der speise wirdt der leib gewehnet / im kriege / auffreisen vnd jagten / wenn es die notturfft erfordert / auch arbeit ohne essen zu vollbringen.

Abstinenz
nutz.

Es dienet auch die abstinenz oder aufhängung zur gesundheit / denen so bey guten krefften / vnd gleichwol

wol erfüllet sind mit bösen vngedawten feuchtigkeiten/
welche durch die auffhängerung verzehret werden / da-
mit der leib wiederumb desto bequemer kan genehret vnd
lustig gemacht werden. Doch so fern / das dieselben
nicht zorniger natur / oder zu gelben Cholerischen feuch-
tigkeiten geneigt / Denn wenn man sich vberfüllet oder
vberladen / so ist kein besser mittel/demselben zu helffen/
denn das man sich zu langer ruhe / schlaff / abstinenz
oder fasten begeben. Da nun jemand von vberfüllung vñ
vberheuffung in eine franckheit gerhiet / so kan derselbe
besser nicht zurecht bracht werden/denn durch entziehung
der speise/ oder das er wenig esse.

Derwegen kan ich nicht vnterlassen / auch diß all-
hier zuerwehnen/ so Galenus vom keyser Anthonio ge-
dencket / das derselbe die cruditates vñd vngedawte
feuchtigkeiten des magens durch kein ander mittel hat
pflegen hinweg zubringen / dann durch die abstinenz/
das er einen tag darauff gefastet / vnd einen becher mit
wein getruncken/in welchen er etwas von pfeffer gethan.
Vnd ist eigentlich vñ gewiß also/ das viel grosse franck-
heiten durch die ruhe vnd das fasten können curiret vnd
hinweg bracht werden/ vnd das ichs in einer summa be-
greiffe / so ist zu rechter zeit angesteltes fasten denen per-
sonen/ so es gebüret/ vberaus nütlichen/ Aber den Cho-
lerischen / vnd die wenig blut / vnd kleine adern haben/
denen ist das fasten (wie auch zuuorn gemeldet) sehr
schedlichen.

Keyfers An-
thonis argney
wieder die
cruditates.

Das XXIII. Capittel.

Von der enthaltunge oder verhaltunge allerley vberflusses.

Nach dem wir bis daher von allerley arten der ent-
lehrung des leibes bericht gethan / so erfordert die
ordnung / das wir nun auch etwas von der ent-
haltung reden / Dieweil aber von der auflehrung weit-
leufftig geredt worden / vnd leichtlich die enthaltung
aus der entlehrung zuersehen vnd abzunehmen / so wol-
len wir desto weniger von diesem stück handeln.

Vnd nach dem / wie zuuorn auch angezeigt / der
verhaltene vberfluß den leib vberaus beschweret / vnd
schaden zufüget / auch endlichen franckheit verursachet /
als sol man nicht alleine solchen wußt vnd vberfluß bey
zeit hinweg bringen / sondern auch die ohren / nase vnd
den gaum reinigen. Wollen nun zu andern stücken auch
schreiten.

Das XXV. Capittel.

Von anliegung vnd bewegung der sin- ne vnd des gemüts.

Nach dem wir zur gnüge verrichtet haben / durch
was mittel vnd wege des leibes gesundheit kan
beschützt vnd vollbracht werden / als wollen wir
nun weiter fortfahren / vnd reden / wie man des gemüts
vnd der seelen bewegung mit gutem raht begegnen sol /
dann gemeiniglich solche bewegung des gemüts auff des
Cörpers beschwerung zu folgen pflegt / wie solches an
denen so sich vollgesoffen / zu sehen ist / dauon Horatius
also sagt:

Ein

Ein mensch so sich vberladen/
 Folgends tags versteht den schaden/
 So er alsdann hat angericht/
 Wie jederman ihn das bericht/
 Darvon die seele wirdt beschwert/
 So die Göttliche Mayestet
 Als seinem bilde hat verehrt/
 Das ganz gemüt wirdt gar verkehrt.

Also vnd dargegen werden die aller hefftigsten franckheiten dem leibe von der bewegung des gemüts zugebracht / sintemal vnter diesen beyden eine grosse verwandtschafft / das eins von dem andern leidet vnd bewegt wirdt / wie wir denn sehen vnd erfaren in der hefftigen bewegung der liebe vnd trawrigkeit / dauon der leib offtmals in tödliche franckheit gereht. Weil dann des leibes vnd der seelen bewegung vnd leiden einander also verwandt / vnd gleich mit dem bande der natur zusammen geknüpfft vnd verbunden / das / wo dieselben bewegungen in rechtschaffener maß geschehen / die gesundheit erhalten vnd befördert wirdt / Dargegen aber / wo sie den menschen plötzlich vberfallen / vnrühig gemacht vnd zusehr bewegt werden / pflegen sie zu vielen hefftigen franckheiten grosse vrsach zu geben / Darumb jederman gewarnet sein sol / beydes die hefftige bewegung des gemüts vnd auch des leibes / vnd was sonst dieselbe zuuerlegen vrsach geben kan / so viel möglich / zu meiden / vnd das in keinem die maß vberschritten werde.

Es sagt Hippocrates, das trawrigkeit / so sie ein zeitlang währet / Melancholey vnd schwermüthigkeit verursachet. So sagt auch Salomon: Ein trawriger geist verkehret das gebeine / Aber ein fröhlich hertz ist des menschen

Don trawrigkeit.

schen leben. Vnd Syrach sagt im 19. Cap. das trawrigkeit viel leut tödte / Daher auch das wort trawrigkeit in Lateinischer sprach moror genandt wirdt / darumb / das / wo solche bey einem menschen einwurzelt / denselben ganz vnd gar verzehret / vnd von allen krefftien bringet / Ja es ist kein ding / das den menschen vngestalt / bald alt vnd graw machet / als trawrigkeit vnd bekämernis / Dann in trawrigkeit werden die geister inwendig allgemachsam zum herzen gezogen / daruon erstlich das herz erhit / vnd dann ein verzehrend sieber oder die darre verursacht / welche den Körper verzehren. So lesen wir auch in heiliger Schrifft von dem Priester Eli / welcher / als er vernimpt / das seine zwene söhne vmbkommen seind im kriege / aus grosser trawrigkeit vnd erschrecknis vom stul felt / vnd den hals stürzt. Darumb man alle trawrige vnd schwermütige personen nach höchstem vermögen daruon abhalten / mit ehrlicher wolust erfrewen / vnd ihnen gute hoffnung / trost vnd dergleichen einsprechen sol.

Von der
furcht.

Also vnd gleicher gestalt pflegen von plögllicher / grosser vnd hefftiger furcht oftmals vnerhörte ohnmachten vnd der jehende todt zuerfolgen / Dann weil die begierde des herzens vermerckt / das ihr etwas engegegen vnd schedlichen / so fleucht das gemüt solches / vnd hat dafür einen abschew / ja alle lebendige geister / so im leibe außgetheilet / wenn sie solches vermercken / weichen sie sampt der natürlichen hitz zurücke / vnd begeben sich zum herzen / dasselbe zureiten / Daher dann kompt / das der leib außwendig erkelt / vnd zittert / auch alle krefftie zu nichte werden / vnd der mensch sich entferbet / sintemal auch die geister sich vntereinander vmb das herz verdempffen /

dempffen/ vnd in ihrer resolution erkelten/ vnd wo nicht
rahts gelebt wird/ das hertz ersticken muß.

Der zorn thut gleicher gestalt dem menschen vber Von zorn.
aus grossen schaden an der gesundheit/ ja er ist gleich der
anfang zur vn Sinnigkeit / denn der mensch im zorn offts
mals seiner sinne beraubet wirdt / also / das er seiner
selbst nicht mechtig. Vnd ist der zorn denen menschen
vberaus schedlichen / so leichtes vnd flüssiges geblüt ha-
ben/ als die zum zipperle/ gicht vnd schlagß geneigt sind/
die können vom zorn leichtlich in solche krankheiten ge-
rahten. Vnd geschicht der zorn / wann die begierde des
hertzens sich ermahnen / vnd vnter stehen an einem an-
dern sich zurechnen/ vnd wenn das geblüt vmb das hertz
beginnet zuerwallen / so werden die geister des lebens
samt der hize in die aufwendigen glieder mit gewalt ge-
trieben / vnd also eine hefftige bewegung von inwendig
verursachet / vnd im menschen außgetheilet / dauon er
plötzlich das gemüt endert vnd verstellet/ also/ das die
augen gleich brennen / der mund zittert/ die zunge bebet/
die zeene auffeinander knirren / das angesicht baldt rot/
baldt bleich wirdt / vnd wunderbarlichen sich erzeiget/
Dann im zorn wirdt die natürliche werme in die eusersten
glieder außgegossen / dauon der ganze leib in flammirt
vnd erkündet wirdt / vnd ist also der zorn keinem men-
schen nütlichen/ dann den kalten Cörpern/ so viel rohes
vnd geföders haben.

Wir lesen auch / das grosse hefftige freude / so vn Von grosser
freude.
uersehens vnd plötzlich geschehen / den menschen ge-
tödt hat/ sonderlichen solche leute/ so sonst von natur
kleinmütig / aus vrsach / das die lebendigen geister von
wegen grosser vnd hefftiger freude sich vom hertzen zu
den

den in vnd außwendigen gliedern des leibes begeben / mit eigener resolution vnd verzehrung / sonderlich in denen / so kaltes hertzens sein / als weiber vnd alte personen. Diweil dann die bewegung des gemüts vnd der seelen grosse krafft vnd wirkung haben / wenn sie den menschen plötzlich vberfallen / sintemal solche aus dem hertzen entspringen / ja desselben eigentliche affectiones vnd bewegungen sind / so von außwendig darzu verursacht werden / vnd entweder grosse franckheit / oder den sechsten tod verursachen / Als wil allen menschen zum höchsten von nöten sein / das sie die hefftige bewegung des gemüts / als da ist / vbermessige schwermütigkeit / trawrigkeit / hefftige freude / hastige furcht / hoffnung / verzweiflung / oder stark vertrauen auff menschen / sonst immer mütlichen / durchaus fliehen vnd meiden / vnd dargegen alleine ehrliche vnd zimliche freude vnd wollust suchen / hoffnung vnd friede haben / denn solches alles gute vnd nütliche bewegungen sind / dauon die geister des lebens vnd hertzens sehr gestreckt / der gange leib mit einer sanfften vnd lieblichen aufsteilung / zimlichen erhitzt / erquicket / vnd wol geferberet wirdt / auch eine gute gestalt bekompt. Fürnemlich aber sollen adeliche vnd dapffere mannliche personen das glück / es sey gleich gut oder böse / wie es der glücksfall gibt / mit gedult leiden vnd ertragen / vnd wo es allerdings nicht nach ihrem wunsch hinaus gehen wolte / sollen sie sich doch wiederumb des glücks getrösten / vnd gerüst sein / solches alles mit sonderlichem fleiß vnd geschicklichkeit zuüberwinden. Vnd also viel hat man auff dñmal von der bewegung des gemüts vnd desselben zufelle anzeigen wollen / Weil aber dieselben schwerlich mit vnserer vernunft können gemessen

Gute / messige vnd nütliche bewegung des gemüts.

gemessiget vnd regulire werden / als sollen alle menschen hierzu Gott den heiligen Geist vmb seine hülff vnd gnade fleissig anrufen vnd bitten / damit er ihnen solche zehmen / messigen vnd vberwinden helffe.

Das XXVI. Capittel.

Vom Regiment vnd Diæta / so teglichen in guter acht zu haben.

Bisher haben wir in einer richtigen ordnung angezeigt / vnd gehandelt von dem rechten vnd gründlichen gebrauch der sechs vnuermeidlichen dingen / so die ärzte Res non naturales nennen / als da ist / lufft / speis vnd tranck / schlaffen vnd wachen / etc. welche / wo sie nicht wie sich gebüret / in acht genommen werden / vnser Körper endern / den natürlichen zustande des leibes schwächen / vnd in krankheit füren. Demnach wollen wir nun etliche regeln (wie man sich täglich / wöchenlich / monatlichen / vnd durchs ganze jahr / in essen vnd trintken / sampt andern stücken zur gesundheit nötig / verhalten soll) anzeigen / vnd wollen also mit einem Regiment, so täglich zugebrauchen / den anfang machen.

Erstlichen / so balde man auffgestanden / sol man alle glieder sanfftiglich außdehnen / dann daruon das Außdehnung des leibes. gehirn erleichtert / der leib gestreckt / vnd die lebendigen geister zu den außwendigen gliedern gezogen werden.

Zum andern / sol man die brust / den rücken vnd bauch / die arm / bein vnd hende / die schultern / vnd fort Reibung des ganze leibes. an den ganzen leib / entweder mit flachen vnd offenen henden /

henden/ oder mit warmen leinen tũchern fein gelinde las-
sen reiben/ biß so lang die haut zimlichen roth wird/ denn
solches die schweislöcher eröffnet/ die bösen feuchtigkei-
ten dünne machet/ die natürliche hitz erwecket/ vnd also
die materien durch den vn sichtbarn dunst wegreibet/
vnd für vielen franckheiten præseruiret vnd erhelt.

Strelung
des heupts
mit den hæn-
den.

Den leib mit
kleidung wol
zubewaren.

Zum dritten/ sol man das heupt vom fördertheil
an/ biß zum hindertheil/ mit den negeln der hende sanfft
tiglichen strelen/ vnd nach dem man sich also erleuchtert
oder erlediget hat/ sol man mit höchstem fleis das heupt/
den nacken vnd die beine vor der kalten morgen lustt wol
bewahren/ dann kein zweiffel/ das des morgens vnd
abends in der demmerung die kette etwas hefftiger/ auch
mehr schädlicher/ dann vmb mittage.

Dienstliche
winterklei-
dung.

Derhalben sol man sich zum vierden mit wolge-
pustten reinen kleidern wol an thun/ vnd dieselben im
Sommer mit den wolriechenden wassern/ dauon dro-
ben gedacht worden/ besprengen/ Im Winter aber sol
man solche bey einer feuerblatten oder Kamihn/ in wel-
chem von gutem durren eichenen holze ein gelinde feuer
auffgemacht worden/ erwermen/ vnd von den feuchtig-
keiten drucknen/ nachmals mit wolriechenden salben
bestreichen/ denn sonst vnser leibe etlicher massen von
den kleidern können verlegt werden/ wo man derselben
nicht wol warnimpt/ Den gleich wie von dem gebrauch
der speiß vnd tranck die kreffte vnd das leben der men-
schen erhalten werden/ also erhalten auch die guten klei-
der die natürliche werme des leibes/ vnd bewahren den-
selben vor kette/ also/ das man nicht vnbillichen die klei-
dung dem essen vnd trincken gleich achtet/ vnd in beiden
grossen fleis vor vn anzuwenden gnugsame ursache hat.
Im

Im Sommer werden fürnemlich die kleider zu tragen gelobet / so von Hirschheuten vnd Rehesellen zugerichtet werden / aus dieser ursach / das der Hirsch lange lebet / vnd allen schlangen vnd gifte von natur feind / vnd denselben wiederstehet / darumb man billich von Hirschheuten kleider machen zu lassen sich befeissigen sol / vnd können auch wol im winter / wenn sie mit tuch gefütteret / getragen werden.

Dienstliche
Sommerliche
bung.

Nach diesem achte ich dafür / das dem leibe auch die kleider nicht vngesundt sein / so von Seiden / Daffe / Karmesin / Seidenadlas oder Schamlot zugerichtet.

Aber von Belken vnd futter zu sagen / sind diese winters zeit (die Septentrionalischen menschen zubewahren) am dienstlichsten / als da ist / Mardern / Wölffen vnd Füchsen futter / fürnemlich aber ist das Fuchssenfutter denen so die gliedsucht / das zipperle / oder zitterende glieder haben / oder vom schlage gerüret worden / auch denen so fett seint / vnd gerne mager werden wollen / am bequemesten.

Gute dienstliche
futter.

Grosse herren aber tragen Mardern vnd Zobeln / die Wolffobelke sind denen nützlichen / so sich vor der Colica fürchten / mit diesem futter sol man den ganzen leib / den hals / die brust / hende vnd fässe wol bewahren. Jedoch in Pestilenz zeiten werden diese kleider mit solchem rauchen futter gefütteret / nicht gelobet / aus denen ursachen / das sich die gifte darein stecken vnd lang erhalten kan.

Seiden gewant vnd rauch gefütterte kleider in Pestilenz zeiten vnd dienstlichen. Kemmung der haar.

Wenn man nun den leib wol bedeckt vnd angezogen / sol man als dann mit einem Helffenbeinern kamm die haar des heuptes sanfftiglichem kemma / von der stirnen an / bis nach dem nacken / vngesährlichen 40. mal /

Die instru-
menta sen-
suum zu rei-
nigen.

Dann alle instrumenta sensuum, als augen / ohren / nasen / mund / zunge / zeene vnd das ganze angesicht mit kaltem wasser abwaschen / vnd ist nicht allein gut / das man die augen außwendig wasche / sondern sich auch mit offnen augen in kalt wasser tauche / vnd was sich an die augbramen gehengt / reinige. Es ist auch ganz diensflichen / vnterweilens die augen mit rosen oder fenichelwasser befeuchten vnd waschen / vnd den nacken mit einem groben tuch reiben / dann diese alle krefftigen den ganzen leib / machen ein frisch gemüt / vnd erhalten das gesichte.

Womit man
den zeenen
dienen sol.

Dun wollen wir auch hiezu thun etliche zaan arzneyen vnd puluer / welche nicht allein die zeene weiß machen / sondern dieselben auch gesunde erhalten. Item etliche augen arzneyen / so das gesicht stercken.

Ein Puluer das die zeene schön weiß behelt.

Nemet von dreyen eyern die weissen schalen / rote Corallen iij. quent. weiße seidene faden in einem neuen topff zu aschen gebrandt iij. quent. Zimmerinde ij. qu. Neglein j. quent. Bertram ij. quent. Diese alle sol man zu einem subtilen puluer stossen / vnd die zeene des morgens vnd abends damit reiben.

Ein ander Zaanpuluer.

Weiß gebrandt Hirschhorn ein halb lot / Granatschalen j. quentlein / gute Zimmerinde j. lot / Neglein / Mastix / jedes ij. scrupel / des besten weinsteins iij. lot / geraspelt

geraspelt Helffenbein / weissen Alobasterstein / jedes s. q. weisse vnd rote Corallen / jeder s. quent. Biolwurzel s. lot / weissen Benzoi ij. scrupel / gebrandten Alaun s. qu. weissen Kieselstein ein halb lot / Perlen ij. scrupel / weissen Agtestein anderthalb quent. weissen Weinstein j. qu. vier eyerschalen rein auß weinessig gewaschen : Diese stück alle ein jedes fein klein gestossen / vnd auff einem reibstein fein vntereinander gerieben / vnd die zeene des morgens damit gerieben.

Ein anders / so in Scribone Largo gefunden wird / vnd Meffelina Augusta gebraucht hat.

Nemet Hirschhorn / in einem neuen topff zu puluer gebrandt iij. lot / des besten Mastix j. lot / Salar montiac oder Salmiac vs. quent. Diese alle zusammen gemische / vnd zu puluer gestossen. Es ist auch hierbey zu mercken / das der Salmiac eine sonderliche krafft habe / die zeene weiß zu machen / wenn man solchen in einen glesern helm distillire / vnd solch wasser mit einem feberlein auff die schwarzen zeen streichet / werden sie wieder schön vnd weiß.

Salmiac
sonderliche
eigenschaft /
schöne weiße
zeene zu ma-
chen

Ein anders.

Nemet schöne weiße Kieselsteine / machet dieselben feurig / vnd leschet sie in gutem weissen wein oder Rossenwasser fünf mal abe / stosset solche dann zu subtilen puluer / vnd nemet dieses puluers v. lot / gestossene Biolwurzel j. lot / mischet solches durcheinander / das ein puluer daraus werde.

Ein

Ein anders für den gemeinen Mann.

Nemet gebrandt Salt vnd Alaun / jedes gleich
viel / mischet es zusammen / vnd machet ein puluer draus.

Eine Zaanlatwerge / so die zeen nicht allein
weis machet / sondern dieselbe auch praeseruiret vor
schmertzen / welche eine Fürstin / grosses na-
mens / offte vnd viel gebrauchet.

Alhier ist nitte
der halbe teil
gesagt / denn
es eine sehr
kostbare Lat-
werge.

Nemet die besten bittern aloes vj. quent. gute Pers
len j. lot / rote vnd weisse Corallen / Paradissholz / roten
Sandel / jedes j. lot / Trachenblüt / ist ein safft eines
baums / der weissen erden porcellina fina genant vj. q.
Alaun in wasser gewaschen / so lang / bis er so klar wird
wie eine Cristall j. lot / Mastix / Ambra / Myrrhen / jeder
ij. quent. schalen von Bachkrebßen j. quent. Diese alle
zu subtilen puluer gestossen / solches dann in ij. lot gut
Rosenhonig gethan / so zuvor wol gescheumet / außge-
nommen den Mastix / Myrrhen vnd Ambra / dann bey
einem geringen feuer sanfftiglich kochen lassen / mit ste-
tigem vmbühren / bis es wird wie ein dick honig / dann
vom feuer gethan / vnd so es beginnet kalt zu werden /
den Mastix / Myrrhen vnd Ambra auch darunter mi-
schen / vnd in ein verglasurt gefeß zu fernern gebrauch
wol veruahren vnd auffheben.

Wo man nun von dieser Latwerge des morgens
etwas auff ein tüchlein thut / vnd reibet die zeene darmit /
so werden sie vberaus schön / vnd darneben sehr gestet-
cket.

Ein ander Puluer.

Nemet rote vnd weisse Corallen/ jeder j. lot/ Bertram/ Muscatenbläet / Mastix/ Bimbs/ Boli armeni, jedes j. lot/ aus diesen allen ein puluer gemachte.

Ein anders.

Nemet rote Corallen / Alaun / jedes ij. quentlein / gebrande hirschhorn / gelben Sandel / Trachenbläet / jedes vier drittheil eins quentl. Perlen j. quentl. Meerschäum ij. quentl. Diese alle zu puluer gestossen / vnd leglich ij. gerstenkörner schwer Diesem / fünff gerstenkörner schwer Kampffer darzu gethan / vnd wer da wil / mag mit einem safft oder rosenhonig küchlein oder zaanstöckerlein daraus machen / die zeen damit zu reiben.

Arznehey so das gesicht stercket.

Nemet gute Perlen / stoffet dieselben klein / mischet dann Rosenwasser darunter / vnd seihet es durch ein tüchlein abe / Dieses wassers sol man etliche tröpflein mit einer feder in die augen fallen lassen / Etliche gebrauchhen an stat der Perlen schönen weissen zucker mit Rosenwasser zugerichtet / aber ich achte darfür / das die Perlen besser vnd kreffziger sein.

Diese folgenden augen arzneyen sind den augen noch bequemer / wenn man dieselben nur wol für staub / rauch vnd scharffer hitzigen oder kalten luffe / vnd starcken winden bewahret / Auch das man die augen nicht verderbe mit stetigem ansehen scharffer vnnnd subtiler
 B dinge/

dinge/ vnd meide darneben vberflüssiges beyligen/erfüllung mit speis vnd tranck / auch nicht baldt auff die mittags oder abend mahlzeit schlaffe / vnd wie zuuorn meldung geschehen / sol man die augen offft in klar wasser tauchen.

Ein gut Augenwasser.

Nemet Eisenkraut wasser / Feldberthonien wasser / Fenchelwasser / jedes ij. guter löffel voll / weissen wein ij. lot oder löffel voll / zubereiteten Balmey / in der Apocreeken thucia genandt j. quentlein / Zucker Candit ij. qu. Aloe Vatic j. quentl. Weiber milch ij. quent. Campffer ein halb drittheil des quentl. Diese alle subtil gepuluert / vnd zusammen 24. stunden in der erbeizung stehen lassen / dann durch seihen / vnd die zugethanen augen von außwendig darmit waschen.

Ein ander wasser / so für aller hand gebrechen der augen vberaus dienstlichen.

Nemet Fenchelkraut / Wermut wasser / Eppich / Raute / Schelwurk kraut vñ wurkel / Augenerost kraut / Salbey / Feldberthonien / Hütten rauch oder Auripigment / Onidy / Bibenel / Cardobenedicten: Diese alle sol man in einem mörsel wol zusammen stossen / vnd mit harm von einem knaben einbeissen / dann nemen rüßgerstenkörner schwer gestoffenen Pfeffer / ij. löffel voll Honig / j. quentlein Campffer / solches alles zusammen stossen / dann durch ein leinen tüchlein seihen / vnd in ein glas oder ander gefeh thun / vñ auffheben / daruon denen so gebrechliche augen haben / morgens vnd abends ein tröpfle

tröpflein darein fallen lassen. Vnd ist hierbey zu behal-
ten / das man solch wasser zu vorn neun tage lang an der
Sonnen stehen lassen sol / vnd dann distilliren / che man
es gebrauchte. Weil auch sehr scharffe vnd hitzige ding /
so da auffessen / darzu kommen / wil solches mit grosser
fürsichtigkeit gebraucht sein / vnd achte darfür / das es
zu den augenfellen am bequemsten sey / Das ich also zur
warnung hab müssen anzeigen.

Des alten Graff Albrechts zu Mansfeld (sel-
ligen) Augenwasser / so zu erklerung des dunckeln
gesichts vberaus nütlichen / vnd von G. S.
stets gebraucht worden.

Nemet anderthalb quent. Bleiweiß / j. quent. Sil-
berglöte / ij. quent. weissen Dietriol oder Salarmoniac /
iiij. lot der besten Perlen / ein halb pfund weissen Nichte /
ij. lot Campffer der getödtet ist / j. lot vngetödteten Camp-
ffer / j. löffel voll Jungfraw honig / für zween pfenning
Brandtwein: Diese stück (aufferhalb des honigs vnd
getödteten Campffers) sollen gar subtil gepulvert werden /
dazu muß man alsdenn nemen drey halbe nössel ge-
brandte wasser / als Hindelcuffte wasser / Nachtschatten
wasser / Augentrost wasser / vnd dann zusammen alles
mischen zu einem augenwasser.

Ferner ist zu behalten / das man auch allen vberflus Leib sol teg-
durchs wasser vnd stulgang teglichen hinweg lassen / vnd lich stulferdig
des tages auffs wenigste einen stulgang haben sol / Wo sein.
aber derselbe verbliebe / sol man solchen mit einem haus-
Elystir / dauon droben im 13. Capittel geredt worden /

oder mit einem stuzepfflein vnd dergleichen prouociren vnd locken / darvon auch im 17. Capitel weiter berichtet geschehen.

Nase / brust
vnd lunge
tegliehen von
roiz vnd ge-
koders zuver-
nigen.

Aus der nasen vnd lungen sol man den roiz vnd gekoder mit ausschneuzen vnd aufwerffen hinweg bringen / Wolte es aber nicht fort / so ist darvon im 13. Capittel auch meldung geschehen.

Den ganzen
leib vnd die
kleider rein zu
halten.

Das angesicht / den kopff vnd ganzen leib / auch die kleider / sol man rein vnd sauber halten / dann solches auch die natur / wenn man noch in der wiegen ligt / vnd sein verstande in vns ist / erfordere.

Morgen ge-
bet.

Nach solchem allen sol man das gebet nicht vergessen / sondern Gott den allmchtigen ersuchen vnd bitten / das vns dieser tag möge glücklich erscheinen / das auch Gott vnser thun vnd wandel wolle regieren / zu seines Namens ehre / zu nutz vnserm Vaterlande / vnd zu erhaltung vnser lebens.

Im gemach
sanffte bewe-
gung anzur-
stellen.

Nach diesem sol man sanfftiglichen im gemach hilt vnd wieder geben / damit die natürliche hilt erweckt / vnd was unreines ist / vnter sich vnd nach dem stul möge gezogen / vnd außgetrieben werden / dauon weiter im 13. Capittel meldung geschehen.

Wen zu stu-
diren vnd die
schweresten
sachen zuver-
richten.

Nachmals sol man die gemeinen oder priuat gescheffte sein sanfftiglichen / ohne bewegung des gemüts / handeln vnd vornemen / Vnd da man zu sagen oder zu verreisen / solches auch verrichten / vnd also das studiren vnd andere hochwichtigen gescheffte allwege der früestunden zuweignen / vnd also die drey stunden vor der früest oder abendmahlzeit darzu gebrauchen.

Was in heu-
den vñ an sin-
gen zu trage.

In den henden sol man stets Corallen / Agtsteine Paternoster / oder von dem Calcedonio, so ein geschlecht

schlecht des Onychels/ wolriechende Ambra Knöpflein/
oder sonst edelgestein tragen.

An dem goldfinger der lincken hand / hart bey dem
kleinen finger/ sol man ringe tragen mit Schmaragden/
Saphiren oder Drachensteine versetzt vnd gezieret /
denn in edlen gesteynen vnd kreutern ist grosse krafft vnd
wirkung verborgen/ die wir zwar nicht alle wissen noch
begreifen können / ob es auch gleich nicht alle Dawern
glauben / ist nicht viel daran gelegen.

Im munde sol man bisweilen Hyacinten / eine
Eristall / Granaten/ ein stück gold/ silber / oder weissen
ZuckerCandit tragen.

Was im
munde zutra-
gen.

Aristoteles vnd Albertus Magnus sagen / wenn
man einen Schmaragd am halse trage / sol derselbe den
menschen für der schwere noth behüten/ Vnd siccket also
fürwar in den kreutern grosse tugend / aber viel mehr in
den edlen gesteynen / sintemal wol zu glauben / das dies-
selben mit heimlicher verborgener krafft vnd tugend be-
gnadet.

Am halse ei-
nen Schmar-
ragd zutra-
gen.

Des tages sol man nicht mehr als zweymal essen/
sonderlichen wenn das mänliche alter erreichet. Die aber
von natur Cholericch / sollen des tages mehr essen.

Des tages
nicht mehr
dann zwey
mal zu essen.
Wouon man
vber der mahl-
zeit ansehen
sol.

Man sol aber allwege von weicher kost vber der
mahlzeit ansehen/ vnd nicht vom trincken.

Zwischen der mahlzeit aber sol man keines wegcs
trincken/ es erfordere dann solches die noth vnd gewon-
heit / Jedoch weil solche gewonheit nicht gut / sol man
von derselben sich allgemachsam entwehnen.

Zwischen der
mahlzeit nicht
zu trincken.

Es ist auch droben gemeldet worden / das die / so
mit grossen gescheyften beladen / sollen keines wegcs eine
gewisse stunde zur früe oder abendmahlzeit anstellen/

noch sich darzu gewöhnen / denn wo solches geschicht/
so ist die alte gewonheit die ander natur / vnd wo man
solche gewonheit vnterleß / so wird die natur sehr verlegt/
sintemal die natur der gewonheit nachahmet / vnd was
dann gewonheit ist / das bleibet gleich der natur.

Die natur
ohmet der ge-
wonheit nach

Im Sommer
kühle / im win-
ter warm ge-
mach zuge-
brauchen.

Abendt ge-
mach oder
Schlaffkam-
mern.

Im Sommer sol man sich in kühlen gemacht /
Winters zeit aber in erwärmten gemacht bey seinem
hellen feuer enthalten.

In den Schlaffkammern sol man erstlichen einen
sanfften rauch machen / vnd nicht ehe sich darein bege-
ben / es hab sich denn der rauch gar verzogen / denn man
sonsten an stat des wolriechenden geruchs lauter rauch
in sich ziehen würde.

Speise or-
dentlicher
weise zuge-
brauchen.

Abstinenz
bißweilē nüt-
lichen.

Nachdem auch nicht zugleich allen menschen einer-
ley Diet kan vorgeschrieben werden / vnd dienstlichen
sein / sol man doch nichts desto weniger die speise fein or-
dentlichen aufftragen lassen vnd zu sich nemen / wie dan
hieruon droben gnugsam meldung geschehen.

Es ist auch ganz nütlichen vnd gut / bißweilen ei-
nen tag aussitzen / vnd nichts essen / dann durch solche
enthaltung des magens gebrechen / so von füllerey oder
andern zufellen entstehen / wiederumb vertrieben wer-
den / Ja die leiber der menschen können nachmals desto
besser im reisen vnd kriege den hunger vertragen.

Warumb
man des a-
bends reichli-
cher essen sol.

Was nach
der mahlzeit
zuthun.

Die abendmahlzeit sol man reicher vnd vberflüssi-
ger anstellen / dieweil von der abendmahlzeit an / biß auff
des andern tages zu der mittags mahlzeit viel stunden
gehören. Wo man aber mit nächtllicher franckheit vnd
flüssen beladen / sol man die abendmahlzeit geringer an-
stellen. Wenn man gessen / sol man dem ganzen leibe
vnd allen gedanken ruhe lassen / das angezicht vñ mund
mit

mit frischem wasser ausspülen vnd waschen / die zeen mit
 helffenbein oder hirschhorn / mit reinem silber oder gold
 reinigen / wie denn droben auch meldung geschehen /
 Ich achte aber darfür / das man keine bessere zaanstöcher
 lein gebrauchen kan / denn die / so von Lentiscken holz /
 Erbsichdorn holz / so schön gelbe / oder von ligno pa-
 uame, sonsten Sassafras genandt / vnd etliche Fenchel-
 holz nennen wollen / zugericht / Dann die zeene daruon
 gar nicht mit dem geringsten können verlest / sondern
 viel mehr gesterckt werden / Denn man erfahren / so einem
 die zeene weh gethan / vnd er nur ein stücklein des Fenchel
 holz auff den bösen zeenen gekewet / ist der schmerz
 zen daruon vergangen / Vnd ist numehr solch holz bey
 den Materialisten zu Leipzig vnd anderßwo gar wol zu
 bekommen.

Nach gehaltenen mahlzeit sol man ein stunde oder
 zwo sanfftiglichen hin vnd wieder gehen / oder sonsten
 freundliche vnd kurzweilige gesprech anhören. Auff den
 abend sol man nicht land in die nacht hinein sitzen / son-
 dern nach verlossenen zweyen stunden / wenn die mahl-
 zeit geschehen / sich zu bette begeben. Were es aber / das
 man von wegen ehrlicher vnd notwendiger geschafft des
 abends lang sitzen vnd wachen müste / sol man solches
 wieder mit dem lange schlaff herein bringen. Vnd ehe
 man zu bette gehet / sol man das heupt / die arm / den
 rücken / mit den henden sanfftiglichen reiben lassen / Es
 were dann / das man solche mehr des morgens wolte an-
 stellen / die materien durch den vnsehbarh dunst wegzus-
 treiben / dauon droben auch meldung geschehen.

Winters zeit sol man sitzende bey dem feuer die klei-
 der außziehen / vnd die nasse füsse druckenen / Jedoch sol
 man

zwo stunden
 nach dem a-
 bendessen zu
 bette zu gehē.

Linde reibūg
 anzustellen
 ehe man zu
 bette gehet.

Im winter
 bey derwint-
 sich außzu-
 ziehen.

man sich vor grosser hitz vnd rauch / welche der lungen vnd den augen schaden thun / wol fürsehen.

Fewerpfannen nutzbar
zeit im Winter.

Schlaffbelz
von Wölffen
futter.

Man sol auch im winter das bette vnden vnd oben mit einer fewerpfannen fein erwermen / dann die aufwendige werme der inwendigen viel zu gut thut / der dawung hilfft / vnd alle vntüchtige feuchtigkeiten dar durch verzehret werden / Biewol ihr viel sind / denen solches nicht gefelt / vnd sagen / das ein dapffer Man / der wichtige sachen zuerrichten / sich zu solchen zarten vnd weichen dingen nicht sol gewöhnen / denn sie den leib krafftlos machen. Wenn man nun die kleider alle abgelegt / sol man einen schlaffbelz von wölffen gefüttert umbthun / denn solch futter sich reiniglich verhält / vnd nicht leichtlich motten / leuse / stöße oder andere wärme an sich nimpt / wie sonst ander futter zuthun pfleget / auch darzu gute werme gibt vnd helt / darumb solch futter im kriege / reisen / vnd auff Jagten vberaus bequem / ja man kan solch futter / oder die kleider so dar mit gefüttert / an stat der bette gar wol gebrauchen.

Wenn man nun solchen schlaffrock umbnimpt / vnd zu bette gehen wil / sol man alle sachen / sie treffen gleich die gemeinen vnd andere personen / oder ihn selbst an / ganz vnd gar hinlegen vnd ausschlahen / auff das also solche bürde hinweg zelegt / der schlaff / die dawung vnd alle actiones naturales desto besser können ver richtet werden. Des morgens wenn man auffstehet / sol man mit anziehung der kleider die gedancken vnd sorgen / so man auff den abend hingelegt / wiederumb herfür suchen / vnd dann denselben weiter nachdencken vnd ver richten.

Abend gebet.

Ehe man sich nun niederlegt vnd schlaffen gehet / sol man

Sol man Gott den allmechtigen mit inbrünstigem gebet anrufen / das er einem jeden eine selige vnd gesunde nacht verleihen / vnd wieder die list vnd stercke der bösen geister gnediglich bewahren vnd schützen wolle / vnd also all sein leben vnd thun / auch die erhaltung vnd gesundheit des leibes gentslichen Gott befehlen.

Ferner sol man auch alle nacht auff's wenigste ein mal das wasser abschlahen / vnd wenn es geschehen / hinweg schütten / das aber / so des morgens / wenn die Sonne auff gehet / gefangen wirdt / sol man in ein rein harn- glas thun / denn man von derselben besichtigung kan abnehmen / wie es vmb den menschen geschaffen.

Nächtlichen
dß wasser ein
mal zusahen/
vnd daß weg
zu schütten/
das aber des
morgens ge-
fangen wird/
auff zuheben.

Des nachts sol man schlaffen mit offenem munde / den leib aber nach gelegenheit der lufft wol zudecken / vnd das heupt / welchem die nächtliche felte vberaus schedtlichen ist / mit einer leinen schlaffhauben (welche zu oberst ein löchlein / durch welches die dunst kan heraus gehen) wol verwahren / so wol auch des tages / Jedoch wo man in stuben vnd warmen orten ist / sol man das heupt nicht so gar bedecken / denn es das gehirn schwächet / mit zertheilen oder aber mit an sich ziehen dasselbe erfüllet / viel flüsse verursachet / vnd zeitlichen grawe haar machet.

Des nachts
mit offenem
munde zu
schlaffen.

Nächtliche
weil dß heupt
mit einer
schlaffhauben
zubedecken.

Des abendes wenn man sich nidergeleget / sol man den schlaff auff der rechten seiten anfahen / vnd biß in die halbe nacht also ligen bleiben / sich dann auff die lincke seite wenden biß gegen morgen / dann wieder ein wenig auff die rechte seite. Wenniglich aber sol sich hüten auff dem rücken zu schlaffen / denn solches schwere treume / ja gefährliche krankheiten / als den schlag

Den schlaff
an der rechre
seiten anzu-
fahen.

Nächtlicher
schlaff sehr
böse.

vnd dergleichen verursacht / vnd ist der mensch so auff dem rücken ligt / gleich einer todten leiche.

Was für feuchte des nachts vnd des tages in vns regiren / vnd zu welcher stunde.

Jch achte auch dafür / das dieses nicht wieder vnser vornemen lauffen wird / das man alhier an diesem ore gedencke / was für feuchte in vnserm leibe des nachts vnd des tages vber ordentlicher weise regiren / dann weiß wir das wissen / können wir leichtlich das vrtail sellen / woher eine krankheit oder derselben zufell verursacht werden / Denn alle sechs stunden regieret in einem menschen eine sonderliche feuchte / als das geblüt hebet an vmb neun vhr des nachts / vnd regieret bis vmb drey vhr gegen morgen. Die gall aber hebet vmb drey vhr des tages

Gebüt.

Gall.

Melancholey.

Phlegma.

Das geblüt wechset im Fröling. Gall im Sommer. Melancholey im Herbst. Phlegma im Winter.

an / vnd währet bis vmb neun vhr. Die Melancholey vmb neun vhr des tages / bis vmb drey vhr des nachts. Vnd von dreyen an / bis vmb neun vhr die Phlegma / das also bey nahe die nacht mit der kalten Phlegmatischen feuchtigkeit vnd Melancholey zubracht wird / der tag aber mit dem geblüt vnd galle. Vber das / wechset das blut im Fröling / die rote gall aber nimpt zu im Sommer / die Melancholey im Herbst / Phlegma aber im Winter.

Dies erzele ich darumb / auff das / so jemandt in krankheit fället / vnd darauff achtung gibt / zu welcher stunden ihn die krankheit angestossen / auch wissen kan / was es für eine krankheit sein / vnd woher sie kommen möge / vnd also desto leichter die bequemen mittel darzu angeordnet werden können.

Dies decretorij, vrtails tage / warumb sie also genandt:

Nach dem auch die tage / daran man vrtailen mag / vnd critici oder decretorij dies von den ärzten genandt werden / vnd in krankheiten vnd wunden grosse enderung anzeigen / das man zuuor sagen kan / ob der francke

franke oder verwundte sterben oder auffkommen wer-
de / So wil ich auch dieselbe tage alhier anzeigen vnd
namhafftiz machen.

Es sind aber solche Critici dies oder vrtheils tage
darumb also genandt / das in denselben die natur mit der
frankheit einen streit / entweder zum leben oder tode an-
stellet / vnd das sich die natur eben auff solche tage gleich
mit gewalt wieder die frankheit leget / dieselbe zu über-
windē / Vnd werden derhalben nachfolgende tage dies
Critici genandt / als nemlich / von anfang der verwun-
dung oder frankheit an zu zelen / der 3. 5. 7. 9. 11. 14.
20. 21. 24. 27. 30. 31. 34. vnd 40ste / solche tage wer-
den aus dem langsamen oder geschwinden lauff des
Monden verursacht.

Ferner sind auch noch andere tage / so die ärzte In-
dices oder Indicatorios dies nennen / welche die art
vnd eigenschafft haben / das sie gemeiniglich an-
zeigen / ob der streittag oder dies decretorius wol oder
übel werde hinaus gehen / vnd solches ist der 4. 11. 17.
24. 31. 37. etc.

*Dies Indica-
torij, anzei-
gungs tage.*

Wenn nun ein streittag ist / in welchem die natur
mit der frankheit conflicirt / an denselben tagen sol man
nichts von arznei gebrauchen / damit man die natur in
ihrem streit nicht verhindere / sintemal gemeinlich auff
diese tage ein nasebluten / ein erbrechen / viel schwizens /
oder ein durchbruch des leibes zuerfolgen pflaget / wel-
ches alles die natur verursacht / in dem / das sie der frank-
heit obliget / darumb man auch solch nasebluten / brechē /
vnd stutzeng etc. keines weges stopffen sol.

cc
cc
cc
cc
cc
cc
cc
cc
cc

Es haben auch die Egyptier etliche tage erfunden /
so man die Egyptischen tage nennet / welche auch von

*Egyptische
tage / so etli-
che in acht ta-
gen.*

etlichen in grosser acht gehabte werden / vermeinende / das die in denselben franck werden / gar nicht / oder selten auffkommen / Düncket mich aber der warheit nicht gemess. Weil aber Beda derselben gedenckt / wil ich solche auch mit anhangen / vnd sind nemlich folgende tage / Der 1. des Junners / der 3. vnd 4. des Hornungs / der 1. vnd 4. des Merzen / der 10. vnd 8. des Aprilen / der 3. vnd 7. des Meyen / der 10. vnd 15. des Brachmons / der 1. vnd 2. des Augustmons / der 3. vnd 10. des Herbstmons / der 3. vnd 10. des Weinmons / der 3. vnd 5. des Wintermons / der 7. vnd 10. des Christmons.

Das XXVII. Capittel.

Etliche Regeln von dem Regimen vnd Diæt / so wöchentlichen anzustellen.

Dieweil nun die anweisung geschehen / was man teglich thun sol / als wollen wir nun auch vrsach nemen zureden / was man wöchentlichen / zur gesundheit nüsslichen / gebrauchen sol.

Wenn ein mensch ist auff des Mans alter getreten / ist es nicht vnbequem / wöchentlichen ein mal zugebrauchen einer haselnuß groß guten Theriacs Andromachi, oder rechtschaffenen gutes Myrrhidats / so man jegiger zeit von Benedig vnd Anttorff zubringen pflegt / dann ein rechtschaffener Theriac vnd Myrrhidat vberaus grosse krafft vnd tugent haben.

Vnterweilens ist auch gut zugebrauchen die Latwerge / welche beschreibung Cncius Pompeius in des vberwundenen königes Myrridatis heimligkeiten gefunden

Theriack Andromachi, oder Myrrhidat wöchentlichen einmal zu nemen.

funden hat/ vnd so bald hernach folgen wirdt. Bisweilen ist auch nütlichen zugebrauchen die arzneey Dabst Leonis des X. welche lobens würdig / dieweil solche præseruiret vnd behütet für der gewlichen feuch der Pestilens/ so nachmals vnter die andern arzneeyen/ so wieder die gifte dienstlichen/ sol mit erzehlet vnd beschrieben werden. Vnterweilens ist auch nicht vnbequem des Marfilij Ficini arzneey in Morfellen zugebrauchen/dann solche ganz gelinde mit purgiren / der Theriac vnd Methridat stopffen. Gleicher gestalt ist auch nicht vnbequem/ wöchentlichen ein mal des Caroli quinti artes Aqua vitæ zugebrauchen/mit subtilen kleinen Semmelkrümlein vnd gutem zucker zusammen gemischt / einer haselnuß groß/ sintemal auch solch Aqua vitæ einen lieblichẽ geruch befördert. Item/es ist auch ganz dienstlichen / das man des abends / ehe man schlaffen gehet/ vnterweilens etliche Mastixkörnlein verschlinge/ dieweil solche dem gedechtnis vnd verstande sehr bequem vnd nütlichen/ auch den Magen wol schliessen.

Folget nun die beschreibung der Morfellen /
 Marfilij Ficini, welche allen gliedern des gantzen
 leibes wolthun / vnd ein wenig
 mit purgiren.

Nemet aufgebissene Zimmetrinde iiij. quentl. der Myrbotan frucht/Chebuli vnd Emblicarum genant jeder ij. quent. Saffran / Rosen / jedes j. quentl. roten Sandel ij. quent. rote Corallen j. quent. weissen Zucker souiel darzu gnugsam/ das man Morfellen daraus machen kan/ Den Zucker sol man mit Rosenwasser/ Citro-

nen oder Limoniensafft / in gleichem gewichte zergehen lassen / vnd darmit absieden / bis das er dicke gnugsam / Morfellen daraus zu giessen / als dann die obangezeigten stück / alle gepuluert / wol darunter mischen / leiglich auch darzu thun des besten Biesems vnd Ambræ jedes ein drittheil eins quenel. als dann Morfellen daraus giessen / vnd solche mit feinem geschlagenem goldt vbergülden lassen.

Beschreibung des Aqua vitæ / so weilandt
M. Gallus, Caroli V. Medicus im gebrauch gehabt / vnd 129. jar darnach gelebet.

Nemet Cubeben / Zimmetrinde / Galgant / Neglein / Muscatenblüet / Ingwer / jedes iij. lot / Salbey j. pfund iiii. lot / Diese alle sol man einweichen in zwey nössel vnd viij. lot des besten gebrandten weins / so sechs mal abgezogen / solches dann fein gelinde wiederumb zusammen distilliren / vnd abziehen. Wenn man solch Aqua vitæ recht machen wil / so muß man 42. maß gutes weins nemen / vnd solchen sechs mal distilliren / so wird wenig vberbleiben / was man zu diesem Aqua vitæ bedarff / Diß Aqua vitæ ist vberaus hisig. Wenn man nun solches abgezogen / sol man die jenigen stück / dauon es gemacht / nicht hinweg werffen / dann solche zu einem schwachen Magen von außwendig können gebraucht werden. Von diesem Aqua vitæ kan man vnterweilens wöchentlichen ein mal einer haselnuß groß nemen / ist ein krefftig ding / von wegen seiner subtilitet / vnd gibt grose krafft den lebendigen geistern / vnd wegen seiner grosen werme zertreibt es vnd macht subtil / vnd erhist doch gleich

gleichwol nicht die glieder / von wegen seiner subtilen
vnd lufftigen art. Es ist auch gut / die haut vnd hende
darmit zubefeuchten.

Ein ander herrliches Aqua vitæ, so gelb / vnd
Hertzog Friderich zu Sachsen weilandts für
die flüsse morgens vnd abends ge-
braucht hat.

Nemet außerslesene Zimmetrinde iiii. lot.

Weissen Ingwer j. lot.

Kramer Neglein j. lot.

Guten roten Sandel j. lot.

Muscaten nüsse

Muscaten blumen

Pfeffer

Galzane

Cubeben

Cardamomlein

Anis samen

Fenchelsamen

Zubereiteten Coriander mit essig/

Spec. Aromat. rosati hab.

Diambra,

Dianthos, jedes ein halb lot.

} jedes anderthalb lot.

Diese drey species muß man aus der Apoteken abho-
len lassen.

Matoran bletter / Basilien bletter /

Lauendel blümlein /

Rosmarien blümlein /

Spicanarden blümlein / jeder ein halb lot.

Kote

Kote Rosen j. hand voll.
 Das gewürz vñ samen sollen gröblichen in einen Mörs
 sellen zerstoßen werden / aber die bleetter vñ blümlein
 sol man gröblichen mit einer scheren zerschneiden / dann
 in ein glas thun / vñ mit nachfolgenden stücken einbeize.

Nemet Maluasir / so gut / anderthalb nöffel.

Reinischen Brandtenwein v. nöffel.

Rosenwasser mit Diesem bereit xvij. lot.

Gefült neglein blumen wasser ij. lot.

Zimmetwasser ij. lot.

Zucker Candie anderthalb pfunde.

Diese stück alle zusammen gemischt / vñ an einen war-
 men ort gestelt / teglichen wol vmbgeschüttelt / vñ nach
 außgang der 14. tage wieder ein tag vñ nacht in ruhen
 stehen lassen / dann durch ein new wüllen lauwesacklein
 sanfftiglich giesen / bis es klar werde.

Ein ander fürtreffliches Aqua vitæ, oder Elixir vitæ.

Solch Elixir vitæ hat der hochgelarte vñ hoch-
 erfarne Medicus, Doctor Johann Schröter / für eili-
 chen jahren / für den. Wolgebornen vñ Edlen Herrn /
 Herrn Günther / der vier graffen des Reichs / Graffen
 zu Schwarzburg etc. seliger gedechtnis / geordnet.

Nemet des besten Reinischen Weins 15. kandel /
 laffet diesen drey mal durch eine gebrandte wein blase
 gehen / jedoch mit gelindem sewer / Als dann nemet von
 solchem gedistillirten brandtwein gute anderthalb nöf-
 sel / oder gleich zwey nöffel / oder zwey pfunde Apoteker
 maß / thue solchen in ein glas / vñ diese nachfolgende
 stücke

stücke gröblichen gepulvert auch darzu / Nemblichen :

Aufgebissene gute Zimmetrinde ij. lot.

Saurampffer bletter /

Scordien kraut /

Rote Prorins rosen / jegliches iij. quent.

Gelben Sandel anderthalb quent.

Paradisholz iiij. scrupel.

Galgant /

Muscaten blümlein /

Grosse vnd kleine Cardamomlein / jeder zwey
drittheil eins quent.

Neglein /

Muscatennuß / jedes ein halb quent.

Cubeben /

Paradis körner / jeder ein drittheil eins quent.

Diesem vij. gerstenkörner schwer.

Solche alle zusammen gethan in ein groß glas / vnd wol
verwahret / vnd alle tage fünff mal vmbgerüttelt / dassel-
be 15. tage aneinander gethan / den sechzehenden tag sol
man solches nicht mehr bewegen / sondern tag vnd nacht
in ruhe stehen lassen / gießet nachmals solches sachte per
Hippocratis manicam, das ist / durch ein weiß wüllen
lauwesecklein / also / das keine species mitgehen / Wann
es denn rein vnd lauter abgeseihet ist / so thut aus der A-
potecken darzu

Myuæ Citoniorum simpl. das ist / Quitten-
saffe one gewürz / mit zucker abgefotten /

Syrupi d. corticibus citij, den saffe von Citros-
nen schalen / jedes viij. lot :

Vermischet solches zusammen wol / so habt ihr ein gut
Aqua vitæ oder Elixir vitæ. Dieses sol man alle tage /

Y

oder

oder vber den andern tag ein mal einen löffel voll / biß auff zweene / mehr nicht nemen / Solches stercket das heupt / verzehret die flüße / auch stercket es den Magen / vnd eröffnet die Leber / vnd machet wol dawen / behütet für der gelbsucht / wassersucht vnd schlage.

Man mag auch wol an stat der Aqua vitæ, oder Elixir vitæ, ein gut Zimmetwasser gebrauchen / denn es sonderlichen denen ganz nüz vnnnd bequem ist / welche das Aqua vitæ oder Elixir vitæ nicht wol trincken können / oder ihnen dasselbe nicht aller ding bekommen wil. Vnd sol demnach auff folgende weise zugerichtet werde.

Nemet der außgebissenen Zimmetrinde .j. framer pfundt / zubrechet solche mit der hand in gar kleine stücklein / zerstoßet sie als dann in einem mörsel gröblichen / gießet in solchen ein wenig Rosenwasser darzu / auff das sie im stossen nicht zusehr steube / vnd die krafft verliere. Dañ solche in einen weitē gläsern distillirAlembigk / oder in einen verglasurten topff / der oben eng vnd vnten weit ist / gießet darüber des besten rosen wassers iiii. nöffel / Maluasir anderhalb nöffel / oder andern guten Reinschen alten wein / Lasset es zusammen ein 3. oder 4. tage an einen warmen ort stehen / Jedoch das man alle tage ein mal solches zusammen vmbgeschüttete. Alsdenn sol man sie in Balneo Mariæ, mit einem gläsern brinzeug abziehen / vnd beydes den brinzeug vnd das glas / so vntergesakt wirdt / ganz wol verludiren / damit sich das Zimmetwasser im distilliren nicht verrieche. Der erste gang / so heraus gehet / ist grawlichen / vnd ist der beste / sol auch sonderlichen auffgehoben werden / Also auch der mitteltste vnd letzte besonders verwaret werden.

Nutz vnd gebrauch dieses wassers.

Dieses Wassers sol man des morgens nüchtern/
auch wol vmb Vesperzeit 1. 2. oder 3. löffel voll auff ein
mal nemen/Dann es dienet für alle krankheiten/so von
Kelte kommen / dieweil es den kalten schleim vnd feuch-
tigkeiten / so in dem gehirn vnd Magen liegen/digeriret/
dünn macht vnd verzehret/ so zerteilet es auch die winde
vnd blestigkeiten/ Es ist auch gut der Leber vñ Milz/
es stercket das gedechtnis / das gehirn vnd hirnadern/
ist gut für die ohnmacht / herzwehe vnd herzklopfen/
widerstehet auch der gifft. Es erfordert die weiblichen
blumen / dienet auch wieder die Colica vnd fortsetzung
der stulgen vnd der winde / darvon grosse schmerzen
kommen / Es stillt den vnwillen vnd eckel des magens/
ist gut zu allen mütterkrankheiten / dienet denen wol/so
einen schweren athem / Item denen so sich des schlages
vnd schwerer noth befahren / oder allbereit darmit be-
hafftet seind. Es ist auch lieblichen zu nemen / vnd ma-
chet den menschen einen wolgeschmeckenden mund vñnd
wolriechenden athem / sonderlichen wenn solcher gebre-
chen entstehet aus dem Magen.

Krefftige Ruchlein / so Doctor Hieronymus
Braunschweigk/ weilandt Stadtartz vnd Apotec-
cker zu Strasburgk / in teglichem gebrauch
gehabt/vnd sein alter mit göttlicher hülff
auff 110. jahr gebracht hat.

Nemet gute Zimmetrinde / Ingwer / jedes iij. lot/
Muscaten nuß / Neglein / langen Pfeffer / Muscaten-
blät/
ij

blüet / Galgant / jedes ij. quent. weiß Diptan wurk /
 Zitwer / Calmus / Bibenel / heiligen geist wurk oder
 Angelica, jeder j. quent. der besten Rhabarbara j. lot/
 Rhapontica ij. quent. Saffran ein halb quent. Diese
 alle sol man subtil puluern/dann nemen j. pfund zucker/
 oder soutel man dessen benötiget/ denselben wie sichs ge-
 hört / mit einem gedistillirten wolriechenden wasser wol
 absieden / nachmals das puluer darunter mischen / vnd
 küchlein daraus machen. Diese küchlein stercken das ge-
 hirn vnd gedechtnis/ nemen hinweg alle Melancholey/
 schwermut vnd schwindel / reinigen vnd seubern das ge-
 blüete / stercken das hertz / vnd erwecken einen appetit
 zum essen vnd trincken/ erhalten den leib offen/ thun des-
 nen wol / so hefftig husten / vnd zur schwindtsucht ge-
 neigt sein/ heilen auch hitzige geschwer der brust/ zerthei-
 len die engigkeit des hertzens / vnd stercken alle glieder.
 Von diesen küchlein sol man abends vnd morgens drey
 oder vier essen / dann sie vber das für mancherley vnbe-
 kante krankheiten sehr präseruiren / Vnd ist gewis/
 das sie auch das saure auffröpfen des Magens stillen.
 Vnd ob es wol an dem / das diese küchlein von außerb-
 senen einfeltigen stücken zusammen gesetzt/so bekommen
 sie doch einen bittern vnd wiederlichen schmack / darfür
 etliche einen eckel / vnd der natur zuwieder. Wenn nun
 solches geschicht / sol man dieselbe nicht zu offte gebrau-
 chen / Denn wofür die natur ein abschew hat / das ist
 derselben auch ganz entgegen / vnd wird der gebrauch
 nicht vnbillich vndienstlich erkant. Es wird aber alhier
 geredt von gesunden personen/denen bißweilen eine ark-
 ney zuwieder.

Zucker-Zulep.

Vber das sol man auch den Zucker-Zulep / welcher
 die krafft

die kreffte vermehret/ vnd das alter zu rückē hēlt/ keines weges hindan setzen/denn er an stat speis vñ tranck's kan gebraucht werden/ Ja er hat auch solche stück in sich / so der natur gar lieb vnd angenehm/ vnd wird auff nachfolgende weise zugerichtet.

Nemet drey nössel des allerbesten Rheinischen weins/ thut darzu des allerbesten vnd weissen Zuckers ij. pfund/ lasset solches zusamen so lang kochen / biß ein safft oder Zulep draus wirdt/ den mag man nachmals mit reinem brunnwasser vermischet gebrauchen.

Ein köstliche Latwerge Petri Apponensis / welche das hertz stercket / vnd die gantze natur erhelt/ machet den menschen frölich/ vnd nimpt hinweg die müdigkeit / bekompt wol den trawrigen / schwermütigen vnd gichtbrüchtigen.

Nemet rote zubereitte Corallen / Muscaten blüet/ hirschherz beinlein/ Ambræ, Perlen / Cristallen / rein fein goldt/ rein silber/ helffenbein/ Saphir/ Rubinen/ Hiacinthen/ jedes v. quent. Cubeben ij. quent. Diesem ein halb quentl. Rosmarien blüet/ gebrandt helffenbein/ dreyerley Sandel/ Neglein / Galgant / Calmus / Cubeben/ Indianische Spica/ Pimpernüsslein / Presilien samen/ Cardomömlin/ langen Pfeffer/ Lorbern/ Bertram/ jedes iij. quent. Gummi von Styraxbaum/ Magnetenstein/ Myrrhen/ des besten Opy/ jedes j. quentl. Peonien samen eingesamlet wenn der Mon new ist/ Camillen blumen/ Buchlilizen/ Majoran/ Lauendel/ Amoy / Holwurzel / Rosmarien / jedes iij. quentlein/

Orientalischen Saffran ein halb quent. Paradißhols/
weissen Wagsamen/jedes ij. quent. Zucker/souiel zu ei-
ner Latwerge von nöten. Davon sol man auff ein mal
zwey oder drey quent. mit wein eingeben.

Ein andere gute Stereklatwerge.

Nemet eingemachte Rosen ij. lot / Borrageu blu-
men eingemacht / blau viol blumen eingemacht / jeder
j. lot / Hindleuwff wurzel / Citrinat / jeder iij. quentlein/
aus der Apotecck der Specierü Diarrhodon Abbatis
zwey drittheil eins quent. Diambrae ein halb quent.
gebrande Helffenbein oder Indianische Spica / rote zu-
bercittte Corallen / zubercittte Perlen / jeder ein drittheil
eins quentleins. Diese alle mit saurem Citronen safft zu
einer Latwergen angemacht.

Es wil aber hierbey diese erinnerung von nöten
thun / das man diese jehige erzehlte arzneij mittel nicht
zugleich auff ein mal oder teglichen gebrauch / sondern
wechsels weise / nemlichen diese wochen eins / die folgen-
de woche das ander / Denn die abwechslung nicht allein
diesen nutz gibt / das man mit lust ein ding gebrauchet/
sondern das dardurch auch vermieden werden / das nicht
aus teglichem gebrauch eins dinges eine natur werde.

Wenn feuch-
tigkeit näch-
licher weile
einem aus
dem munde
sickern / was
dafür zuge-
brauchen.

Dieweil sichs auch zutregt / das manchem mens-
schen nächlicher weile (mit ehren zumelden) geiffre aus
dem munde fleust / so wil alhier nicht vnbequem sein / etz-
liche mittel wider solche beschwerung anzuzeigen. Derz-
wegen da solcher fließender geiffer verursacht wirdt von
vberley hitze / so sol man eine ader schlagen lassen / sich
darneben messig verhalten / vnd solche speise gebrauchten/
die an

die an ſich zeucht. Fleuſt aber ſolcher geiſer aus urſach vieler Phlegmatiſchen feuchtigkeiten / ſol man ſich gleiches geſtalt meſſig halten / die materiam digeriren laſſen mit Hyſſop / ſo in Oxymel gekocht worden / oder Hyſſopwasser mit Oxymel vermiſcht / nachmals ſich purgieren mit Hiera picra, die zunge vnd den mund mit Salbey blettern / oder mit der Latwerge Aurea alexandrina genandt / reiben. Alſo auch ſonſten andere ſtück / ſo den leib auſtrucknen / appliciren.

Man ſol auch wöchentlichen die negel an den henden vnd füſſen verſchneiden / Die füſſe auch wöchentlichen ein mal / nach gelegenheit vorſtehender lufft / waſchen / entweder in warmen oder kaltem wasser / darcin zuuorn Camomillen / Yſop / Lauendel vnd dergleichen gelegt / auch nach der waſchung die füſſe mit ſalz vnd eſſig wol reiben laſſen.

Nagel an henden vnd füſſen wöchentlichen ein mal zuverſchneiden.
Wöchentlichen die füſſe ein mal zu waſchen.

Im Winter ſol man die füſſe bey einem feuer wol drucknen / welches verſtanden wird von denen / ſo ſolch waſchen vnd reinigen nicht übel bekämpet / Dann die von natur flüſſig ſeind / vnd viel kaltes ſchleims haben / denen bringet das füßwaſchen mehr ſchaden / denn frommen.

Das XXVIII. Capittel.

Vom Regimen vnd Diæta / ſo man Nothdürftigen halten ſol.

Weil biß daher nothdürftigen von dem Regimen vnd Diæta / wie man ſich täglich / auch wöchentlichen durchs jahr vber verhalten ſol / angezeigt

angezeigt worden / als erfordert die ordnung auch anzudeuten / was man monatlichen thun sol.

Monatlichen
sol man sich
zwey mal vnd
darwen.

Es wird aber nach der lehr Hippocratis vnd Aui-cennæ anweisung gegeben / das man sich monatlichen zweymal oder zwene tage aneinander erbrechen vnd vndawen sol. Welches zwar nicht so genaw mag in acht gehabt werden / wo man messig lebet / vnd sich nicht vberfüllet.

Nutz des er-
brechens.

Das vndawen aber bringet solchen nutz / das der vberfluß / welcher aus der erfüllung der speise vnd des trancks / so vberflüssig eingeschüttet worden (wie solches dann sehr offte vnd viel in den kalten mitternächtischen lenden zugesehehen pffeget) wiederumb durch das erbrechen hinweg gebracht wird. Derhalben wenn man

Erbrechen
eine vorneme
argney / weñ
man sich mit
essen vñ trin-
cken vberla-
den.

sich mit essen vnd trincken vberladen / soll man als dann das vndawen vor die hand nemen / daß solches eine fürnehme argney die vberladung abzuwenden / vnd bekennet Ranzouius, das so offte er die mass in essen vnd tricken vberschritten / so hab er sich gewehnet / vnd zwey mal in einem monat geundawet / jedoch nit bald auffeinander / sondern esliche tage darzwischen außgesetzt. Es lehret

Lib. 1. de ra-
tione victus.

aber Hippocrates, das es besser vnd nutzlicher sey (wer sich zum erbrechen gewehnet) monatlichen zwene tage aneinander soches vorzunemen / dann esliche tage darzwischen außzusetzen / aus vrsachen / damit das jenige / so des ersten tages mit dem erbrechen nicht gar hinweg bracht worden / auff den andern tag vollend geschehen möge.

Man soll aber nach dem erbrechen die augen vnd zecne mit effig vnd wein / oder aber mit wein vnd Rosenswasser / oder mit dem wasser so droben angezeigt worden / wol

wol waschen vnd ausspülen / Item ein tränklein gutes Nach dem
frischen weins / oder ein stücklein quittenlatwerge / oder vndawen den
ein löffel voll des dünnen quittensafftis / oder Krause- magē zuster-
münzen safft / so mit zucker zugericht / zu sich nemen / cken.
das stercker den magen wieder / Man sol auch im Som-
mer monatlichen ein oder zwey mal im kalten wasser ba-
den.

Das XXIX. Capittel.

Von den vier unterschiedlichen zeiten des Jahrs.

Die alten haben das ganze Jahr in vier vnterschiedliche theil fein abgetheilt / ohne zweiffel daher / dieweil von der Sonnen vnd andern sternenn eine jede zeit im jahre allgemachsam andere qualitet vnd eigenschafft an sich nimpt / Denn die tegliche erfahrung bezeuget / das der Fröling vnd Lenz im anfang feuchte / im mittel temperirt / im ende aber warm / Der Sommer aber warm vnd drucken / der Herbst drucken vnd kalt / der Winter aber kalt vnd feuchte. Ja wenn man fleissig achtung darauff gibt / so kan man fast täglichen vnd nächtelichen solche vier jahrszeiten spüren vnd vermehren / Denn des morgens früe ist es gemeiniglich küel oder feuchte / vmb mittage aber etwas temperirt oder vermengert / nach mittage warm oder drucken / des abends drucken oder kalt / jedoch solches mehr oder weniger nach der zeit des Jahrs ; Derwegen wollen wir erstlichen stückweise eine jede zeit des Jahrs für vns nemen / vnd ihre eigenschafft anzeigen / Nachmals auch
3 lehren/

lehren / was man darinnen thun / vnd wie man sich in
essen vnd trincken / sampt andern sachen verhalten soll.

Das XXX. Capittel.

Vom rechten anfang des Jahrs / als vom
Früling vnd Lenz.

Frühlings an-
fang.

Aequinoctiū
Vernale.

Der Früling sehet an / wenn die Sonne kompt
in das zeichen des Wieders / gemeiniglich
auff den 10. tag des Merkurs / zu der zeit / da
tag vnd nacht gleich ist / vnd numehr der kalte Winter
abnimpt / vnd die erde (so biß daher von grosser kelte
hart verschlossen gewesen) sich wider auffheut / der schnee
von der werme zerschmilzt / die feuchtigkeit in die beume
schlecht / die wurzel vnd kreuter (so lange in der erden
verborgen gelegen) sich wieder herfür thun / die wiesen
aber anfahren zu grünen / vnd von mancherley schönen
gefärbten blumen trechtig werden / vnd die beume begin-
nen zu blühen / das viche lustig wirdt / sich zusamen
gattet vnd junget / die vogel anheben zusingen / vnd die
Nachtigal im walde sich mit ihrem lieblichen gesange
auch hören lest / vnd also die ganze erdt / berge vnd thal /
von der kelte entlediget / herrlichen gezieret vnd gefehmü-
cket werden / auch alle thier / vnd was da lebet / wieder zu
seinen vorigen vollstendigen krefften kommen.

Wenn nun der Früling eintritt / sol man wenig es-
sen / aber desto mehr trincken / mehr gebratene / dann ge-
kochte speise gebrauchen / doch allgemachsam von ge-
bratener speise zur gekochten schreiten / auch wenig koch-
kreuter gebrauchen / vnd ist zu der zeit fürnemlichen das
Kalb

Falsch vnd schöpffen fleisch sehr dienstlichen. Es ist auch nütlichen / das man das offte vnd lange fasten im Lenz einstellen. Vnd nach dem der Lenz eine gar gesunde vnd temperirte zeit / so sol man sich so viel desto mehr in essen / trincken vnd andern sachen / darinnen die gesundheit stehet / messig verhalten / auff das der leib nicht in frantzheit gerahte.

Im Fröling die temperirte zeit vnd gesunde zeit.

Weil auch das geblüt im Fröling wechset / vnd sich in dem menschen erhebet / vnd sein dominium hat / als sol man im Fröling zur adern lassen / vnd sich purgiren / doch nach eines jeden Complexion vnd gelegenheit / notturfte vnd maß / wie zuuor dauon meldung geschehen. Es ist aber ein alter guter gebrauch / das man im April oder Meyen getrencke / so das geblüt reinigen / jährlichen gebrauchet / vnd als dann darauff zur adern leset / welches nicht alleine 30. 40. 50. jährigen personen / sondern auch jungen leuten (so gemeiniglich vmb diese zeit pflegen außzuschlahen vnd krezig zuwerden) ganz bequem vnd dienstlichen / Derwegen solche blutreinigung oder Meyentrencke vngefahrlich auff nachfolgende weise / nach eins jeden gelegenheit vnd vermögen können zugerichtet werden.

Im Fröling wechset das geblüt / darumb man auff diese zeit zur adern lassen sol.

Erstlichen so kan der gemeine mann den Molecken tranck / so nicht viel gesehet / zurichten / wie folget :

Molecken tranck / so das geblüt reiniget / für arme leute.

Nemet junge außgeschlagene grüne feldtraute / so man Erdrauch nennet / junge Hopffen sprießlein / jung Hindelleufft oder Endiuin kraut / jedes iij. oder iiij. guter hand voll / Diese alle zusammen klein zerhackt / vnd dann gestossen / den safft daraus geprest / vnd zum sewer gesetzt / vnd sanfftiglich auffwallen lassen / so schütet er sich wie molecken / dann wol verdeckt hinsetzen / vnd

ein bahr stunden stehen lassen / nachmals das subtilste durch ein doppel tüchlein seihen / vnd zu einem halben nöffel j. nöffel wolgelebter molcken thun / Wil man es lieblich haben / so mag man vier oder mehr lot Zucker darzu thun / Vnd dann solches auff vier morgen sein warm austrincken. Da man solches zum andern mal auch zurichtet / vnd gebrauchet (wie meldung gesehen) so ist desto besser.

Die ander art ist diese:

Der ander
Meyetrancf. Nemet frische wilde Raute klein gehacket j. handt voll / Borrage blumen / Dohsenzungen blumen / Epithymi cretici aus der Apotecken / jedes ein halbe handt voll / Engelsfuß wurz gröblichen zerstoßen vj. quentlein / Fenchelsamen ij. quent. Senecbletter ohne stiel iij. oder vj. quentlein / Zigen oder andere wolgelebete molcken iij. nöffel / Solches lesset man zusammen bis auff den dritten theil sanfftiglich einkochen / dann durchgeseiht / vnd darzu gethan Rosenhonig iij. lot / Darvon nachmals alle morgen einen guten starcken trunck 4. oder 5. stunden vor der mahlzeit gethan.

Die dritte art wirdt auff nachfolgende weise zugerichtet:

Der dritte
Meyetrancf. Nemet frische wilde raute oder Erdrauch klein zerhackt ij. guter hand voll / außertlesene Senecbletter ohne stiel ij. lot / der besten außertlesenen Rhabarbara gröblichen zerstoßen j. quent. weissen Ingwer ij. quent. blaw Merzen violen blumen. eine halbe hand voll / Zigen molcken ij. nöffel / Endiuin wasser ein halb nöffel / Machet die Molcken vnd das Endiuin wasser zusammen gar heis / thut die ernanten stücke in einen verglasurten gelben topff / den Ingwer aber zerschneidet gar klein / vnd

vnd gieffet solches vber alles / decket es wol zu / vnd las-
set es eine nacht also stehen / auff den morgen setzet es
zum feuer / lasset es ein wenig auffwallen / als dann sei-
het es durch ein doppel tuchlein / thut dann darzu den
safft von wilder rauten / mit zucker abgesotten / aus der
Apoteken / Item des saffts Epithymi mit zucker zuge-
richt / jedes iij. lot / Mischet es wol zusammen / theilt es
dann in 5. oder 6. gleiche theil / nach eines jeden vermo-
gen oder alter abe / vnd nemet jeden theil auff den mor-
gen sein warm zu euch / vnd fastet darauff funff stunden.

Die vierde art / so ich M. Johannes Wittich Me-
dicus viel jahr im gebrauch gehabt / vnd viel guts dar-
mit außgerichtet / wird also zubereitet :

Der vierde
Meyêtranck.

Nemet wilde raute drey hand voll / Jungfrawhaar /
hopffensprießlein so im Frûling herfür stossen / Endiu-
en kraut / jedes anderthalb hand voll / Süßholz klein
zerschnitten ij. lot / Rosin ohne stein / oder der kleinen ro-
sinlein ij. lot / Senebletter ohne stiel iij. lot : Diese alle
sol man mit iij. nôßel Ziegenmolcken eine nacht einwei-
chen / dann bey dem feuer bis auff die helffte einkochen
lassen / als dann die brüe abeseihen / darein thun gute
Rhabarbara iij. oder iiij. quentlein / gröblich zerstoßen /
gelben Sandel / Zimmetrinde / jedes ein halb quentlein /
solches wieder ein tag stehen lassen / dann abeseihen / vnd
des saffts von den Rosen / so neun mal eingeweicht / viij.
oder x. lot darzu thun / Dann alle morgen ein guten
starcken tranck sein warm zu sich nemen / vnd darauff
5. stunden fasten / Vnd da man voller vnreines geblûts /
mag man solchen tranck zum andern mal zurichten vnd
gebrauchen.

Es ist auch diese warnemung vnd auffmerckung

(das der lens im anfang vnd ende etwas in der feuchte vnd werme excedire) zur anstellung dienslicher diæt/ vnd lebens ordnung keines weges zuuerachten noch hindan zu sehen.

Das XXXI. Capittel.

Von dem Sommer.

Sommers
anfang.

Der Sommer nimpt seinen anfang / wenn die Sonne den ersten grad des Krebs erreicht / welches dan gemeiniglich geschieht auff den 12. tag des Brachmons / vnd auff diese zeit werden die tage warm vnd lang / die nächte aber kurz / die winde ganz gelinde / das meer stille / die fruchte vnd blumen werden von wegen des warmen wetters zeitig / die vogel lassen sich an allen enden mit voller stimme hören / die bienen / so honig setzen / erquickten sich an den mancherley wolriechenden blumen / zu dieser zeit werden auch die schlangen außgeheckt / vnd lassen die gifte von sich.

Was für
speise im som-
mer diensli-
chen.

Im Sommer sol man der speise abbrechen / vnd dem trunck zulegen / vnd keine gebratene / sondern gekochte vnd kalte speise gebrauchen / auff das also der leib von der hitze vnd truckenheit nicht verlest werde / Man sol auch ein gut frisch bier trincken / doch das solches von natur nicht zusehr kalt / oder aber durch eysschollen oder kalt wasser hefftig erkelt sey / dauon der leib verlest werden kan. Es pfleget auch im Sommer die galle vber hand zu nemen / darumb alles aderlassen vnd purgieren ganz gefehrlichen / vñnemlich in den hundstagen / wie dann auch alle verwundung zu dieser zeit gefehrlichen vnd vnheilbar.

Im Sommer
nimt die gall
zu / vñnd hat
das dominu.
Aderlassen
vnd purgieren
im Sommer
sehr dñchen.

Im

Im Sommer sol man die kleider mit woltrichen-
den öhl bestreichen / vnd allgemachsam wandern / Es
sey dann / das man wegen grosser hitze zureisen hat /
Vnd weil der Sommer warm vnd trucken / als sol man
dargegen auff felte vnd feuchte alles richten.

Das XXXII. Capittel.

Von dem Herbst.

Der Herbst thut sich nach rechtem eingang der Herbstes an-
Sonnen in den ersten grad der Wagen anfa- fang.
hen / welches dann gemeiniglich geschicht den
13. tag des Herbstmons / Vnd dann ist der tag vnd die Aequinoctiu
nacht wiederumb gleich / nachmals nimpt der tag abe / Autummale.
vnd wird kürzer / die nacht aber lenger / Zu dieser zeit
begint die lufft küle zuwerden / die Witternächtschen
winde erheben sich / die wasser werden groß vnd nemen
zu / die brunquellen aber werden geringer / die bletter
an den beumen werden weck / vnd fallen abe / die fruchte
werden abgenommen vnd verlieren sich / das getreide
wird eingesamlet / die erde / berge vnd thal verlieren ihre
schöne gestalt / die vogel zihen in warme lender / die wil-
den thier vertriechen sich in die hōlen / also suchen auch
die Schlangen ihre löcher / vnd machen sie zu.

Im Herbst sol man mehr als zu anderer zeit essen / Was für
vnd messiger trincken / doch mehr wein dann bier oder speise im
wasser / Es sol aber die speise zu truckenheit geneigt sein. Herbst dinst-
Man sol auch die morgen vnd abendi felte zu dieser zeit lichen.
meiden / oder sich wol darfür verwahren / sonderlich
weil in Herbst zeiten die enderung des wetters in felte
vnd

Ähliche wer-
cke im Herbst
einzustellen.

vnd werme gar vngleich/vnd leicht krankheiten/so lang
währen / verursachen kan. Die ehelichen wercke sol
man zu dieser zeit ganz vnterlassen / dieweil zu der zeit
von vngleichem kette vnd werme der menschliche Körper
leicht verlegt wird / darumb man nicht vergebent saget/
das allen sterblichen menschen der Herbst tödlichen sey.

Für Herbst
früchten sich
zuhüten.

Dieweil sich auch die früchte noch nicht erlegen/ sol
man sich dafür hüten / auff das nicht von bösen vnges-
daweten safft vnd vngesundem wetter der ganze leib cor-
rumpiret vnd zu krankheiten bewegt werde.

Schwartz
gall wechset
im Herbst/vñ
hat das do-
minium.

Herbsts na-
tur.

Es hat auch im Herbst die schwarze gall vnd Me-
lancholische feuchtigkeit ihr dominium, vnd nimpt
oberhand. Vnd weil der Herbst von natur kalt vñnd
drucken / als sollen alle sachen auff werme vnd feuchte
angestellt werden.

Das XXXIII. Capittel.

Von dem Winter.

Winters an-
fang.

Der Winter hat seinen anfang/wenn die Son-
ne den ersten grad des Steinbocks erlanget /
welches gemeiniglich geschicht den 12. tag des
Christmonats / zu dieser zeit werde die nächte sehr lang/
die tage aber gar kurz / die kette nimpt teglichen zu / die
winde werden scharff / es schneiet plöglighen / vnd die
wasser wachsen / die erde wird von der kette sehr hart
vnd fest verschlossen / die beume haben keine bletter / die
wilden vnd andere thier verbergen sich in den gruben vñ
hölen der berge für grosser kette vnd feuchte / die lufft
wird trübe vnd dunckel/ das viehe hebet vnd älttere / die
krefsee

freffte des leibes nemen abe. Im Winter sol man viel essen/ vnd wenig trincken/ vnd sich hefftig bewegen/ solches ist vberaus nütlichen / dann daruon wird der Magen gestercke / vnd die natürliche werm erwecket / damit die dawung des Magens desto besser vollbracht werde. Man sol auch guten wein trincken / vnd speise essen / so warm vnd drucken/ Item gebraten fleisch vnd fische/ vnd wenig kochkreuter. Es sol aber alles trincken vberschlagen sein / Man sol auch für der früe vnd abend kelte das heupt/ den nacken vnd die beine wol verwahren/ mit hin vnd wieder gehen/ lauffen/ embfigen fechten vnd ringen sich bewegen / wie denn auch sonsten andere bewegung des leibes zu dieser zeit ganz nütlichen.

Wie man sich im Winter mit essen vnd trincken verhalten sol.

Denen es auch gebüret / die sollen messig die ehelichen werck im winter anstellen / dann solche dem leibe gar keinen schaden zufügen. Vnd weil der winter von natur kalt vnd feuchte ist / als sol man dargegen das leben zur werm vnd druckensheit anstellen. Es ist auch diß zu wissen/ das im winter die roßige Phlegmatische feuchtigkeit wechsft / zunimpt/ vnd das dominium hat.

Im Winter ehliche werck zu üben nütlichen. Winters natur.

Phlegmatische feuchtigkeit im winter das dominium.

Das XXXIII. Capittel.

Was in gemein im Jahre zuthun.

Weil nun berichte geschehen/ was man in den vier theilen des jahrs / als im Fräling / Sommer/ Herbst vnd Winter thun sol / So wollen wir auch kürzlichen berichte thun / was man in gemein im gangen jahr verrichten sol. Für das erste sol man vermanet sein / das ein jeglicher jährlichen seinen geburts tag

Geburts tag sol jährlichen in ehren vnd

Na

tag

vnd freuden
begangewer-
den.

tag in freuden vnd fröligkeiten mit seinen verwandten vnd guten freunden begehren sol / Fürnemlich aber der ewigen / hohen / einigen / unzertrennlichen Dreifaltigkeit höchlichen danck sagen / das dieselbe einem jeden von jugend an bis auff diese stunde viel guts an seel vnd leib erzeiget / vnd bey guter gesundheit erhalten hat / Nachmals sol ein jeder nach höchstem vermögen dahin dencken / wie er seinen leib durchs ganze jahr in guter gesundheit erhalte / vnd das allerley schwachheiten vermieden werden. Es sol auch ein jeder fleissig zuor erkündigen des jahrs eigenschafft / beydes der regierenden Planeten / finsternissen / Constellationen / witterung / so sich das ganze jahr zutragen / auch die figuras reuolutionum vnd Themata fleissig anschawen vnd betrachten / Item was für krankheiten einfallen werden / dann solches alles zu vielen sachen menniglich nütlichen vnd nachdencklichen sein kan.

Überflüssige
leibs vñ kopff
arbeit einzu-
stellen / weim
man auff
alter tritt.

Zu weim sich
ein Christ ge-
fellen sol.

Da auch ein mensch zu einem zimlichen alter kommen / sol er vberflüssige kopff vnd leibes arbeit einstellen / im alter offte menschen vnd ziegenmilch / auch schweinsblut gebrauchen / das alter darmit zu erhalten.

Es sol der mensch mit gotsfürchtigen / frommen / glückhafftigen / erbarn vnd jungen leuten umgehen / dann von solchen alles gutes / allerding wie von einem frommen nachbarer / zuentstehen pfeget. Man sey auch eingedenck / mit solchen menschen freundschaft zumaachen / welche von Gott gesegnet werden / das dann bey einem erbarn gemüte / schönen gaben / erbarn gestalt vnd stierde des leibes vñnd guten glück erkandt wird / Dann gleich wie von dem Diesem ein edler geruch entsethet / so sich weit außbreitet / also kompt auch von einem frommen

men nachbawer vnd erbarer freude / dem nechsten der
mit ihnen umb gehet / alles guts / Ja wer sich zu solchem
gesellet / der schöpffe vnd lernet alles gutes / vnd hengee
erbarkeit einem solchen menschen allzeit an. Darumb
man hinwieder die gemeinschafft der vnernbarn / gottlos
sen / frechen / vnzüchtigen vnd vnglückseligen bösen leu
te zum höchsten meiden sol / vnd jederzeit bey fürtreffli
chen / tugendreichen vnd glückseligen freundschaft vnd
gemeinschaften suchen.

Man sol jährlichen in kaltem wasser baden (wie
droben auch meldung geschehen) jedoch das solches im
Sommer angestellt / vnd darneben diß in acht gehabt
werde / das man nicht zu der zeit im kalten wasser bade /
wenn der leib mit hefftiger bewegung ist erhist worden.

Im Sommer
in kalte wasser
zu baden.

Dieweil auch das kalte wasser dem gehör grossen schaden
zufüget / als sol man sich wol fürsehen / das im baden
kein kalte wasser in die ohren komme.

Kalte wasser
thut dem ge
hör grossen
schaden.

Es ist auch vberaus nütlichen / jährlichen das heupt
drey oder vier mal mit kaltem wasser zwagen / vnd damit
man gewiß wissen möge / wie solche heuptzwagung an
zustellen / als sol alhier dauon auch berichtet geschehen.

Wie die zwag
ung des
heupts nütze
lichen anzue
stellen sey.

Denn erstlichen sol das heupt mit lautlicher oder warmer
laug gewaschen werden / wenn solches geschehen / sol
man mit frischem brunnwasser allgemachsam von der
höhe auff das heupt treuffen / vnd baldt darnach heuff
sig ein drey oder vier nöffel kalte laug oder frisch brunn
wasser vber den kopff schütten / doch so ferne vnd so viel
ein jeder nach gelegenheit seines leibes ertragen kan.
Wenn nun solches geschehen / sol man das heupt mit
tücherlein so nicht erwermet / von der nesse wiederumb
abtrucken / Vnd ist an dem / das solche kalte zwagung

viel vnd grossen frommen bringet / vnangesehen / das von solcher kalter waschung der mensch nicht in ein gering schrecken oder schuttern gereht / so ist doch der nutz / der daruon kompt / dieser / das erstlichen von aufziesung des kalten wassers die inwendige werm gleich zubleiben verschlossen wird / die vngedawten feuchtigkeiten verkochet / die vberflüssigen aber digeriret / vnd die spiritus daruon temperiret werden. Zum andern / so ist auch solche kalte abwaschung des heupts darzu nütlichen / das der kopff nicht kahlglißig noch graw werde / sonderlichen wo solches gethan wird / ehe sich die kahlglißigkeit vermercken lest / das heupt auch vnd alle sinne zu ihren rechten bewegungen vnd wirkungen desto fertiger werden / dann einem jeden gleich von seines gleichen hülffe geschicht / vnd daruon erhalten wird.

Das man auch warme fusbade / vnd waschung der hende mit kaltem wasser nach gehaltener mahlzeit / gebrauche / ist vberaus nütlichen vnd gut / sintemal solche / wie offte angezeigt / den augen viel frommen bringen. Die zwagung aber des heupts mit kaltem wasser sollen allermeist die jenigen in acht nemen vnd gebrauchen / welche offte mit flüssen beladen werden. Es bekennet Ranzouius, das er offte vnd viel das heupt habe waschen lassen / vnd sich gar wol darnach befunden / habe sich aber zuuor mit warmer laugen zwagen lassen / vnd weder kalte lauge noch wasser darzu gebrauchet / dauon ihm dann die schweisslöcher offen blieben / vnd das heupt mancherley beschwerung vnd flüsse empfangen, welches dann seinem vater vnd ihm vrsach gegeben / diese zwagung mit warmer laugen gentslichen einzustellen / bis er endlichen nachgesucht / vnd in Hieronymi Cardani büchlein.

büchlein vom wasser / auch in dem Cornelio Celso
(wie man solche kalte heuptzwangung nützlichen gebrauch
en sol) eigentlichen vnd gewissen bericht befunden.

Das XXXV. Capittel.

Von den stufen oder steigjahren.

In den jahren / so man Climactericos oder de-
cretorios, das ist / stufen oder steigjahr nennet /
die wollen wir an diesem ort keines weges vber-
gehen / sondern dauon auch bericht thun.

Man sol aber erstlich wissen / das solche auffmerckung
vnd warnemung solcher zeit nicht aberglaubisch sey / son-
dern aus der gemeinen erfahrung genommen vnd herge-
flossen / sintemal augenscheinlich vnd vnleugbar / das
auff etliche gewisse jahr sich merckliche enderungen / in-
nerlichen am leibe / vnd eusserlich am glück mit dem men-
schen zutragen.

Auffmerckung
der steig vnd
stufen jahr
nicht aber-
glaubisch
noch verbotē.

Also ist allwege das 7. jahr des lebens ein Clima-
ctericus, das ist / ein stufen jahr / annus scalaris, so ei-
nem jeden gefehrlich ist / sintemal dasselbe jahr grosse vñ
merckliche enderungen an des menschen leibe mit sich
bringet. Die natürliche vrsach ist diese / das alle 7. jahr
die ordnung der Planeten sich wieder vom Saturno
(welcher vns gemeiniglich frembde vnd zuwieder) ab-
wendet / vnd Saturnus der menschen mörder kompt zum
gevierden schein / welcher ort oder zeichen allzeit einer
andern vnd gar wiederwertigen art / natur vnd eigens-
schafft ist / mit dem zeichen daraus er erstlich gangen :
Als zum exempel / Das zeichen des Wieders ist warmer

Das 7. jahr
ist allwege ein
stufen jahr /
vnd gefehr-
lichen.

Vrsach.

Woher es
kompt / das
alzeit vmb d³
7. jahr den
kindern die
zeen auffalle.

Das das
14. jar auch
ein stussen jar
sey.

In 49. jahr
wird der ver-
stand im men-
schen reiff.

In 70. jahr
wird das ziel
des menschl-
chen lebens
vollbracht.

vnd druckener natur / dargegen ist das zeichen des Krebs
kalter vnd feuchter natur / welches sich zusammen rei-
met / als wenn man kalt wasser auff ein heis gläend eisen
geußt / Daher dann kompt / das allzeit vmb das siebende
jahr den kindern die zeene auffallen / vnd wieder wach-
sen / ja auch wol andere enderungen / als leibes schwach-
heiten vnd dergleichen an ihnen geschehen / auch wol
offtemals gar sterben / Im 14. jahr gibts andere ender-
ung mit ihnen / vnd so fortan. Vnd wenn nun 7. mal
7. jahr / so 49. jahr machen / erfüllet sind / so wird der
verstand im menschen reiff / das ist / so kompt der mensch
zum rechten verstande vnd vollkommenen alter. Wenn
man aber 10. mal 7. das ist / 70. jahr erreicher / so ist das
ziel des menschlichen lebens volbracht / In massen auch
im 90. Psalm stehet : Unser leben währet 70. jahr /
vnd wennis hoch kompt / so sindts 80. jar / 2^e. Vnd ges-
het als dann nach den alten reimen :

Siebentzig jahr ein greiß /

Achtzig jahr nimmer weiß.

Georgius
Trapezuntius
im 90. jar
seines alters
gestorben.

Doctor Jo-
han Bugen-
hagen Pome-
ranus stirbt
im 73. jahr
seins alters.

Wie man auch lieset von einem zu Rom / Georgius
Trapezuntius genandt / so Anno 1480. daselbst ges-
storben / vnd 90. jahr alt gewesen / welcher in seinem al-
ter alles vergessen / was er zuuorn studiret hatte / von
welchem diese wort stehen / qui in senecta literarum
omnium oblitus dicitur, &c. So wird auch in an-
dern büchern vom abschiede des herrn Philippi Melan-
thonis gesetzt / das er ein mal in seiner schwachheit des
hochgelerten herrn D. Johannis Bugenhagens Po-
merani, weiland Pfarherrs zu Wittenberg / gedacht /
welcher 73. jahr alt worden war / vnd gesagt : Doctor
Pommer / der gute fromme man / seliger / ist von keiner
andern

andern frantzheit / denn vom alter gestorben. Vnd hat weiter gesagt / Es solte ihm keiner wünschen / so lang zu leben / das er für alter vnd schwachheit den leuten nichts mehr dienen / noch nüt sein köndte / wie denn solche alte leute selten thun können / sondern werden gar zu kindern. Davo besitze in adagij Erasmij, Senes bis pueri sunt. Item / Sexagenarios de ponte, deljcare. Vnd die tegliche erfahrung bezeuget / das viel tapffere leute in den Climactericis, oder stufen jahren vmbkommen vñ gestorben sind / als Orpheus der alte Poet aus Thracia, der gewaltige philosophus vnd hochweiser mann Aristoteles, der weise heyde vnd redner Cicero, der fürtreffliche vñd hochberühmbte orator Demosthenes, Scipio, Africanus, vnd zu vnsern zeiten Fridericus der erste / vnd Christianus der andere / beyde Könige in Dennemarek / vnd noch teglichen viel in solchem stufen jahr sterben / welcher namen allhier zuerzelen gar zu lang sein wolte.

Man liest auch im 3. buch Moisi am 25. Cap. Des 7. jars gedencket auch die heilige schrift. das es Gott selbst also geordnet vnd gestiftet hat / das allwege das 7. jahr ein feyer oder ruhe jahr hat sein müssen / darinnen man kein land / weder acker noch weinberge hat bawen oder arbeiten dürfen / zc. alles also geordnet zum gedencken / das Gott der Herr am siebenden tage nach der schöpfung geruhet. Gleich wie auch allwege das 50. jahr / nach vorfließung sieben jarwochen / das ist / wenn 7. mal 7. oder 49. jahr erfüllet vnd verflossen waren / das Jubeljahr genennet worden / Deut. Jubel jahr. 15. Leuit. 25.

Es gedencken auch solcher stufen oder steigenden jahr in ihren büchern / Philo, ein berühmter hochgelerter Jü-

ter Jüde / vnd der heilige Augustinus, so wol auch Censorius vnd Gellius, vnd das auch der hochgelerete Cicero solcher stufen jahr wargenommen / vnd achtung darauff gehabt / ist klar in dem buch Somnium Scipionis genandt / zu sehen / da er spricht: Cum ætas tua septenos octies solis anfractus, reditusque conuerterit: duoq; hi numeri, quorum uterq; plenus, alter altera de causa habetur, circuitu naturali summam tibi fatalem confecerint, &c. So schreibet auch darvon der hochberühmbte arzt vñ naturkündiger Hippocrates, da er spricht: Aetatem hominis septenario dierum numero constare.

Auff dz vierde jahr auch acht zugeben.

Enneatici den namen von den neun jahren.

Warumb dz 63. jahr alten alten gefährlich.

Über das sol man auch des vierden jahrs warnen / vnd darauff achtung haben / simeal es das mittel ist in der siebenden zahl / Desgleichen auch das neunde jahr / welches man von wegen der neunenden zahl Enneaticum zunennen pflaget / vnd haben gemeldte jahre ihre natürliche vrsachen / wie bey den ärzten die Critici, Decretorij oder Indicatiui dies, das ist / vrtheils tage / daraus man etwas von der franckheit schliessen vnd vrtheilen kan / Dann die ärzte sagen / das man an dem vierden tage / von anfang der franckheit zurechnen / merken / abnehmen vnd nachdencken könne / wie sich den 7. tag damit anlassen werde / vnd ist solche auffmerckung keines weges zuuerachten / In massen dann der löbliche vnd fromme keyser Augustus, so 76. jahr alt worden / vnd 56. jahr regieret hat / an seinen sohn schreibet: Frewe dich mit mir mein lieber sohn / dann ich bin nun über das 63. jahr / welches allen alten gefährlich ist. Die vrsach ist diese / das in dem 63. jahr die 7. vnd 9. zahl zusammen lauffen / man rechne es nach 9. oder nach 7. welches

welches sonst in keinen jahr geschicht / vnd vmb dieser
 vrsach willen sterben gemeiniglich die alten darinnen/
 oder müssen ja etwas grosses ausstehen. Vnd ob wol Das 56. jar
auch ein stuf-
 das 56. jahr auch ein stuffen jahr ist / jedoch ist es den fen jar / aber
den alten
nicht so ge-
 alten nicht also schrecklich vnd gefehrlich / als das obge-
 meldte 63. jahr / denn in demselben 56. jar kommen nur sehrlichen.
 die 7. vnd 4. zahl zusammen. Ich bin der meinung/
 gleich wie die jenigen / so im 7. vnd 9. Monat geboren
 werden / ein vollkommen leben haben können / Dargegen
 die jenigen / so im 8. Monat geboren werden / nicht le-
 ben können / welches seine gewisse vnd natürliche vrsa-
 chen hat / das gleich also vieler menschen leben (jedoch
 der göttlichen allmacht vnd freywilligen regierung hier-
 mit nichts benommen) sich bis auff die stuffen jar / in
 welchen die 7. vnd 9. zal gleichsam in einer circel zusam-
 men kommen / erstrecken / vnd als denn daselbst vollens-
 det vnd beschlossen werden. Welchem denn nicht vn-
 ehulich oder vngleich ist / das die jenigen / so schwerlich
 krank ligen / gemeiniglich sterben / wenn der Mond im
 auffsteigenden grad / oder in dem mittelhaufe des him-
 mels (wie es die Astronomi abtheilen vnd nennen) ste-
 het / gar selten aber wenn der Mond im 4. oder 7. haus-
 se ist / in den andern heusern sonst fast kein mal / wel-
 ches ich so wol als andere mehr zum öfftern mal obser-
 uirt vnd erfahren.

Cardanus schreibet / daß das 56. jahr den jeni-
 gen / so des nachts geboren werden / darumb das die kela-
 te des Saturni geduppelt wirdt / Vnd das 63. jahr den
 jenigen / so des tages geboren werden / wegen der durre
 vnd druckheit des Mercurij vnd Martis, sonderlich in
 einem solchen alter / das ohne das allbereit kalt vnd

drucken ist / allermeist gefehrlich vnd schedlich sey.

Wie man
sich verhalte
sol / wenn stuf-
fen jar / oder
zeichen zu
künfftiger
krankheiten
verhanden.

So offit nun solche Anni Climacterici oder Enneatici / das ist / stufen jahr / von 7. zu 7. oder von 9. zu 9. gerechnet / vorhanden sein / oder sich vmb dieselbe zeit etliche wahrzeichen einer zukünfftigen krankheit außweisen vnd mercken lassen / als da ist / lassigkeit oder tregheit in den gliedmassen / beschwerung in knien / schmerzen in lenden / dunckelheit der augen / klingen in ohren / grauen vnd eckel für der speise / viel schwitzen im schlaff ohne gewisse ursach / vngewöhnlich gehnen vnd dergleichen / so sol man den allmechtigen Gott inniglich anruffen / gelehrte vnd erfahrne ärzte vmb raht fragen / vorsichtiglich in allen sachen handeln / sich messig in essen vnd trincken / vnd andern dingen zum leben nötig / halten / denn mit einem glenbigen gebet / guten raht vnd gebrauch bequemer arznei / vnd mit vorsichtigkeit / kan man vielen schweren anhangenden vnfallen zuuor kommen vnd abwenden / vnd also diß zeitliche leben / wie 2. Reg. 20. dem könige Hiskia geschach / offtimals lenger erhalten kan.

Stufen jahr
von der 7.
zahl.

Es sind aber die Climacterici / wie folget / 7. 14. 21. 28. 35. 42. 49. 56. 63. 70. 77. 84. 91. 98.

Stufen jar
von der 9.
zahl.

Die Enneatici aber / so in Griechischer sprach von wegen der 9. zahl den namen haben / sind diese / 9. 18. 27. 36. 45. 54. 63. 72. 81. 90. 99.

Das XXXVI. Capittel.

Was man in guter acht haben sol / wenn man ober land reiset / sonderlich da es
nem

nem eine krankheit oder fieber anstos-
sen wolte / wie man sich in essen vnd
trincken / sampt andern notwendigen
stücken verhalten sol / ein vnterricht.

Nach dem bis daher nottürfftiglich angezeigt wor-
den / wie man sich durchs ganze Jahr / auch in
den vier theilen des jahrs verhalten sol / damie
man gesund bleibe / Als wil nun auch nötig sein / anzu-
zeigen / was die jenigen / so stets wandern vnd vber land
reisen / behalten vnd mercken sollen.

Derwegen die jenigen / so weit verreisen / fürs erste Gemachsam
diss in guter acht haben sollen / das man anfenglichen von hause
allgemachsam von hause aufziehen / nachmals teglich aufziehen /
den tages reisen zulegen sol / Vnd da man bey nahe an vnd gemach-
den ort kömmet / dahin man die reise angestellt / sol man sam in die
wiederumb allgemachsam zur herberge vnd stell einzie- herberge ein-
hen / dann solches beydes menschen vnd pferde nützi- ziehen.
chen / das man dieselben nicht vbertreibet / Welche be-
scheidenheit vnd vorsichtigkeit auch der Patriarch Ja- Jacobs vor-
cob / da er von Laban seinem schweher wiederumb heim- sichtigkeit in
keret / Gen. am 53. Cap. gebrauchet. seinem reisen.

Zum andern sollen auch die reisende personen in Wanders-
guter acht haben / das ire leibe teglichen stulfertig / vnd ja leute sollen
nicht verschlossen sein. Da sichs aber zutrüge / das sie teglich stul-
auff der reise hartleibig vnd verschlossen würden / sollen fertig sein.
sie den leib mit arhney mitteln wiederumb eröffnen / wie
denn solches auff mancherley weise geschehen mag / Als
wenn man des morgens 2. oder 3. löffel voll oxymeli-
tis simplicis, oder Syrupi acetosi aus der Apotrecken zu

sich nimpt/ oder aber ein bahr frische weichgefottene ey-
erdottern austrincket / oder ein wenig gute Rhabarbara
mit Rosenzucker vermische zu sich nimpt / die eröffnen
auch den leib. Vnd da man nichts anders haben kan/
sol man Rûhe oder Ziegenmolcken vngefahrlich ein nôs-
sel / mit ein wenig sals vnd ein löffel voll honig einne-
men/dz eröffnet den leib gar fein/ An stat des sals thun
etliche Alandwursel gestossen / oder Zimmetrinde zur
molcken/ist auch nicht böse. Ein stulzpflein von harten
speck / oder von honig vnd sals gesotten / oder ein vier
Zeigen gessen/ sind auch ganz dienstlichen/ sonderlichen
wenn man die zeit nicht haben kan von oben erzelten ein
purgierendes mittel zugebrauchen / oder wenn der Ma-
gen die eingenommene purgierende arznei nicht wol be-
halten kan. Wer weitem bericht von purgierenden stü-
cken haben wil/ oder zu harter verstopffung in fürfallend-
den nöten bequeme hülff begehret / der suche zurück das
17. Capittel/ von purgieren vnd reinigen des leibes/der
wird allda gar gute nachrichtung zu guten bequemen
mitteln haben vnd finden.

Arznei für
gelicere blut.

Zum dritten/ treget sich auch offte zu/das einer von
oder mit dem Pferde felt / oder mit dem wagen vmb-
schleget/ vnd schaden nimpt/ dauon geliefert gebüt/ ein
drucken vmbts herz / engbrüstigkeit vnd gefehrliches ste-
chen entsethet / als sol man vnuerzüglichen Woltradt
mit warmen bier / entweder des morgens / wenn man
auffgestanden / oder des abends/ wenn man wil zu bette
gehen/einnemen/vngefahrlich ein halb oder ganz quent-
lein/ oder einer haselnuß groß. Oder

Nemet Schwalben wursel iij. quentlein/der besten
Rhabarbara ij. quent. gebalsamirt menschen fleisch ein
halb

halb quentlein / zubereit Gummi Laccæ, Wolradt / jedes j. quent. gestiegelte Schlesiſche terra sigillata, Boli armeni so rechtschaffen / jedes ein halb quentl. Aus diesem allen ein püluerlein gemacht / vnd dem gefallenem dauon ein quentlein auff ein mal mit ein trunck Lindenblüet wasser eingegeben / ist gar eine gewisse hülffe.

Es hat sich auff ein zeit zugetrage / das der Durchleuchtige vnd Hochgeborne Fürst 22. Herzog Wilhelm zu Sachsen / hochlöblicher Christlicher gedechtnis / vom schlitten zu Heidelberg vnuersehens einen bösen fall gethan / also / das man sich böses geliefertes geblüts hat versehen müssen / als ist dazumal J. J. G. diß nach verzeichnete Puluer von den fürnembsten ärzten zugetricht vnd gegeben worden.

Herzog Wilhelm zu Sachsen / hochlöblicher gedechtnis / puluer für geliefert blut.

Nemet der besten Rhabarbara ij. quentl. gebalsamirt menschen fleisch / lindene kolen / jedes ij. quent. Ferber röte / Krebs augen / jedes zwey trittheil eins quentl. gestoffene Neglein iij. gersten körner schwer / daraus ein Puluer gemacht.

Über das / so sind auch nachfolgende salben für alle gebrechen / so aus fallen / schlagen / stossen / drucken vnd dergleichen den menschen entstehen / vberaus nützlich.

Die erste Salbe.

Nemet Bibenel / Lauandel / Spicanarden / Raute / Hyssop / Salbey / Bertram / Voley / Fenchel / wilden Weizen oder Hamelkorn / Garb / sonst schaff garb oder tausentblat genandt / Braunellen / Sibisch / Schwarzwurz oder walwurz / Aurn / sonst tausentgüldenfraut genandt / Maioran / Eisenkraut / Eberweiß / Leberkraut / Türckische vnd einheimische gemeine Melisse / garten Angelica / Ehrenpreis / Siebengezeiten / Erdt-

beerkraut / Singrum / Sinaau / Rosmarien / Hirschzunge / Tormentill oder Birkwurzel / Feldbethonien / jedes j. hand voll : Diese krenter alle sol man mit einem messer gar klein zerschneiden / dann in einen grossen tiegel oder pfanne thun / darzu nemen gute frische Meyenbutter ohne sals 28. pfund / vnd denn bey reinem kolfewer wol kochen lassen / so lange bis sich die krafft aus den krentern gezogen / solches denn durch ein rein tüchlein seihen / darzu frisch außgepreß Lorberöhl ij. pfunde thun / zusammen mischen / vnd wieder zergehen lassen / dann in einem verglasurten topff oder büchse wol verwahren. Diese salbe ist ganz dienstlichen wieder alle inwendige verletzung / so von fallen / stossen vnd dergleichen entstanden / einer haselnuß groß auff ein mal in warmen bier eingenommen / Vnd da es nicht bald helfen wil / sol man solche salbe zwey oder drey mal einnehmen / auch von außwendig den verletzten ort darmit gar wol bey einem gelinden kolfewer salben.

Die rote salbe.

Die rote salbe / so fürnemlich denen dienstlichen / welche aus fallen einen schaden empfangen / vnd sich besorgen / das etwas enzwey / oder verstockt blut verhanden sey / dauon gibt man 1. 2. auch wol 3. oder vier quentlein in warmen wein oder bier ein.

Nemet der roten Ochsenzungen wurzel / zwischen zweyen frauen tagen gegraben / viij. lot / zerschneidet solche / vnd lasset sie in einem kleinen maß roten Wein stehen / bis sie weich wird / oder kochet solche mit j. pfunde Meyenbutter ohne sals / bis die butter röstlich wird / vnd die krafft aus der wurzel kompt / alsdann thut auch darzu Wolrath iij. lot / laßt es auff einem gelinden fewer zergehen / vnd seihet es durch ein rein tüchlein / so ist solche

solche salbe fertig. Man sol auch von aufwendig/ da der schmerzen am größten ist / sich wol warm damit salben.

Folget nun die grüne salbe / so die alte Grewin zu Mansfeld / Dorothea / geborne Grewin zu Solms / im gebrauch gehabt.

Nemet spizige Wegebreit / Feldbethonien kraut / Grüne salbe.
Odermennige / eins so viel als des andern / wenn sie grün vnd am frefftigsten sind / diese sollen erstlichen zusammen gehackt / dann gestossen vnd ausgepreß werden / nachmals souiel du des ausgepreßten saffts hast / so viel soltu auch der guten / vngesaltenen frischen Meyenbutter darzu thun / vnd miteinander bey gelindem feuer wol köchen lassen / vnd stets umbrühren / auch einer hand breit einkochen lassen / dann durch ein tüchlein seihen / vnd denn in einem steinern gefeß wol verwahren / so ist die grüne salbe fertig.

Ein andere.

Nemet Genseric / winter grün / wiesen Mangolt wurzel vnd kraut / Hirschzung / Feldbethonien / Reinsfarn / heydnisch wundkraut / Deschelkraut / Eppich mit der wurzel / S. Johans blumen / spizige Wegebreit / breite Wegebreit / schaffgarben / Schwarzwurz / sonsten beinwell genandt / Singrün / Braunelle / Gauchheil das weibte so blan blüht / jedes is. hand voll / schneidet die kreuter gar klein / vñ legt sie in regenwasser / souiel von nöten / solche zusammen 3. stunden lang bey gelindem feuer sieden lassen / dann ausdrücken / vnd den safft in eine zinnerne kanne thun / darzu auch so viel reine vngesaltene Meyenbutter gethan / die kanne dann in ein kessel

fessel mit heissem wasser gesetzt/ vnd ein drey stunden kochen lassen / nachmals wieder heraus nemen / in einem keller zween tage lang stehen lassen / dann 20. Salbeyblätter darein legen / vnd wieder auffsieden lassen / vnd wenn es erkaltet / sol man das feiste von den wässerigen feuchtigkeiten abe thun/ vnd in ein verglasurt gefäß verwahren.

Ein andere krefftige grüne salbe.

Nemet grüne Lorberblätter/ Rosmarien/ Salbey/ Majoran / Rautenblätter / weiß Reinfarn oder schaffgarben/schwarzen Kümmich oder Coriander mit sampt den blumen vnd samen / jedes ij. hand voll / kleine vnd grosse Nesseln j. hand voll/ Hyssop/ Braunellen/ roten Beyfuß/ jedes j. hand voll / Odermennig kraut / kleine Wegbreit / spizige Wegbreit / Beinwol oder waltwurz zel/ Mastlieben/ heydnisch wundkraut/Singrün/ jedes iij. hand voll/lauendel/wermut/ rote rosen/weiße rosen/ jeder iij. hand voll : Diese kreuter im Meyen/vnd wenn sie am besten sind/alle fein frisch vnd grüne gehackt/vnd darnach gestossen / dann vngesalzene vnnnd geleuterte Meyenbutter darunter gemischt / in ein verglasurten topff eine stunde allgemachsam sieden lassen / vnd stets wol umbrühen mit einer hülzernen spatel / dann in ein secklein von tuch gethan / vnd reine in ein kalt wasser aufgedruckt / nachmals solche durchgedruckte Salbe wieder in einen reinen verglasurten topff thun/sanfftiglich zergehen vnd auffsieden lassen / dann darzu thun weiß Jungfraw wachs anderthalb pfunde / zwene löffel voll Baumöhl / wenn dann dieselbe beginnet kalt zu werdē / so nun weissen Beyrach vñ Mastix jedes viij. l. klein

klein gepulvert / vnd darcin gestrewet / vnd mit stetigem
vmbrüren wol darunter vermengt / so ist die salbe fertig.

Ein andere kreffteige salbe / welche die alte Grewin
auch für den scharbock vnd mundseule sehr gebraucht
hat / wirdt also gemacht :

Nemet vngesalsene vnd rein gescheumete Meyen=
butter xx. pfund / grüne Brunnkresse / Nachtschatten/
breit Wegerich / tausentgülden blümlein / Mutterkraut /
Wachbungen / jedes drey guter hand voll : Diese kreuz=
ter alle ganz klein gehackt / vnd vnter die butter vermeng=
get / vnd also 5. wochen lang stehen lassen / doch tegli=
chen mit einer hülzkernen spatel wol vmbrüren / Wann
denn die butter zu hart wird / sol man es auff dem feuer
wieder wermen / das man es vmbrüren kan / vnd wenn
die fünff wochen umb seind / thut es zusammen in einen
verglasurten topff / oder sonst in ein rein gefes / vnd last
es eine gute viertel stunde sieden / ringet es dann durch
ein hären tuch / das die krafft der kreuter wol heraus
kompt / thut dann darzu ein halb pfund honig / vnd ein
gut theil regenwürmer / klein zerstoßen / vnd mit der war=
men butter durchgetrieben / auffs beste als man es durch=
bringen kan / Man sol auch nemen v. lot frische schaff=
lorbern / wol gestoßen / vnd mit iiii. lot weinessig durch
ein hären tuch gerieben / vnd die warme butter darunter
gemengeset / so gehet es desto besser durch / Wenn solches
geschehen / sol man alles zusammen wieder sieden / bis
man sich düncken leß / das die wässerigkeit wol versotten
ist / dann gießet es in ein gefes / vnd nemet iiii. lot We=
gebreit samen klein zerstoßen / dann vnter die salbe ge=
rüre / bis sie kalt wird / so lang es mögliches zurüren ist /

laß sie dann ein fünff tage stehen / stecket dann mit einem holz oder spatel biß auff den boden des gefeß / darinne die salbe ist / ein mal oder viere / vnd so noch wasser darinnen ist / sol man solches außlauffen lassen / vnd wider durcheinander rüren / dasselbe so lange thun / biß kein wasser mehr darinnen / so ist sie fertig.

Zugabe.

Man auch einem / so vber land reisete / ein fieber oder dergleichen franckheit ansties / vnd arzneyn gebrauchen müste / der sol sich mit essen vnd trincken wol halten / Also auch in fiebern oder andern hizigen franckheiten keinen wein / wasser oder milch trincken / vnd was von wein oder milch zugericht wirdt / noch was scharff gewürzt ist / nicht essen.

Man sol aber ein gut gerstenwasser / ein gering haubßbier / oder einen guten kofent / scherpffe oder nachbier (wie man es zunennen pflegt) trincken / vnd solches zuuor wol vberschlagen lassen / oder ein stück geröst brod darein werffen / damit sich die grosse kette darein zeucht / ist gar bequem.

Man sol auch gar kein rohe obst essen / keine gereucherte fische / die grünen aber / als Schmerle / Forellen / Aischen / Krumbhechtlein / Perß / Kaulperß / können vnterweilens zur luft nach gelassen werden. Gleiches gestalt sol man auch sonst alle grobe kost / als gereuchert fleisch / würste / schincken / sawer kraut vnd dergleichen meiden / auch alles so den leib verstopffe / als kuchen / krepffel / warm brodt / vnd was in butter gebaeken oder gepreget wirdt.

Die speissen so wol zuuerdauen / vnd den leib offen behalten /

behalten/ sind am gesündesten/ als grosse zweischken mie
 sbrer brüte/ habergrün súplein/ gersten grauppen mit hū-
 nerbrüte / rindfleischbrüte oder Cappannenbrüte zugerich-
 tet / heyden / eyersúplein / wassersúplein mit eingefelten
 ganzen epern/ rindfleischsúplein/ hūnersúplein/ grūn ge-
 kocht kraut / spinath genandt / mit kleinen rosinlein /
 weich gerürte eyerlein/ oder so weich gesotten/ vnd zuuor
 zuo oder drey stunden in bier oder weinessig / oder in
 frischem brunnwasser gelegen sind / junge hūner / aller-
 ley waldt vnd puschvogel/ außgenommen die wasservo-
 gel / als enten / gense / tauben / staren / spechte/ etc. Es
 ist auch dienstlichen/ junge zieglein/ junge lemmer/ schöp-
 fenfleisch / jung rindfleisch/ kalbfleisch/ mit essig zuberei-
 tet/ sonst ist es zu schleumig/ Cappannen/ Rebhūner/
 Rehen wilpret.

Wolte nun gleichwol einem neben solcher Diæt ei-
 ne franckheit anstossen / vnd wüste nicht / was es were/
 der sol für allen dingen j. quentlein Pestilens pillen mit
 den Aloë Phanginis vermischet/ des morgens früe/ oder
 auff den abend anderthalb stunde vor der mahlzzeit ein-
 nehmen/ dann solche benemen viel schwerer franckheiten.

Were es aber / das man an einem ort / da es ster-
 bens halben keine noth/ vnd die person gleich verstopfft/
 sol man der linden purgier latwergen von zweischken/
 oder der laxirenden rosinlein / oder ein gelinde Clystir-
 lein / stulzeylein vnd dergleichen gelinde mittel / deren
 zuuor oberflüssig im 17. Capittel gedacht worden / ein-
 nehmen vnd gebrauchen / Als dann des Cardobenedicten
 puluers j. quentlein in drey theil teilen / vnd solches drey
 abend nacheinander einnehmen / mit ein drittheil eins
 nöffel weins warm gemacht / wenn man wil zu bette ge-

hen/ sich dann wol zudecken/ vnd die ganze nacht warm halten / kompt denn ein schweis / so ist man genesen. Wolte aber die krankheit oder das fieber zum ersten mal daruon nicht nachlassen / so sol man noch drey mal darmit fortfahren / das ist in allen fiebern vnd krankheiten sehr nützlichen/ auch in der heupt vnd Pestilens krankheiten / doch das man in Pestilens fiebern im schwitzen nicht schlaffe. Also ist solches puluer auch gut zugebrauchen in seitenstechen / vnd ist eine arznei für junge vnd alte personen. Sonsten nimpt man auch Calmus/ Ingwer / jedes ij. quentlein / schneidet solchen gar klein/ darnach ij. lot brodt darzu gerieben / dann darüber ein halb löffel guten weinessig gegossen / vnd also drey tage stehen lassen/ wenn man denn auff den abend wil zubette gehen / nimpt man dessen ein oder zwene löffel voll/ vnd decket sich darauff warm zu/ bis ein schweis kompt/ das wendet vorstehende krankheiten abe.

Das XXXVII. Capittel.

Nützlicher vnterricht / wie man sich wider die kelte im reisen / jagen vñ kriegszügen bewahren sol. Item da man sich irgendet verbrandt / was man darfür thun sol.

In den mitternächtlichen lendern ist es mehr kalt/ denn warm/ vnd müssen die einwohner derselben lender offte vnd viel im kalten wandern / jagen oder kriegen / auch offtmals ihr lager vnter dem himmel auffschla-

auffschlahen / wie denn ein zeitlang im Niederlande geschehen / da man viel kelte hat erdulden vnd austsehen müssen.

Für grosser kelte aber sol man sich mit guten wär- Die sich von
hafftigen kleidern / die nicht bald anbrüchig oder schad- aufzuwenig
hafftig werden / sonderlich in kriegszügen / da man nicht für kelte zu
allzeit die wahl haben kan / solche zuendern / wol versor- bewahren.
gen vnd bewahren / auch von jugendt auff sich geweh-
nen / etlicher massen kelte zuuertragen / denn solches bey-
des zur gesundheit / vnd kriege zu füren vnd zuvolbrin-
gen / nütlichen.

In grosser kelte sol man für allen dingen das heupt / die hende vnd füsse wol verwahren / damit deren lebhaftigkeit vnuerletzt bleibet / wenn solches geschicht / so stehet es mit dem gangen leibe richtig vnd wol / vnd bleibet derselbe für der kelte vnuerletzt.

Man kan zwar den gangen leib / vnd alle theil des-
selben / gar leicht mit tuch / rauchem futter vnd rauchen
hirschheuten wol verwahren / Jedoch ist zuwissen / das
gar kein rauch futter dem heupt oder gehirn dienstlichen /
darumb die hüete / pareth vnd müsen alle mit tuch oder
baumwolle sollen gefüttert sein. Es ist auch zuwissen /
das dem herzen viel eher kelte von den füssen zugebracht
wird / dann vom gehirn / darumb man die füsse wol
warm halten sol.

In grosser kelte ist vberaus nütlichen die bewegung
mit lauffen / hastigem gehen / mit hin vnd wieder schla-
gen der arme / mit strampffen der füsse vnd dergleichen.
Es gibt die tegliche erfahrung / das wer in der kelte des
morgens das angeficht vnd die hende mit kaltem wasser
weschet / vnd nachmals handschuch anzeucht / das der-
selbe

selbe in der erste wol etwas frewert / aber nicht lang dar
 nach wird ihm der ganze leib fein warm / denn die kette
 zeucht erst die schweislöcher der haut zusammen / vnd
 bewahret / das die aufwendige umbgebende kette nicht
 kan durchkommen / vnd das also die werm / so sich inn
 wendig erhelt / vermehret wird / vnd sich nachmals hin
 vnd wieder fein auftheilet. Den wust vnd unreinigkeit/
 so von der kette verursacht wird / sol man von den füßen
 waschen / auch die handschuch vnd leinene fusolen sol
 man in brandtwein nezen / denn solches auch wieder die
 kette ganz dienstlichen / auch ohne das der brandtwein
 mit warmen gewürz zubereit / vnd eingenommen / den
 ganzen leib erwermet. Oder aber diese mixtur latwerge
 gebraucht :

Womit der
 ganze leib zu
 wermen.

Nemet Semmelkromen auff einem reibeisen gerie
 ben iiii. lot / gestoßenen zucker Candit drißhalb lot / gu
 ten Rheinischen brandtwein / souiel von nöten solches
 anzufeuchten / Von dieser latwerge des morgens näch
 tern ein bahr würzlöffel voll zu sich genommen / erwer
 met nicht allein den leib / sondern ist eine vberaus gute
 arhney wieder die dampffigkeit vmb die brust / stercke
 den Magen / vnd macht der brust gute lufft / vnd so man
 ein wenig Saffran darzu thut / ist es noch krefftiger /
 mag auch des abends wenn man wil zu bette gehen / ge
 braucht werden. Wie denn auch gleicher gestalt des
 morgens eingemachter Ingwer / Calmus oder Musca
 ten nuß gessen / sehr nütlichen wieder die kette sind. Da
 man auch von aufwendig mit guten salben vnd wolric
 ehenden warmen öhl den leib befeuchtet / ist es auch gue
 für die kette. Die Welschen nuß vnd der Knobloch
 haben sonderliche proprietates vnd eigenschafften / die
 kette

felte auffzuhalten / fürnemlich wenn solche zerstoßen /
vnd in fleischbrüe eingenommen werden. Oder nimm
grossen nessel samen / koche den in wein / das es so dick
wird wie ein muez oder salbe / darmit schmire deine glie-
der / so bistu den tag sicher für frost.

Wieder die grimmige grawsame felte bereit man ei- Salbe vnd
ne salbe von öhl / nesseln vnd sals / vnd beschmiret dar- öhl für felte.
mit den leib / Diese salbe dienet auch für die eisse vnd ge-
schwer / so von grosser felte entstanden. Wer auch wil
die füsse vnd hende für frost vnd felte bewahren / der
schmiere sie mit Fuchsfett.

Nun wollen wir auch anzeigen / durch was mittel Womit den
man den cuffersten gliedern des leibes / so von frost er- erfrorenen
starret / wiederumb helffen sol / Denn die erfahrung be- gliedern zu
zeuget / da einem ein glied vom frost ertödtet vnd ent- helffen.
schlaffen ist / das ihm solche beschwertung nicht mit feu-
er / warmen oder laulichem wasser wieder zurecht ge-
bracht worden / sondern das gliede ist darvon mehr ver-
feulet vnd mürbe gemacht worden / oder der kalte brande
darein kommen / das man es endlichen abschneiden vnd
hinweg nemen müssen. Wenn man es aber in kalt was-
ser helt / vnd darmit weschet / so wird es wiederumb all-
gemachsam zurechte gebracht.

Galenus hat wieder hefftige felte vnd derselben Galenus argu-
schmerzen gebraucht / das hitzige Gummi Euphorbiū, ney wider erf-
mit wachs vnd öhl / soniel darzu von nöten / zu einer sal- frorenen glic-
be gemacht / vnd das glied darmit geschmieret. der.

Etliche wollen / das man für die glieder / so erkalt
vnd erfroren / ein wasser / darinnen zuvor pferde kot oder
haffer gekocht worden sey / gebrauchen sol. Etliche
nemen drey guter geuspnen haffer / thun ihn in wasser /
das er

das er weich werde/ giessen dann die brüte abe/ vnd streichen den haffer durch ein tuch / das es dicke wird / vnd legen solches mit tüchern vber / vnd bestreichen damit den erfrorenen ort. Etliche aber brennen Hasen harr zu asche/ vnd strewen sie darein. Etliche aber braten weisse rüben oder einen apffel / vnd binden solche warm darüber. Etliche aber nemen die gall von einem Schweine/ vnd beschmieren den verletzten ort damit.

Hat sich einer erfroret/ das dauon die haut auffgerissen/ oder der schaden auffgebrochen were / der wasche den erfrorenen ort offte mit rübenwasser/ vnd stosse Erlenlaub zu puluer / vnd strewe es darein / Dann nese tüchlein in rüben wasser / vnd lege es darauff / es heilet gewißlichen / doch reisse den gründe oder ruffen nicht abe. Item / Nim Odermennig vnd Alantwurzeln/ eins so viel als des andern / lochs in wasser/ darein lege das erfrorene glied / so warm du es erleiden kanst / oder wasche es damit / oder nese tüchlein darein / vnd lege es offte auff/ dann strewe das puluer von Erlen laub darein / es hilfft. Raben gehirn / pflaster weis auffgelegt / heilet was erfroren ist. Da sich auch einer also erfroret hette/ das er dauon blasen bekommen / vnd dieselben auffbrechen vnd sicckerten / der schmire es mit Dachschmalz/ vnd brenne eine mausz zu puluer/ vnd strewe es darein.

Trüge sichs auch zu / das einem ein finger an der hand/ oder zehe am fuß erfrore/ also/ das er gar schwarz vnd tod daruon würde / als solte er ihn lassen abschneiden / der erschrecke darumb nicht so sehr / sondern er gebrauche gesunde vnd bequeme mittel / so kan ihm noch
 >> wol geholffen werden/ dann die natur vnd kunst / wenn
 >> sie beyde zusammen setzen / grosse krafft haben.

Es ges

Es gedencet Ranzouius, das ein mal in einem hefftigen winter einer person / so Caius Alefeldius genandt / alle beyde füsse hefftig erfroren / vnd gar schwarz worden seind / Nach dem aber gedachte person nachverzeichneten Wundtranck gebraucht / hat solcher schaden nicht weiter vmb sich gefressen / da doch alle Wundärzte daran gezweiffelt / das solche ertöde vnd erfrorene füsse heften sollen wieder zurecht gebracht werden / sondern haben dafür geachtet / man müste solche abschneiden. Vnd ob wol solche person sich ein ganz jahr lang darmit schleppen müssen / vnd die erfrorenen füsse zu keiner heilung baldt hat bringen können / weil man aber mit den hülff mitteln angehalten / ist jm doch endlichen geholffen worden / das er sich wiederumb mit gehen behelffen können.

Sür alle gebrandte scheden.

Nim zwey reine leinene tücherlein / nehe das eine in milchrahm / das ander in butter moleken / lege sie täglich drey mal vber den gebrandten schaden / nim dann speck von einem reinen borecke / stecke solchen in ein oder mehr bretlein oder röhrlein / zünde es an / vnd laß den speck von der höhe herab treuffen in ein gefes / darinnen rein wasser ist / nachmals nim vj. eyerdotterlein one das weisse / thue darzu auch ein wenig milchrahm vnd des abgeschmelzten boreckspecks / so auff dem wasser schwimmet / koche solches zusammen / vnd mache ein pflaster oder salbe daraus / damit schmiere den verletzten ort des tages drey mal / so wird der brandt gar baldt geheilet. Vnd so die tücherlein / so du darüber bindest / etwas

Mittel für
gebrandte
scheden.

hart vnd fest einbacken würden / soltu solche mit ungesalzener butter beschmieren / so werden sie sich fein ablösen.

Zu külung des brandes wird auch sehr gelobet die Lindene schale / in wasser geschabet / vnd so lang darinnen ligen lassen / bis es wie ein mueß wird / dann oberlegen.

Etliche andere bewehrte stücklein / so den brandt ausziehen vnd leschen / das nicht blasen werden.

Als bald sich einer verbrandt hat / der sol einen warmen kühmist auff den schaden schlagen / vnd darauff ligen lassen / bis er durre wird / dann wieder einen warmen darauff legen / zeucht allen brandt aus.

Oder /

Nim frischen leihmen / rüre den in leinöhl / mache ein pflaster daraus / vnd lege es auff den verbrandten ort / vnd folge jummer nach / es zeucht allen brandt aus.

Ein anders.

Nim Dinte / schmiere damit den schaden gar wol / es ist trefflich bewert.

Oder /

Nim Compostkraut bletter / vnd lege sie auff den brandt / vnd wenn sie drucken worden / so lege wieder frische darauff / es zeucht den brandt aus.

Wann

Wann der brandt das fleisch tieff angreiffet/
vnd die blasen gebrochen sind / sol man nach-
folgende mittel gebrauchen.

Nim von lebendigen Krebsen die schalen / thue sie
in einen topff / kleibe denselben feste zu / vnd setze ihn auff
ein feuer / vnd brenne die schalen zu puluer / stos sie dann
gar klein / vñ strewe es in den schaden / es heilet gar balde.

Ein bewertes den brandt zu heilen.

Nim die schalen von linden holz / schabe erstlichen
die grawe ober rinde gar rein abe / nim dann die gelben
schalen klein geschnitten iij. geldten voll / thue sie in ei-
nen grossen neuen küpffern kessel oder blasen / geuß dar-
auff kofent oder regenwasser / vnd laß es kochen / vnd fol-
ge mit wasser oder kofent nach / das es immer vber die
rinden kochet / vnd laß sie zwo stunden sieden / doch das
es ja nicht vberlauffe / vnd wol gescheumet werde / hebe
es dann vom feuer / vnd geuß die brüe gar rein abe in ein
new fass / vnd laß es eine nacht stehen / so wirstu ein öhl
oder fett / wie butter / oben darauff finden / das nim rein
herabe / vnd verwahr es gar wol / darmit schmiere den
brandt offt / es zeucht denselben aus / vnd heilet in acht
tagen gar grosse scheden.

Ein andere Salbe.

Nim Rosenöhl / Eyerklar / schäfen vnschlit / weiß
wachs / eins souiel als des andern / laß es in einem new-
en tigel zergehen vnd sanfftiglich sieden / vnd rüre
dann bleyweiß klein gestossen darunter / souiel als zu ei-

D d ij

ner salz

ner salbe von nöten / vnd laß es kalt werden / darmit
schmiere den schaden / oder bestreich darmit schwedlein/
vnd lege sie vber den brandt.

Ein andere bewerte brandtsalbe / so ein be-
rühmter artzt der alten Grewin zu Wansfeld
auff grosse bitt gelehret hat.

Nim viij. lot Leinöhl so reine ist / new weiß wachs
viij. lot / laß es zusammen zergehen / vnd scheume es wol/
geuß es dann auff ein rosenwasser / vnd laß sechs stun-
den stehen wol verdackte / geuß dann das rosenwasser
abe / vnd nim ein saltzierlein voll frisch rosenwasser / vnd
geuß darzu / vnd zerlaß es wieder / nims dann vom sew-
er / vnd rürs gar wol vmb / biß es schier kalt werden wil/
thue dann darzu iij. lot bley weis klein gestossen / Cam-
pffer ein halb lot so getödtet sey / rürs so lang biß es kalt
wirdt / thue es dann in eine büchse / vnd behalt es zum
gebrauch.

Da sich auch jemandt verbrandt hette / das ihm
daron blasen entständen / der schneide dieselben mit ei-
ner scheren auff / vnd lasse das wasser außlauffen / dar-
nach brauche diß puluer :

Nim die rinde von Eichen holze / vnd stos sie zu
puluer / thue sie in ein tüchlein / vnd strewe es in die auff-
geschnittenen blasen auffß verbrandte fleisch / vnd ma-
che von den salben ein pflaster / vnd lege es vber / alle
tage drey mal / es heilet gar balde.

Ein andere gewisse brandtsalbe.

Nim

Nim iij. lot Rosenöhl/ vj. Eyerdottern/ ein wenig Saffran / rüre es wol vntereinander / vnd schmiere es mit einer federn auff den schaden/ vnd nege tüchlein dar ein/ vnd lege sie auff / vnd folge nach / es zeucht allen brandt aus/ vnd heilet ihn.

Ein andere bewerte brandtsalbe.

Nim j. pfund Leinöhl/ iij. guter hand voll winterforn/ doch das kein frost darauff gefallen sey/ scharbe es klein / vnd laß im öhl sieden / biß es all grün wird / darnach druck's durch ein tüchlein / vnd thue es in einen tiegel / auch darzu j. pfunde new wachs / vnd ein köpfflein voll Rosenwasser / laß es wol auffsieden / das behalte vber ein jahr/ vnd wenn einer verbrandt ist/ der schmiere den schaden mit dieser salbe/ vnd lege sie pflasters weise auff.

Da sich auch einer so sehr verbrandt hette/ das ihm dauon blattern aufflieffen / vnd grossen schmerzen leiden müste / der neme rosenöhl / vnd schmiere damit den verbrandten ort ein mal vder viere/ es vergehet.

Das XXXVIII. Capittel.

Beschreibunge etlicher ganz nützlichen vnd heilsamen mitteln / die außwendigen wunden zu heilen.

Folgen nun in der ordnung außersesene vnd offte probirte köstliche Wunderreife/ Pflaster/ Salben/ öhl vnd dergleichen/ so man in fürfallenden

nöten der verwundung nützen vnnß gebrauchen kan.

Ein außbündiger kößlicher wundtranck / darvon die wunden glücklichen curiret werden.

Nim ij. maß bier / so alt du es bekommen kanst / ehue darein Singrün eine gute hand voll / der wipfflein von rotem Beyfuß / des krauts / so man nennet Rodich eil / kanstu es nicht haben / so nim eitel Singrün dafür / laß es in einem topff biß auff die helffte einsieden / jedoch das der topff wol zugedeckt sey / seihe es dann in einen topff / vnd geus es in eine steinerne pflasche / die oben enge ist / vnd verstopffe sie wol / das keine lufft darein kommen kan / vnd behalt solchen wundtranck zum gebrauch. Von diesem wundtranck sol man dem verwundten oder verletzten menschen des tages drey mahl / jedes mal drey starcker löffel voll sein warm zutrinken geben / erstlichen des morgens nüchtern / darnach zu mittage nach gehaltener mahlzeit / vnd zum dritten des abends / wenn er wil schlaffen gehen / Darneben sol man der verwundten person anzeigen vnd befehlen / das er nach einnemunge des wundtrancks in 2. oder 3. stunden nichts esse noch trincke. So oft er auch von diesem wundtranck trincket / sol er dauon etwas in ein gefestlein gießen / vnd damit die wunde wol waschen / auch ein rotköel blat in solchen tranck einnesen / vnd vber die wunde legen vnd binden / doch das die ranche seite des blats nach der wunden wars gewendet sey / Was so es die notturfft erfordere / sol man die wunde fein subtil heffen / auff das nicht eine vnformliche narbe bleibe / Es heilet vnd zeucht ohne das solcher wundtranck die wunde zusammen ohne heftung.

Ein

Ein sehr bewehret vnd fürtrefflich stichpflaster/
welches Ranzonius in dem Tyrolischen zuge vber-
kommen vnd erlanget / da Carolus V. zu Ins-
brugl ein zeitlang gelegen / vnd der Durchleuchtige/
Herzog Adolph von Holstein / solches pflaster erst-
lichen von des hochlöblichen gebornen Churfürsten
zu Sachsen / Johan Friederichs Wundarzt ge-
lernet worden / Ist sonst zu allen wunden / ja auch
zu denen dienstlichen / so mit einer büchsen verur-
sacht worden.

Nim Gummi galbani, Gummi Armoniaci, des
saffes oppoponacis, des hitzigen Gummi Bdellij, je-
des iij. lot / Wachs j. pfund / Baumöhl ij. pfund / sil-
berglöt j. pfund / Lorberöhl iij. quent. rote Myrrhen/
Weyrach / Mastix / Osterlucy / zubereiteten Galmey/
jedes ij. lot / Campffer iij. quent. Terpentin j. quent.
Die vier gummi erweiche eine nacht in guten scharffen
weinessig / vnd stos die andern stücke gar klein zu pul-
uer / setze alsdann die gummata mit dem essig zum feu-
er / vnd laß es sanfftiglich zergehen / bis alle vnreinig-
keit sich daraus begeben / als dann so treibe es durch ein
rein tüchlein in einen tiegel / vnd koche die gummata
wieder / bis sich der essig verzehret / vnd vom tiegel etli-
cher massen ablöset / laß als dann das wachs auch zerge-
hen mit dem baumöhl in einem messingnen becken / thue
dann darcin das silberglöt / mit stetigem vmbtären / son-
sten felt es bald zuboden / solches thue ober dem feuer / so
lange bis es braunschwarz beginnet zuwerden / stos deñ
ein messer oder spatel darcin / ob sichs wolte stark an-
hängen / vnd wieder leicht ablösen / vnd wenn solches
geschicht /

geschicht / so hat es gnugsam gekocht / dann hebe es abe
 vom feuer / vnd laß es ein wenig / doch nicht gehlingen
 kalt werden / thue dann allgemachsam von dem Gum-
 matibus, so mit essig zerlassen worden / einer bohnen
 oder haselnuß groß darein / biß so lang die Gummata
 alle hinein sind / dann wo du sie alle auff ein mal wür-
 dest darzu thun / so würde daruon das pflaster gewaltig-
 lich vbersich steigen / auch wol vberlauffen / Derwegen
 soltu allewege ein becken mit kaltem wasser auff eine vor-
 sorge haben / damit wenn es vberleufft / du solches vber
 das kalte wasser halten kanst / als dann nimstu es wie-
 der daraus / vnd thust es zum andern / wenn es kalt wor-
 den / Da nun die gummata vnd hartzige stücke alle zum
 pflaster kommen / so laß es wieder gar sanfftiglich koch-
 en / vnd thue als dann die andern klein gepuluerete
 stücke auch darzu / vnd zu allerlezt den Terpentin vnd
 das Lorberöhl / vnd wenn du solches vom feuer hast ge-
 hoben / vnd kalt lassen werden / so thue auch darzu den
 Campffer / thue es dann alles zusammen in warm waf-
 ser / wie man das wachs pfleget einzulegen / wenn man
 kerkzen oder liechte daraus machen wil / laß es darinnen
 erweichen / das du solches mit den henden wol aufzari-
 beiten vnd schmeidig machen kanst / bestreiche es dann
 mit beyfußöhl / das es fein glantzend vnd reine wird / be-
 wahre es dann wol in zubereiteten rehesellen / so heilt es
 sich wol 40. oder 50. jahr darinnen krefftig. Dis stich-
 pflaster dienet wieder alle verwundung / sie sey vom
 schiessen oder stechen entstanden.

Ein ander überaus köstlich Stichpflaster wie-
 der alle verwundung / welches der ander König
 in Den

in Dennemarek / Christianus, beneben dem folgenden Balsam vnd Puluer / in stetem gebrauch gehabt / wie man denn diese stücke alle nach seinem tode / in seinen arzneey büchern gefunden.

Nemet Wachs siebendhalb lot / Griechisch pech / Aschenschmalt / Mumien / jedes iij. lot / rote Myrrhen ij. lot / Mennige j. lot. weiße Corallen iij. quent. Magneten stein ij. lot : Das wachs lest man erstlich mit dem griechischen pech zergehen / als dann thut man darzu die Mumien vnd das Aschenschmalt / diese sol man zusammen bey gelindem feuer wol durcheinander arbeiten / nachmals die andern stück klein gepuluert auch darzu thun / vnd bey dem feuer ein wenig stehen lassen / jedoch mit stetigem vmbrüren anhalten / vnd wenn es sich vnten beginnet zu setzen vnd dicke zuwerden / sol man einen spatel darein stossen / vnd von der höhe auff ein kalt eisen oder messing ein tröpflein oder zwey fallen lassen / vnd da solches kalt worden / vnd etwas hart anlebet / so hebe es vom feuer / vnd rüre es gar wol / bis es beginnet kalt vnd dick zuwerden / als dann sol man auch die Myrrhen darein thun / auch Weyrach vnd Mastix / jedes ij. lot / Campffer iij. lot darzu nemen / vnd wol vntereinander rüren / bis es gar kalt vnd zimlichen hart wirdt / nachmals mit Aschen schmalt das pflaster in den henden gar wol arbeiten / so ist solches fertig. Da nun einer verwundet oder gestochen / sol man daruon etwas auff ein tuch streichen / vnd vber die frische wunde legen / sie sey gehawen oder gestochen / so ist es doch zu allen dienstlichen.

Ein ander auch sehr bewehrtes Stichpflaster.

Nemet Baumöhl v. quentl. weiß Wachs xiiij. lot/
Hirschen vnshlit ij. lot / sichten hars j. lot. Griechisch
pech iij. lot / Lohröhl / Eyeröhl / Wacholderbeer öhl/
Regenwürmer öhl/ jedes ij. lot/ Bleyweis/Silberglöt/
jedes iij. lot/ Terpentin vj. lot / Galbani Ammoniaci,
oppopanaeis, Bdellij, jedes ij. quentl. Die harsigen
stücke sol man mit essig lassen zergehen / dann durch ein
tuch treiben / rote Myrrhen ij. quentl. Mastichis iij. qu.
Weyrach j. lot / Mumien ij. lot / zubereitten Gamney
iij. quentl. gegraben Balmey ij. quentl. weiße vnd rote
zubereitte oder gepuluerete Corallen / jeder anderthalb q.
Orientalischen Magnetenstein vj. quentlein/ lange vnd
runde Holwurß / jeder ij. quent. haarstranckwurzel an-
derthalb quent. Mutter perlen ij. quent. weissen Bicrit
ij. lot / Agtstein j. quentl. Campffer iij. lot / Aschen-
schmaltz ij. lot : Diese alle sollen nach der Wundtärzte
kunst zu einem Pflaster zugericht werden/ wie denn biß-
daher auch anleitung gegeben worden.

Ein guter Wundtranck.

Nemet Wintergrün / Feldbethonien kraut / jedes
ein halb quentlein. Sannickel / Sinnau/ jedes andert-
halb quentl. Diese sol man zusammen in einen verglas-
surten topff thut/ darüber gießen zwey maß guten wein/
den topff mit einer stürzen wol zudecken / vnd mit tüch-
erlein vnd meel wol verkleistern / damit die krafft nicht
heraus gehe/ jedoch mitten im deckel ein löchlein machē/
das

das es luffte habe/ vnd der topff nicht zuspringe / solches zusammen zwö stunden lang kochen lassen/ Von diesem tranck nachmals dem verwundten täglichen des morgens früe/ vnd vmb vesperzeit ein guten starken eßlöffel voll fein warm zutrincken geben/ vnd vber den stich oder wunde ein köselblat oder der stichpflaster eins legen.

Ein herrliches Balsamöhl / das gantz nützlich in die wunden oder stich / so am ganzen leibe des menschen/ aufgenommen des heupts / mögen geschehen sein/ einzutreffen ist.

Nemet gut Rosenöhl xviii. lot / der besten Rhabarbara klein zerstoßen xij. lot / Diese zwey stück sol man zusammen in einen öhlkrug oder zinnerne pflasche thun/ vnd drey tage lang stehen lassen / nachmals die pflasche in Balneo Mariae setzen/ vnd eine halbe stunde lang darinnen wol kochen lassen / als dann auch in die pflasche thun / gestossenen Mastix vj. quent. gepulverten Weyrach / Bdellij, oppopanacis, Campffer / jedes j. lot/ vnd dann wiederumb sanfftiglich in Balneo Mariae kochen lassen/ vnd durch ein rein wüllen tuch seihen/ vnd wol durchdrucken / so ist solch balsamöhl zu obgedachtem gebrauch ganz fürtrefflich.

Ein herrlich
Balsam öhl.

Ein köstlich gut Wundtselblein / so auff nachfolgende weise kan zugerichtet werden.

Nemet Terpetin vj. lot / Hirschen vnschlit iij. lot/ Baumöhl iij. lot / Weyrach gepulvert j. lot / Mastix/ Myrrhen/ jedes ij. quent. Grünspan anderthalb quent. mache daraus ein fein linde selblein.

Ec ij

En

Ein ander Selblein / so die wunden
reiniget vnd heilet.

Nemet Terpetin / Honig / Rosenöhl / Weizen-
meel / Eyerdotter / jedes gleich viel.

Ein sehr köstliches puluer / wenn einem eine
Senader / flachs oder Spanader entzwey gehawen
ist / wie sie der Wundartzte wieder zu-
sammen bringen soll.

Nim Krebsaugen gar klein gestossen / in ein subtil
dünne tüchlein gebunden / vnd auff die verletzten Sen-
adern gestrewet / nachmals mit druckenen banden / so
von weicher vnd alter leinwad zugerichtet / wol verbind-
den / damit keine feuchtigkeit darzu kommen möge / vnd
solche verbindung sol innerhalb 24. stunden vnaußge-
löset bleiben / wenn nun solche ernante zeit verlossen /
sol es der Wundartzte wieder auffbinden / vnd sehen / wie
sich die zusammen fügung der Senader schicket / nach-
mals die wunde mit warmen bändern (wie man sonst
frische wunden zuverbinden pfleget) verbinden / vnd vber
den andern oder dritten tag solche verbindung wieder
umb auffmachen / vnd verneuern.

Wie man das gliedwasser ver-
stellen soll.

Nemet Eyerweis j. quenel. Baumöhl ein halb qu.
vngesbrandten Alaun j. messerspiken voll / mischt es vn-
tereinander / vnd bindet es darauff.

Ein anders.

Die

Die wolle von den haarweiden / so im wasser stehen / nach Ostern / wenn sie verblühet haben / genommen / vnd in die wunde gelegt / verstellet das gliedwasser.

Blut vnd gliedwasser zuuerstellen.

Nemet Schwefel / gebrandten Alaun / Wacholderholz / jedes ein drittheil eins quent. Stosset solches klein / vnd strewet es in die wunden / so versethet das blut vnd gliedwasser.

Ein anders.

Nemet Regenwürmer / brennet solche zu puluer / vnd strewet es in die wunden.

Gliedwasser zuuerstellen.

Nemet gepulueren Alaun ij. lot / das weiß von einem Ey / rürt es vntereinander / vnd laßt es hart werden / reibet es dann gar klein / vnd wenn das gliedwasser gehet / so strewets drein / vnd laßt es ligen / biß es vorsethet.

Ein tranck fürs gliedwasser.

Nemet Meuschörlein / der grossen nessel wurzel / jedes eine hand voll / gießet darüber j. nössel bier / vnd laßt halb einsieden / doch das es nicht vberlauffe / vnd gebe es dem verwundten zutrincken / so ist er sicher für dem gliedwasser / ja es versethet dauon.

Ein Pflaster für das gliedwasser.

Nemet hanffkörner j. hand voll / stoffet solche gar klein zu puluer / nemet darzu Rosenwasser / Poley was-

ser / Feldbethonien wasser / jedes ij. löffel voll / mischet
solches vntereinander / das es wird wie ein pflaster / vnd
bindet es auff den schaden.

Ein ander gut Pflaster.

Nemet griechisch pech / Wachs / Weyrach / jedes
iiij. lot / Terpetin viij. lot / Weinstein vj. quent. Leindhl
iiij. lot / Alaun ij. lot / daraus ein pflaster gemacht vnd
vbergelegt / stillt das gliedwasser.

Ein selblein zum wilden fleisch in wunden.

Nemet Alaun / Zucker / Spangrün / Honig / jedes
j. quent. Diese alle klein gerieben / vnd mit dem Honig
zu einem selblein gemacht.

Nun folget gewisser vnterricht / wie man das vbers
flüssige bluten der wunden / sie seind gehawen oder ge
stochen / stillen sol.

Im Frätling sol man das frösch gleich mit iiij. oder
iiij. ellen leinen oder flechsen grob tuch auffahen / vnd
dasselbe tuch wol darmit reiben vnd anfeuchten / vnd
dann an der Sonnen wieder lassen drücken werden / sol
ches drey mal aneinander thun / vnd zum gebrauch wol
auffheben. Vnd so man das blut stillen wil / sol man
von dem tuch zwey mal souiel abschneiden / so groß als
die wunde ist / dann pflasterweise vberlegen / so wird es
das blut bald stillen / Solchs hat man bey vielen perso
nen bewehrt vnd krefftig befunden.

Ein anders.

Nim schwefel ij. lot / Wennig j. lot / mische es zusammen / vnd strewe es in die wunden. Etliche stoffen Rittersporn wurzel vnd kraut klein zu puluer / vnd strewen es in die wunden.

Da einem eine ader vbel geschlagen / wie man das blut stillen soll.

Brennet Kupfferwasser auff einem eisern blech zu puluer / vnd strewet es darauff.

Da auch jemandt ein bein oder arm gebrochen hetze / der neme der Steinfuchen / so man aus dem Schweizerlande bringet j. quentl. stosse es zu puluer / vnd neme es mit warmen bier etlich mal ein / es bringet in kurzer zeit die gebrochene beine wieder zusammen. Oder da jemand eine riebe im leib enzwey gefallen / der neme Krebs augen klein gepuluert j. quent / thue darzu aus der Apothecken die species diapenidij iiij. quent. Diatragacanti ij. quentl. mache daraus mit Endiuien wasser einen tranck / vnd trincke etlich mal etwas dauon / wenn man wil schlaffen gehen.

Das XXXIX. Capittel.

Wie man sich für der hitz auffhalten / vnd den durst stillen sol.

Sleich wie grosse fette allen / so da wandern vnd vber land reisen / sehr schädlichen / Also ist auch grosse hize vnd durst vndienstlichen denselben perso-

Woher der grosse durst entsteht. **personen / Denn der durst entstehet eigenlichen entweder aus vberflüssiger hitze / oder aus manglung der feuchte / denn vberflüssige hitze den wanderfleuten sehr beschwerelichen / dieweil sie den leib zusehr außdrucknet / die krefft vnd sterke benimpt / vnd die natürlichen feuchtigkeiten verzehret.**

Viel reden bringet durst. **Darumb ein jeder / so in grosser hitze vber land reiset / sol diß in guter acht haben / das er auff dem wege nicht viel rede / dann darvon der gaum außgedrucknet / vnd ein durst verursachet wirdt. Die vberflüssige hitze aber zuuertreiben / ist ein kalt wasserbad nicht vnbequem / wann einer gleich von der hitze ein fieber oder grosse heuptwehtagung erlanget hette / darumb mag man in diesem fall wol den Hirschen nachfolgen / welche / wenn sie von grosser hitze sehr geengstiget werden / in das kalte wasser gehen / vnd stehen entweder darinnen / oder legen sich darein.**

Krenze von kühlenden blumen vñ kreutern wieder die grosse hitze. **Etliche aber gebrauchen wieder die grosse hitze / krenze von blauen Violen / wolriechenden Rosen / Secsblumen / Wegwes wipfflein oder Wegdrit kraut gemacht / oder von Mauerauten / Abthon bletterlein / Weinlaub / Mirtenbletter / Weidenlaub vnd dergleichen kühlenden kreutern vñ streuchlein krenze gemacht / vnd auff das heupt gesetzt.**

Wieder den grossen durst. **Wieder den grossen durst aber / so von grosser hitze kompt / tragen etliche ein stück Crystall im munde / etliche ein stück rein Silber / etliche Corallen / weissen zucker Candie / oder einen reinen Kieselstein / der zuuor in kaltem wasser gelegen.**

Zulep für den durst. **Desgleichen wird für den durst sehr nütlichen gebraucht ein guter Viol oder rosen Zulep / mit frischem brunne**

brunnwasser/ oder ein sawer zucker Zulep/ von iiii. nöß
 sel gesotten brunnwasser/ j. nößsel weineffig/ vnd viii. lot
 zuckers zugerichtet / kan man sauren granat wein / sau-
 ren Citrangel vnd Cieronen wein haben/ mag man den
 selben an stat des effigs darzu nemen / so wird der Zulep
 noch krefftiger. Es leseth auch frisch süß holz vberaus
 wol den durst / daruon ein stück in den mund genommē/
 vnd wol gekewet. Oder aber ein gut gerstenwasser/ von
 gersten / süß holz vnd kleinen rosinlein zugericht. Wie
 nun das wachen den durst stillet / so von grosser hitze
 kompt / also der schlaff den durst / so von druckenheit
 kompt. Kalt wasser in mund genommen/ oder das wol-
 riechende mundwasser/ so zuuor droben beschrieben/ ge-
 brauchet / vnd den mund damit wol aufgespület / stillet
 auch den durst. Frische Feigen lindern den durst / vnd
 erkülen fein.

Sawer zuck-
 er Zulep.

Frisch süß
 holz.

Gersten was-
 ser.

cc

cc

Kalt wasser
 in munde ge-
 haltē für den
 durst dienst-
 lichen.

Frische feigt.

Über das so sind zu stillunge vnd minderung des
 dursts vberaus nütlichen die Zirbelnüsslein / die fetten
 Portulakenbletter / vnter die zunge gelegt / Item die erd-
 beer / pirn / zweeschken / kirschen / quitten kernlein / Sa-
 lat vnd Cucumer samen. Wenn man auch brodt in
 frisch wasser weicheet / vnd solches mit wein einnimpt/
 oder eine kanne mit wein in frisch brunnwasser setz / vnd
 thut ein schnittlein geröst brod darein / so zuuor in kalt
 brunnwasser eingeweicht / vñ daruon getruncken / leseth
 solches den durst auch gar wol / Vnd solche abkühlunge
 des weins ist nicht so schedlich / als wenn man denselben
 mit Salpeter / eyeschollen oder schnee abkület / dann sol-
 che abkühlung / weil sie mit gewalt geschicht / ist der natur
 gang zuwieder vnd schedlichen.

Früchte/blee-
 ter vñe samē
 so da tälen.

Wein abzu-
 külen / das ce-
 den durst le-
 seth / vñ nicht
 schedlichen
 sey.

Warumb die
 abkühlung mit
 schnee / ey-
 schollen oder
 Salpeter
 schedlichen.

Das XL. Capittel.

Wie man sich wieder den hunger
auffhalten soll.

Die kriegszüge vnd das reisen bringet den menschen oft in mancherley grosse not vnd mangel/ fürnemlich aber in hungers not / darumb wil es alhier nicht vnbequem sein/ anzuzeigen / wie man sich darfür auffhalten sol.

Gebratene
Lebern.

Marcipan.
Schiffbrod.

Wo nun hungers not einfellet / kan man die Leber von den thieren braten / vnd an stat des brods gebrauchen / denn solche fettigen fast sehr / So nehren auch vberaus wol die Marcipan/ von mandel vnd zucker gebacken/ die man mit sich führen soll. Also thut auch das schiffbrod / so zweymal gebacken / welches gar trucken/ vnd nicht schimlecht wird noch beschlecht / wird auch nicht faul oder anbrüchig/ dessen sol man auch eine notturfft mit sich führen.

Man liest / das auff ein zeit eine person mit einem haufgebew verfallen sey / vnd sieben tage vnd nacht darunter gelegē / das man auch keine hoffnung gehabt / das solche person am leben sein würde / die hat ihre eigene neze getruncken / vnd sich darmit wieder den durst vnd hunger auffgehalten.

Auicenna der Arabische Arzt hat wieder den hunger etliche küglein beschriben / welche man alleine für der Sonnen hitze bewahren muß / auff das solche nicht schmelzen / Vnd werden also zugerichtet.

Nemet abgeschelte süsse mandeln j. pfund / kühe vn-
schlit / änuorn geschmelt ein halb pfund / blau viol öhl
iij. lot/

iii. lot / des außgezogenen schleims aus der Eibisch wur-
 sel ij. lot / Diese zusammen in einem mörsel wol gestos-
 sen / vnd daraus runde kuglein gemache / so groß als die
 Welschen muß seind / vnd in fürfallenden nöten gebrau-
 chet.

Das XLII. Capittel.

Vom vnwillen vnd erbrechen / so da entsethet/
 wenn man ober Meer schiffet.

S D einer ober meer schiffet / vnd sich fast vndaw-
 et / der sol anfenglichen nicht bald das erbrechen
 stillen / es were dann / das solches zu gar hefftig
 anhielte / vnd sich anderer beschwerung zubefahren. Da-
 mit man aber die meerfart desto besser vertragen möge /
 sol man ein wenig meerwasser vnter das trincken mische /
 auff das der magen dessen allgemachsam gewohne.

Es ist aber wieder solches vndawen gar dienstli-
 chen / geröst brod mit essig besprenge vnd gessen / also
 auch die meglein von den hünern zu asche gebrandt / vnd
 mit wein eingetruncken / thun sie gar wol zu solcher be-
 schwerung. Etliche wollen / man sol stets aus dem schiff
 in das meer vnd saltwasser sehen / so sol einem das er-
 brechen desto weniger ankommen.

Das XLIII. Capittel.

Vom wasser trincken.

W An hat erfahren / das offte in kriegszügen / vnd
 wenn man weit ober land hat reisen müssen /
 ff ij auch

auch not vnd mangel der guten gesunden wasser fürgefallen / also / das etliche trübe vngesunde lettichs wasser haben trincken müssen / daruon ihr gar viel gestorben / derwegen sich jederman wol fürsehen sol / das er nicht aus bösen brunnen / pfützen / stehenden wassern vnd Seen trincke / sintemal solche wasser von den feinden auff mancherley weise können vergiffet werden / beuor aus wenn sie wissen / das ohne des solche brunne vnd pfützen nicht reine / vnd sie derselben wol entzihen können.

Wie das wasser inprobiert / ob es reine sey.

Wo ferne nun das brunnwasser rein / vnd nicht vergiffet / ist solches zu trincken nicht vndienstlichen / Es sol aber zuuorn also probiret werden: Nim ein rein tüchlein / nehe es in brunnwasser / vnd henge es auff / wann denn innerhalb zweyen stunden kein fleck oder mackel daran gespüret wird / so ist solch wasser gar reine / das mag man denn künlich trincken.

Mancherley artet / die wasser zu reinigen vnd zu verbessern.

Es werden auch die wasser gereiniget vnd geleutert / wenn man einen sack nimpt / vnd thut darein guten reinen sand von vngeschmackter gesunden erden / vnd seihet dann das wasser durch / so wird es tüchtig zugebrauchen.

Böse wasser / so man solche mit knoblauch einnimmet / oder darein ein wenig Theriac wüfft / sind solche desto sicherer zugebrauchen / sonderlichen in kriegszügen / da man bald an diesem / bald an einem andern ort das lager auffschlagen muß. Die pfulechte vnd lettichte wasser werden auch durch zuthuung des salzs verbessert / die trüben aber durch Alaun clarificirt vnd klar gemacht.

Ferner so werden die wasser verbessert / so man Lorberbletter / Boley / Saurampffer bletter / Einhorn / gestoffene

stoffene Corallen/ oder essig mit ein tröpfflein oder zwey
Dictriol öhl vermische / darein thut.

Auff das ich aber von den wassern zu reden kürzli-
chen beschliesse / so ist diß meine meinung / das man die
vergiftten brunne zuhalten vnd meiden sol / dargegen
auffs newe brunnwasser suchen vnd graben. Wenn man
aber wissen wil / wo verborgene brunne anzutreffen/ sol
man acht haben / wenn die Sonne im auffgehen ist/
wo neblichte dempffe sich erzeigen / oder wo viel walde
rohr / Dingen rohr / Entengras / kolben vnd derglei-
chen stehet / da sol man einschlahen / vnd wasser suchen.

Das XLIII. Capittel.

Vom Nasebluten.

Zweil auch die jenigen / so in grosser hitze offe
vber lande reisen müssen / das geblüt von der
Sonnen hitze gang subtile vnd dünne gemache
wird / also / das darvon ein nasebluten entstehet / So ach-
te ich nicht für vnbequem / das ich an diesem ort annel-
de / wie oberflüssiges nasebluten möge gestillet werden.

Vnd ist erstlichen zuwissen / wo einem ohne son-
derliche beschwerung die nase bluten würde / das er sol-
ches für ein gut zeichen der gesundheit halten sol. Da
aber solches gar zu hefftig vnd vberflüssig gehen wolte/
sol man alle scharffe gewürs / lauch / zwiefeln / knob-
lauch / reitich / Werreitich / vnd was damit zugerichtet
wird / meiden. Der schweinsmist pffezet vberaus wol
das nasebluten zu stillen / wo man solchen warm in ein
tüchlein bindet / vnd für die nase helt / vnd da solcher

Falt wirdt / sol man denselben wieder erwermen / einbinden vnd fürhalten.

Ein Pflaster fürs nasebluten.

Nemet roten Armenischen Bolus, staubmehl aus der mühlen / jedes gleich viel / temperirt solche mit eyerweiß vnd rosenessig wie ein pflaster zusammen / streicht es auff ein hanffen tuch / vnd leget es vber die stirn vnd pulsadern des heupts. Wil dann das bluten daruon nicht nachlassen / so nehet ein tüchlein in weinessig / vnd schlahet es vmb den hals. Würde auch das blut aus dem rechten naseloch rinnen / so sol man einen windkopff vnter die kurzen rieben in der rechten seiten auff die leber setzen. Wo aber das blut aus dem linken naseloch entstände / so sol der windkopff auff die lincke seite an die milz gesetzt werden. Da auch von diesen mitteln das bluten der nasen nicht nachlassen wolte / sol man die leberader am rechten arm schlagen lassen / damit sich das hitzige geblüt erküle / Nachmals ein puluer von dem kraut blutwurzeln gemacht / vnd in die nase geblasen / stillt nicht allein das nasebluten / sondern auch das bluten der wunden. Oder nim grosse nesselwurz j. quent. halt die vnter der zungen / so stillt sich das geblüt.

Ein anders.

Nim Storchschnabel / sonst gratia Dei genandt / oder der blutwurzeln / Tschel kraut / Johannes blumen / jeder ein halbe hand voll / thue solche zusammen / eintheils in die schuch / den andern theil halt für die nase / den dritten theil in der hand. Item die wurzel von erdbeerkraut vnter der zungen gehalten / daruon sol das blut vorstehen.

vorstehen. Es ist auch zu solchem geschwinden nasebluten sehr dienlichen die grüne Wegebreyt mit essig angestossen / vnd in der hand gehalten / aus welchem naseloch das blut leufft / auch vber die fussohle gebunden / Vnd da es nicht allerding wil nachlassen / sol man es auch vber die leber legen / stillt als bald das bluten. Etliche gebrauchen Saffran oder staubmehl mit einem lanker geweb. Vnd da sich das bluten von diesem alen nicht stillen wolte / sol man von eychbaum / stecheischen vnd buchbaum die asche gebrauchen / sonderlich wenn kein ander mittel vorhanden / so kan man das nasebluten darmit stillen.

Endlichen so ist hierbey zu mercken / das wo das nasebluten auffhöret / vnd ein ruffen vnd kruspel gefast hat / das man die nase nicht schneuze noch reinige / viel weniger das gefaste blut heraus reisse / es sey dann / das das geblut wol verstanden / damit das nasebluten nicht wiederumb auff's new erwecket werde / Vnd dieweil solch gefast geblut in der nase dem menschē sehr anthut / als soltu nemen blau viol öhl / Poputiensselblein / oder des Rosensselbleins / vnd damit das blutende nasenloch sanfftiglichen bestreichen / so kanstu das gelieferte blut desto besser hinweg bringen.

Das XLIII. Capittel.

Vom durchbruch des leibes / vielen stulgenen vnd durchlauff.

Die tegliche erfahrung bezeuget / das die jenigen / so dem friege nachziehen / oder aber sonsten weit vber

Durchbruch
sol man nicht
plöglich stop-
ffen.

Inwendige
mittel / den
durchbruch
zufüllen.

uber land verreisen müssen / offte mit eim durchbruch des
leibes hart angegriffen werden / darumb von nöten / das
man auch für solchen zufelle etliche hülffmittel anmelde.
Vñ ist zuwissen / dz man anfanglich den durchbruch des
leibes nicht plötslichen stopffen sol / denn daruon offte viel
gefeyhrlicher vnd tödlicher krankheiten zuentstehen pfle-
gen / Sondern man sol erstlichen gar gelinde anzühende
stücke gebrauchen / nemlich ein stück goldt oder stahl et-
lich mal glüent machen / vnd im trincken offte ableschen /
oder aber ein stück geröst brod mit Muscaten bereiten /
vnd in das trincken werffen / Item von hirschzelmel so
auffgedrucknet worden / etwas genommen / zu kleinem
puluer gestossen / vnd eingegeben / stillt die rote ruhr.
Item etliche stück gebrandten backofen leimens in was-
ser gesotten / vnd getruncken / stopffet vnd stillt die rote
ruhr. Die vermöglichen mögen etwas von der terra si-
gillata, oder bolo Armeno vero in das trincken werf-
fen / vnd daruon trincken. Also ist auch ganz dienstli-
chen alter roter rosensucker für sich alleine / oder mit zu-
bereiteten roten Corallen / oder gebrandten heffsenbein ge-
braucht / Item die quitten latwerge ohne gewürz / oder
die latwerge von den eingemachten spöröpfeln oder
speyerlingen / oder das man solche in wein kochet / vnd
isst / oder den wein trincket / So ist auch darzu dienst-
lichen die latwerge von vnzeitigen mispeln.

Außwendige
mittel / den
durchbruch
zufüllen.

Von außwendig sol man den leib mit Mastixöhl /
quittenöhl / vnd rosensähl von vnzeitigem oliuensähl zu-
gerichtet / fein warm schmieren / stillt auch den durch-
lauff oder rote ruhr / So ist auch das pflaster / empla-
strum Diaphaniconis Mesuae genandt / auffgestrichen
vnd vbergelegt / ganz dienstlichen.

Das XLV. Capittel.

Vom Sode vnd brennen im halse.

Der Sode ist gar ein böse marter / sonderlich den Woher der Sode verur- sacht wirdt.
 wanderleuten / vnd denen die reiten müssen /
 Vnd ob wol solcher von mancherley vnges-
 chickligkeit des magens verursacht wirdt / so kompt er
 doch mehren theils von gallischen feuchtigkeiten / so sich
 aus der Leber in den Magen schütten / auch von sauren
 Melancholischen feuchtigkeiten vnd bösen auffsteigen-
 den dempffen / vnterweilens auch von bösen Phlegma-
 tischen faulen schleim / mit hizer galle vermischet. Vnd Wer am meisten vom Sode geplaget wirdt.
 widerferet fürnemlichen den zechbrüdern / so gerne star-
 cke wein trincken / viel gewürkter speise gebrauchen / vnd
 das verbrandte braune fett vom gebratnus essen / oder
 eyer in schmalz / speck / vnd sonst den dergleichen fette le-
 ckerbistlein gerne zu sich nemen / oder viel rohe obst in
 sich schneisen / Diese alle geben zu dieser beschwerung
 vnd marter am meisten vrsachen / wil derwegen fürzli-
 chen bericht thun / was man auch hierzu gebrauchen mög-
 ge. Es ist nicht ohn / das ihr viel etliche Experimenten-
 lein darwieder gebrauchen / welche ihre stell vnd maß ha-
 ben / so hernachmals sollen angezeigt werden. Aber kein Das beste mittel für den Sode.
 besser mittel ist für den sode / dann das man das jenige
 vnterlasse / dauon er entsethet / vnd wer damit geplaget
 wirdt / sol sich für allen dingen erbrechen / damit die bren-
 nende materia aus dem Magen komme. Wer sich aber
 nicht leicht oder ohne schaden vndawen kan / der gebrau-
 che nachverzeichnete pillen / die drucken die brennende
 materia vnter sich / vnd führen sie ganz gelinde durch
 den

Pillen so den
sodt vntersich
ziehen.

den stulgang hinweg: Nemet der Pillen Hieræ simp-
pl. Gal. Aleophangin pillen teig/ Mastix pillen teig/ jes-
der ij. drittheil eins quentleins / Dagridij x. gerstenkör-
ner schwer / Spec. Aromat. Rosat. Gab. x. gerstenkör-
ner schwer / Spec. Diarrhodon Abbatis vj. gersten-
körner schwer: Dieses sol man zusammen mit Rosen-
honig oder oxymel zu einem pillen teig formiren / vnd
daraus kleine pillen / gleich den heupipillen machen / vnd
derselben auff ein mal j. quentlein schwer mit j. löffel
voll rosenhonig oder oxymelitis vier oder fünff stun-
den vor der mittags mahlzeit einnemen. Wer sich aber
gerne erbrechen wolte / der gebrauchte ein erbrech wasser /
damit solches desto leichter geschehen möge / vnd nach
dem erbrechen sol man den Magen wiederumb streccken /
dauon zuuorn gungfamer berichte geschehen.

Zitterley ex
perimenta
für den sebt.

Was nun anlanget die Experimenta / so wieder
den sodt gebraucht werden / sind ihr viel / die süß holz in
kleine stückerlein schneiden / lawen solches wol im muns-
de / vnd zihen den safft daraus / das andere thun sie hin-
weg. Etliche gebrauchten den stein / so in des Karpffen
haupt gefunden vnd außgenommen wirdt / wenn er ge-
fotten worden / vnd ist nicht ohn / das solche karpffen-
steine à tota substantia wieder solche beschwerung die-
nen. Etliche aber schlingen nach gehaltenen mahlzeit et-
liche Beyrach oder Mastixkörner ein / sonderlichen des
abends / etliche trincken warm wasser oder warme milch /
etliche gebrauchten darfür kirschkern / pffirschkern / bittere
mandeln / Johannes brod / oder ein stückerlein brod in es-
sig gewicht / etliche schlingen alle morgen 3. oder mehr
körnlein von meerhirschen. So loben auch eins theils
gar sehr / das man etliche scheublein von vngekochten
rüben

ruben essen sol / dann solche den sodt vntersich drucken/
vnd dem brennen wehren sollen.

Ranzouius der Stadthalter sehet / das er zwey für-
neme Medicamenta darwieder gebraucht / das eine hab
er von seinem verwandten Daniel Rankau bekommen/
welcher des Königes in Dennemarc Friderici des an-
dern oberster Heerführer gewesen / wie er den König in
Schweden bekrieger hat / Das ander hab er sonsten lan-
ge zeit im brauch gehabt.

Danielis Rankau arhney für
den sodt.

Nemet alten rosenzucker iiij. lot / gepuluerte Krebs-
augen ij. lot / Boli armeni des besten j. quentl. diese alle
mit vngewürkten quittensafft zusammen gemischt zu ei-
ner latwerge.

Ein anders Henrici Rankau.

Nim reine Cölnische kreide / so nicht steinicht ist /
iiij. lot / drey gute Muscaten nüs / des besten weissen
Cannani zucker iij. lot / daraus ein puluer gemacht / vnd
für den sodt gebraucht.

Ein ander latwerge Johannis Wittichij
Medici zu Arnstadt.

Nemet alten rosen zucker iiij. lot / vngewürkten
quittensafft ij. lot / gestoffenen Mastix ij. quent. rote zu-
bereite Corallen anderthalb quentl. weissen Agtstein
zwey drittheil eins quentleins / daraus eine latwerge ge-
macht.

Doctoris Iohannis Neffij Morsellen
für den sodt.

Nemet Muscaten nuß ij. quent. rote zubereitte Corallen / gebrandt hirschhorn zubereitet / jedes anderthalb quent. Cölnische zubereitte kreiden ij. quent. Saffran v. gerstentörner schwer / des besten zuckers xij. lot / Den zucker sol man zergehen lassen mit krausmång wasser / vnd daraus Morsellen machen.

Andere Morsellen Doctoris Caspari
Neffij / für den sodt.

Nemet Cölnische kreide iij. quent. so gar weich vnd nicht sandicht / die sol man vier mal gar reine waschen mit Wegebreit wasser / dann wieder drucken lassen werden / der besten Zimmetrinde ein halb quent. Muscaten blät / so zuuor ein wenig auff einem blech geröstet worden / ein drittheil des quentleins / des besten weissen zuckers viij. lot / den sol man mit wolriechendem rosenwasser zergehen lassen / vnd aus diesen allen Morsellen machen.

Das XLVI. Capittel.

Wieder die Breune vnd anlauf
fen der zunge.

Was die Breune sey vnd woher sie komme.

Die Breune treget sich offft vnd viel in lägern vnd kriegszügen zu / das viel menschen daran sterben. Es ist aber nicht eine krankheit / wie der gemeine pöfel vermeinet / sondern ein zufall anderer krank.

franckheiten / als der pestilens / heuptfranckheit vnd dergleichen brennsiebern. Darumb sol man wieder die breune ja nichts anfahren / man habe denn zunorn die großmechtige hitze des leibes gelindert vnd gestillet / vnd den leib / soniel möglich / von alle dem das von nöten thut / sanfftiglich gereiniget / alteriret / erquicket vnd bereit / als dann mag man wol mit kühlung dem munde / der zungen vnd mandeln zuhüff kommen. Wo aber der leib erstlichen nicht gereiniget / gekület vnd erquicket worden / vnd wil also an der breun anfahren / vnd derselben wehren / so bringet man gewiß den bitteren todt zuwege / vnd man bedencke Morbum esse suorum symptomatū causam, vnd spanne die pferde nicht hinden an. Wenn nun der franckheit etlicher massen gewehret ist / als denn wehre man auch diesen vnd andern zufellen mit bescheidenheit. Folget nun /

Wie der Breune zubegegnen.

Nemet quittenkern / oder mittelrinde von lindenholz / leget solche in wasser / thut darzu j. löffel voll rosensessig / last es also erweichen / so wird ein schlipfferiger safft daraus / damit sol man die zunge anfeuchten.

Schlipffer
saft für die
breune.

Ein anders.

Nemet aus der Apoteken Syrupi Acetosi. simpl. vermischet solchen mit gersten grauppen wasser / vnd gorgelt dann darmit / ist für die breune vnd druckenheit der zunge ganz dienlichen. Nun folget /

Gorgelwas
ser.

Wie man den Syrupum Acetosum
krefftiglich sol zurichten.

Syrupus Ace-
tosus.

℞ ij

Nemet

Nemet rein brunnwasser/ oder/ das noch besser ist/
 gut rosenwasser iij. nöffel / des besten weissen zuckers v.
 pfund : Dieses sol man zusammen in ein reinen verglasur-
 ten topff thun / zum ffeuer setzen/ vnd sanfftiglich den one
 rauch (darumb man solchen safft bey kolen / vnd nicht
 bey holtz kochen sol) sieden lassen/ fleissig scheumen/ vnd
 die helffte einsieden / denn guten scharffen weissen weins-
 essig ij. nöffel/ oder so mans stercker haben wil/ iij. nöf-
 sel daran giessen/ Wil man in aber nicht zu gelinde noch
 zu stark haben / so neme man iij. nöffel / las es ferner zu
 einem safft einkochen/ heb es dann vom ffeuer/ las es er-
 kalten/ vnd thue solchen safft in ein glas oder verglasurt
 geschir / vnd verwahre ihn wol.

Weil nun dieser safft vberaus zu den hitzigen galli-
 schen vnd pestilenzischen fiebern ganz dienstlichen/ denn
 er die galle bricht / auflescht vnd dempfft / den durst ge-
 waltiglich lescht / auch die grobe zehen feuchtigkeiten
 zertheilet/ die verstopffung der adern / leber vnd milz er-
 öffnet/ das wasser treibet/ vñ befördert auch den schweis/
 wieder siehet der feulung vñ aller pestilenzischen gifft/vñ
 dieser safft auch von dem weisen philosopho Aristote-
 le im büchlein vom regimen vnd Dieta der Fürsten/ an
 Alexandrum geschrieben/ höchlichen gelobet wird/ wil
 ich denselben auch jederman trewlich befohlen haben zu
 gebrauchen.

Ein anders für die Breume.

Speckschmit-
 tein von ein
 reinen borek.

Nemet reinen speck von einem borek oder geschlit-
 teten schwein / schneidet darvon ein schnittlein eins hal-
 ben fingers lang / vnd zweyer finger breit / leget solchs
 dem francken auff die zunge/ doch das es die ganze zung
 vnd

vnd den gaum wol erreiche / dieses stück speck sol man nicht aus dem munde des francken nemen / sondern ihn dasselbe so lang im munde halten lassen / bis es gar zerschmolzen / Darauff wird ein hefftig erbrechen vieles bösen verbrandten geblüts vnnnd einer zehen haut erfolgen / als dann gebe man achtung darauff / das der francke im erbrechen nicht ersticke / Wenn er solches zwey mal thun wird / so muß die breune weichen / vnd der francke gesundt werden.

Ein anders.

Man sol ein Pferdt ganz geschwinde rennen vnd ^{pferde schau.} lauffen lassen / bis es müde / vnd der mund von wegen der grossen hitze voller feuchtigkeit werde / dann solchen schaum auffahen / ein schwemlein an ein hölzlein binden / vnd darmit die zunge / den gaum vnd was man erreichen kan / etlich mal beschmieren / vnd das schwemlein ja wol anbinden / damit solches nicht von dem hölzlein in hals fahre. Wenn nun der francke essen oder trincken wil / sol er den mund zuuor mit braunellen wasser ausspülen / dann wiederumb zu etlichen malen mit dem schwemlein vnd pferde schaum die zunge vnd hals anfeuchten / Das hat die erfahrung bezeuget / das vielen damit geholffen worden.

Es tregt sich auch offte zu / das einen im reisen die stieffel drucken / vnd die zehen der füsse auffreiben / oder ein busen / schwellen oder dicke haut auffreiben / welches die Deutschen einen lichtdorn nennen / darfür sol man

Lichtdorn zu
vertreiben.

folgendes mittel gebrauchen.
Nun die bletter von grossen Welschen nüssen / brenne solche zu puluer / vermisch solches mit knobloch vnd
vnschitt

vnshlic vntereinander / vnd stos es wol zusammen / das es wie eine salbe wird / wenn dann der Mond im abnehmen ist / so umbwickle den lichtdorn gar wol mit leinen tücherlein / vnd lege diese salbe ein mal oder drey vber. Etliche binden hundsot darüber / etliche aber tödten eine schnecke mit saltz / nemen dann darvon den schaum / vnd beschmieren damit solchen bügel.

Die warzen
zuvertreiben.

Die warzen aber zuvertreiben an den henden / dazu zu gebrauchen etliche den safft / so von angebrandten eychen holz herfür trieffen thut / damit beschmieren sie die warzen / etliche aber gebrauchen den meerschäum. Man saget auch / das der safft aus dem grossen schelkraut wurzel die warzen vertreiben sol. Item die weidenrinden zu asche gebrandt / mit scharffen weinessig angemacht / vnd darüber gebunden. Oder aber zwiesel mit saltz zusammen gestossen / vnd darüber gebunden / sol die warzen vertreiben.

Harlideus, weiland ein fürtrefflicher arzt zu Bononien / der hat mit dem oleo Sulphuris, das ist schwefelöl / die warzen vertrieben / wenn er dieselbe damit bestrichen. Etliche brennen schwefelkerlein an / vnd lassen den schwefel auff die warzen trieffen.

Das XLVII. Capittel.

Von der trunckenheit.

WE R jetziger zeit vnter den leuten handeln vnd wandeln / auch zu den feldbüßen sich gebrauchten lassen wil / der muß bisweilen notwendig zu guten freunden zu gaste gehen / vnd mehr trincken / denn

denn er ertragen / vnd ihm nützlich sein kan. Demnach wil ich einen kurzen bericht thun / wie man sich für der trunckenheit sol bewahren / Vnd da man truncken worden / was man für hülffe dafür gebrauchen sol / damit kein schade darans erfolge. Erstlichen aber von der beschreibung der trunckenheit den anfang machen.

Die trunckenheit ist nichts anders / denn eine zerrüttung vnd beraubung der vernunft / des verstandes / aller sinne vnd kreffte / so da entsethet von oberladung mit dem trincken / Ja die trunckenheit ist eine fürsehtliche vnd bewilligte unsinnigkeit. Man kan aber solcher auff viererley weise geübrigt vnd oberhaben sein.

Was die trunckenheit sey)

Trunckenheit auff viererley weise zu meiden.

Erstlich / wenn man das trincken messig zu sich nimpt / vnd nicht mehr einschüttert / denn die natur notwendig ertragen kan.

Zum andern / wenn man starck getrencke meidet / vnd gar geringe bier mit vnter trincket / vnd nicht ganze kannen / gleser / krausen vnd becher auff einmal in sich geußt / sondern allgemachsam trincket.

Zum dritten / das man vnter dem zechen stets ein wenig mit vnter esse / denn dadurch wird das trincken im Magen auffgehalten.

Zum vierden / das man vor der mahlzeit ein trüncklein wermut wein zu sich nimpt / oder ein 8. oder 9. biter mandelkern isset / oder ein trüncklein milch trincket. Etliche gebrauchen loyberbletterlein / etliche was anders.

Einige stück die trunckenheit auff zu halten.

Africanus in seinem Commentlein gibt für / das der / so von einer gebratenen verschmittenen geißbocksjung isset / der sol nicht truncken werden.

Es saget Ranzouius, das er auff der brust stets einen grossen Ametischen trage / so aus India gebracht

Amethyst dienet wider die trunckenheit.

würde/ weil derselbe die trunckenheit auffhalten sol / wie
 etliche schreiben / vnd nicht zulassen/ das die dünste vnd
 feuchteigkeit zu dem gehirn steigen/ Etliche schreibē/ man
 sol diesen stein vber den nabel legen / so sol er den geruch
 des weins verhalten / das er nicht ins heupt steige / vnd
 also die trunckenheit zertrenne. Vnd Ranzouius sagt/
 es sey nicht ohn / das er dieses steins krafft wieder die
 trunckenheit befunden / doch wil er hiermit jederman
 sein vrtail vnd gedanken von solchen sachen frey gestellt
 haben.

Oberzogene
 stück / so die
 dünste des
 weins dem
 pffen.

Alles was von zucker gemacht vñ vberzogen wird/
 als Coriander/ Fenchel / Aniskümmel / Mandeln vnd
 dergleichen / halten die trunckenheit zurücke / vnd druck
 en die dünste vntersich/so vom wein vnd vollerey zum
 heupt steigen / vnd benemen den geschmack vnd krafft
 des weins.

Erbrechen
 dz beste mit
 tel für das
 vollsauffen.

Da nun jemand truncken worden/ ist nach der lehr
 Hippocratis dafür kein besser mittel / denn das man
 sich erbreche/ oder den leib durchbrüchig mache/ Dann
 alle franckheiten / so aus vberladung vnd vberfüllung
 entstehen/ müssen durch erbrechen oder purgiren hinweg
 gebracht werden.

Schlaff ein
 gut mittel die
 trunckenheit
 zuuerschreyen.

Es ist auch an dem / das der schlaff alle truncken
 heit hinweg nimpt vnd verzehret/ darumb wer sich vber
 truncken / sol sich zur ruhe vnd schlaff begeben / vnd so
 lange schlaffen / bis das genen vnd auffrötsen des Ma
 gens sich herbey findet. Dann Galenus bezeuget / das
 der schlaff verfochet / das wachen aber entscheidet vnd
 verdawet. Man sol aber sich nicht vhrplötslichen auff
 die trunckenheit niederlegen / sondern man sol zuuor ei
 ne gute stunde in dem gemach oder kammer auff vnd ab
 spaciren.

Auff trun
 ckenheit sich
 nicht bald e
 nider zu legē.

spaciren gehen vnd wachen / nachmals schlaffen gehen /
oder erstlichen auff einen grossen stul sitzen / vnd ein we-
nig nasshen.

Auicenna der Arabische arzt / setzt vnd ordnet für die trunckenheit einen sonderlichen safft / welchen zwar Ranzouius nie nicht versucht / sondern sich mit bitteren mandeln / Amethysten / Confect vnd wolriechenden kalten blumen / als Rosen / Violeten / Seebäumen vnd Camppfer wieder die trunckenheit geschützt hat / sonderlichen wo er der gesundheit halben das erbrechen / wie droben gemeldet / eingestellt. Es wird aber der safft Auicennæ also zugericht:

Auicenna
saft wieder
die truncken-
heit.

Nemet den safft von weissem koel / granaten safft oder wein / guten scharffen weinessig / jedes ij. lot: Diese sol man zusammen kochen lassen / bis ein safft daraus wird. Was nun einem jeden seiner natur nicht zuentgegen / das kan er von jetzt vermeldten stücken auflesen vnd gebrauchen.

Dies aber ist gewis / das keinem menschen die trunckenheit nützlich / sondern der natur vnd gesundheit gung vnd gar zuwieder / Darumb menniglich vermahnet sein sol / diese Pest / als viel immer mützlich / vnd freundschaft halben zu vnterlassen / höchlichen zu fliehen vnd zu meiden / aus vrsach / das solches die hohe Mayestet Gottes selbst verboten / derselben auch mehr zugehorsamen / denn guter gesellschaft vnd freunde zugefallen sich vberladen / vnd ihnen selbst den todt vnd allerley franckheit darvon zuwege zubringen.

Trunckenheit
allen mensche
schädlichen /
vnd vns
Gottes ge-
bots willen
zu meiden.
cc
cc
cc
cc
cc

Das XLVIII. Capittel.

H h ij. Beschreib

Beschreibung etlicher einzeln vnd zusammen gesakten stücke / so für giftt diensflichen.

Bisher ist gar fürstlichen durch nügliche Regelt gelert vnd angemeldet worden / wodurch die gesundheit vnd langes leben des menschen mag erhalten werden. Nun wollen wir auch zum beschluß dieses büchleins etliche mittel / so für giftt diensflichen / mit anhangen.

Speise an
berdechtigen
orten sol man
nicht balde
hinein schlun-
gen.

Vnd sollen demnach alle hohe vnd andere personen / die sich des vergiffens besorgen müssen / stets vnd fleissig der speise vnd des trancks / so ihnen fürgetragen wird / warnemen / vnd ehe man solche zu munde bringet / darauff sehen / was dieselben für einen geruch haben / vnd solche zuuor eine gute weile auff der zungen vñ zwischen den zeeenen tractiren / ehe man sie hinein schlunget / Dann wenn die speise vergiffet / vnd also lang hin vnd wieder in dem munde geworffen wird / verlezt sie die fehle vnd schlunde.

Man sol sich auch hüten für allerley speise / so einen frembden geschmack haben / oder von vielen stücken vermischet sein / dieselben nicht balde zu sich nemen / Dann gemeiniglich die jenigen / so geizig vnd hastig essen / am ersten mit giftt vergeben werden. Darumb ein jeder / der an solchen orten ist / da er sich giftt zubefahren / nicht hungerig oder durstig zur mahlzeit gehen sol / aus vrsache / das er von wegen der grossen begierde zur speise vnd zum tranck gar leichtlich betrogen werden kan / das man die gifttige materiam weder in essen noch trinck vermercken mag.

Wo

Wo aber einem je gifft beybracht worden were/ sol man eilends vnd vnuerzüglichen zu den rechten mitteln greiffen / damit sich die gifft nicht zum geblut oder herzen begeben / Vnter welchen das fürnemste ist / die gifft mit vndawen vnd erbrechen außzutreiben / als da geschichte mit warmen wasser vnd baumöhl / oder butter / oder aber wasser vnd essig zusammen vermische / warmlichen gemacht / vnd getruncken / oder milch mit butter trincken / oder weissen hünner oder hanendreck nemen / denselben ein wenig rösten / vnd mit wein einthemen / oder wo kein wein vorhanden / mit wasser kochen / vnd den vergiffeten zutrincken geben / daruon auch in diesem fall ein erbrechen erwecket wird. Vnd man sol darmit anhalten / bis so lang man kein frembden geschmack oder geruch / auch kein nagen / beissen noch widerwillen vmb den magen / oder angst vmb das herze mehr empfindet / Im fall derer eins sich noch vermercken lest / so gibt es andeutung / das noch mehr gifft vorhanden.

Was man thun sol / wenn einem gifft beybracht worden.

Erbrechwasser.

Wenn nun solches mit dem erbrechen geschehen / sol man dahin trachten / das der leib flüssig vnd stulferzig gemacht werde / das dann am aller ersten vnd süglichsten mit scharffen Clystiren geschehen kan / auff das also die vberbleibende gifft / so noch im magen oder gederum stecket / außgetrieben werde.

Nachmals sol dem jenigen / so gifft bekommen / ein rechtschaffener guter Theriac j. anderthalb oder ij. qit. darnach die person jung / mittelmässig oder starck / mit Wegebreitwasser / Cardobenedicten wasser / Scabiosen wasser oder Saurampffer wasser eingebracht werden. Ich halte gar viel daruon / das man Theriac mit gekochten Endian oder Lorderwasser / oder mit gekochtem

Scordio, so man wasserknobloch oder wasserbatenge
nennet / zerreib / vnd solches der vergiftten person ein-
gebe / An stat des Theriacs kan man gar sicher also viel
guten Mithridat / oder der Specierum Diamoschi ein-
flößen.

Wachholder-
beer.

Die Reckholder oder Wacholderbeer haben auch
vberaus grosse tugend / die giffte auszutreiben / wo der-
selben beerlein etliche zerknitscht / vnd im trincken mit
eingenommen werden.

Knoblauch.
Kettich.
Schmarragt

Also thue auch der Knoblauch vnd Kettich die giffte
zubrechen vnd zudempffen. Item die grünen vnd durch-
sichtigen Schmarragten / so dieselben gar klein pulueri-
sirt / vnd auff einem reibsteine preparirt / vnd viij. ger-
stenkörner schwer eingenommen werden / so wird der
vergiftte wieder gesundt / vnd ihm fallen die haar aus.

Achates.

Wie dann gleicher gestalt der stein Achates, so eine far-
be hat gleich den lawen haaren / wenn man ihn mit wein
einnimpt / ist er auch gut für giffte.

Weisser Ag-
testein.
Corallen.

Es ist auch gut / weissen Agtestein / rote Corallen an
hals hengen / vnd sonst etwas in den henden oder an
den armen tragen / das die farbe vnterweilens verendert.

Biesem.
Ambra.
Krötensteine.

Man findet etliche personen / die es gewiß dafür
halten / wo man Biesem / Ambra, oder einen Kröten-
stein bey sich trage / so sol man für giffte gar sicher sein /
Etliche aber sagen / das man sein eigen wasser oder den
harn eines jungen knabens trincken sol.

Drin.

Über das ist am aller sichersten / das man vor allen
dingen nüchtern solche mittel gebrauchte / so der giffte wis-
derstehen / vnd ihr die krafft benemen / als Baldrian
wurzel / eingemachte Citrinat / Cardobenedicten / Scor-
dien kraut / Osterluccey / Enzian / Calmus / Feigen / Rau-
ten /

ten nüss / jedes besonders / oder vermischet / Item Mi-
thridat / Theriack / die latwerge von Rauten / Feigen
vnd Nüssen zugericht / Holanderbeer mus vnd derglei-
chen zusammen gefasste stücke / so im folgenden Capittel
vermeldet werden.

Etliche schreiben / so einer gifft empfangen / der sol
vnseumlichen einen Maulesel oder j. Pferd lassen auff-
schneiden vnd aufweiden / vnd weil es noch heis vnd
warm sey / sich darein verwickeln / doch das der kopff
heraus bleibe / vnd so lang darin verharren / bis die gifft
nicht mehr vermarckt werde / oder sich auffs new in ein
ander aufgeweidet Pferd vernehen lassen / Dis sol eine
wunderbarliche krafft haben / vnd von des Babst Ale-
xandri Sexti sohn Valentino Gorgia für gifft gebraus-
chet worden / vnd genesen sein.

Das XLIX. Capittel.

Ein kurzer bericht von der Pest / des Herrn
Stadthalters Henrici Ranzouij.

In der Pestilenz (welche eigentlich nichts an- Was die pes-
ders ist / denn eine gegenwertige / giftige flechten- stilenz sey.
de seuche / welche nach gestalt der sachen fürnem-
lich aus vnreiner vergiffter lufft entstehet) wolte ich wol
weitlenffteigern berichte thun / wo nicht albereit vieler ge-
lerter ärzte bücher von solcher seuche in Druck außgan-
gen / darinnen man in fürfallenden nöten sich rahts er-
hosen kan / Nichts desto weniger sol nach solchem kur-
zen bericht des herrn Stadthalters Henrici Ranzouij /
des hochgelerten herrn Doct. Pontani seligē tractetleim
de peste,

de peste, so er an seinen vertrauten guten freund einen geschriben/ auch mit angehenge werden/ darinnen man allerhand gnugsamen berichte zusinden.

Vergiffen
ort zu vermeiden
das fürnem-
ste mittel der
praeservati-
on.

Es ist aber für das erste zu wissen / das zur praeservation / die gifte zu vermeiden / diß das fürnemste mittel sey / wie solches einhellig alle fürtreffliche ärzte bezeugen/ nemlich/ das man den vergiffen ort frühe vnd meide / vnd der vergiffen leute sich eusern vnd entschlahen/ auch gute ordentliche erleubte mittel gebrauchen / vnd wer mit gutem gewissen vnd ampts haben weichen kan/ das er solches bey zeit thue/ vnd nicht bald wieder an den ort komme/ da es gestorben/ Wie die allgemeinen verslein lauten :

Drey sind/ dardurch ein jederman
Der Pestilenz entfliehen kan:
Fluch bald/ zeuch weit von solcher grenz/
Darin regiert die Pestilenz/
Kom langsam wieder in die Stadt/
Darin solch seuch regieret hat.

Nachmals ist auch wieder die Pestilenzische gifte sehr dienstlichen die herssecklein / so von gifte zugerichtet werden / deren eins man auff dem hembde / gleich vber dem herzen an der lincken seiten aufflegen vnd stets tragen soll / wie solches Theophrastus Paracellus lehret. Es werden aber solche giftssecklein auff mancherley weise zugerichtet / wie folget.

Stephanelli
vnd Bellocati
giffsecklein.

Erstlich haben die Welschen fürtrefflichen Medici, als Stephanellus, Bellocatus, diese im gebrauch gehabt vnd heimlich gehalten :

Nemet weißen Arsenick / souiel zu einem herssecklein von nöten / vernehet solchen in zindel/ der vierfach-
tig zu

tig zusammen gelegt sey / solches traget vber dem herten / denn es propter similitudinem substantiæ die gifft zu sich zuecht / so von der luffte in das hertz sich gezogen vnd gesamlet / Vnd ist an dem / das wo man solches gifftsecklein auff dem herten treget / das bißweilen bleislein auffschiesßen / daher abzunemen / das solche secklein die gifftige materia im hertze nicht lassen zunemen / in dem / das sie solche von inwendig heraus zur haut ziehen.

Iacobus Carpenlis der nimpt des weissen Arseni- Iacobi Carpenfis gifftsecklein.
ci iiii. lot / des roten aber ij. lot / machet daraus mit tragacanth vnd eyerweis ein rund tüchlein eins fingers dicke / vernehet solches in ein leinen tüchlein / dann mit zindel oder karteck vberzogen / vnd wil haben / das man solches nicht vber dem hembde / sondern auff der bloßen haut tragen sol / Vnd zeiget weiter an / das ob wol der weisse vnd rote Arsenick / in leib genommen / tödtlichen sey / so geschehe doch solches nicht von wegen seiner heimlichen verborgenen art vnd krafft / sondern von wegen seiner nagenden art / darumb man den Arsenick nicht durchaus mag gifft nennen / Vnd wo er also von aufwendig auff das hertz gelegt wirdt / hat man eigentlich vnd gewiß erfahren / das er der gifft mit gewalt widerstandt gethan hat.

Andere Hertzsecklein.

Nemet zubereitte Saphirenen / Schmaragten / Jas Zenechdon
Theophrasti.
einthen / Rubinen / Corallen weiß vnd rot / jedes j. quent. Saffran ein drittheil eins quentleins / zubereitte Perlen ein halb quentlein / weissen Arsenick ij. quentlein / guten Ambra vj. gerstenkörner schwer / wolriechende Violwurzel iiii. quent. gebrandt hirschhorn j. quentl. roten

Zi

oder

oder gelben Arsenick j. lot: Diese alle sollen gar klein zu puluer gerieben / vnd in roten karteck oder viersechtigen zusammen gelegten zindel vernehet werden / vnd also hergsecklein daraus machen / vnd dann vber dem hergen stets tragen.

Menschen
harn gut für
die pestulenz.

Man findet ihr viel / die ihren eigen harn des morgens trincken / vnd für die Pest gebrauchen / vnd solches nitte vnbillich / denn wir lesen / das solch mittel auch Galenus in Syrien zur præseruation gebraucht. Etliche wolle / man sol Alantwurzel oder Angelicken wurz / Wacholderbeer oder Lorbern in essig weichen / dann in ein büschlein thun / vnd daran riechen / Ihr viel gehen auch nicht eher aus / sie haben denn zuvor was gessen.

Wenn einer
die Pest beko-
men / was
zu thun sey.

1.
Linde reinig-
ung.

2.
Schweiß-
treibende arg-
ney.

3.
Ansetzung
der blut egel.

Windköpffe.

Da nun einer mit dieser seuch beladen / sol er als bald ein linde reinigungs tränklein einnemen / auff das der magen vñ die gedern etlicher massen gereiniget werden / oder ein fein linde Elystir gebrauchen / vnd wo man solches gethan / vnd vermerket / das die natur zum schweis geneigt / sol man vnuerzüglichen ein schweispuluer / guten Theriac / Michridat oder andere mittel / so für solche seuche geordnet / gebrauchen / Jedoch sollen solche gifte treibende mittel nicht ein mal alleine / auch nicht teglichen vnnd gar zu offte (wie solches dann am meisten geschicht) genommen werden / sondern man sol solche alle sechs stunden ein mal gebrauchen. Wenn nun nach dem schweis ein knote / beule oder giftige blatter sich erzeiget / sol man nicht weit von dem auff gefahrenen ort etliche blutegel ansehen / sonderlichen wenn solche an einem beine oder andern vnedlen ort auff gefahren. Jedoch ist es am besten / erstlichen grosse windköpffe mit vielen flammen / oder ein jung Hun mit dem hindern /

dern / oder eine warme Lunge von einem thier etlich mal
vbersehen oder vberlegen.

Ferner so sol solche inficirte person / von anfang der
franchheit gar nicht schlaffen / bis so lang er bequeme
mittel contra pestem gebraucht / vnd dieselbe ihre wir-
ckung gehabt / Denn wo er sich des schlaffs nicht ent-
helt / so hat er nichts gewissers / denn das die pestilenzia-
sche giffte sich mit dem geblüt vermenget / vnd die princi-
pal glieder / als das gehirn / hertz vnd dergleichen errei-
chet / vnd nachmals den menschen tödter.

4-
Schlaff im
anfang der
franchheit zu
meiden.

Es sol auch ein solcher patient dem herten vnd al-
len andern gliedern mit guter sterckung zuhülffe kommen /
sich auch mit solcher kost vnd speise / so den magen / vnd
in solcher feuch zur Curation dienstlichen / erquickten.
Darneben sol er sich mit einem engstigen gebet in die
hende des allmechtigen Gottes befehlen / Alsdenn einen
getrewen arzt / seinen leib ferner zu curiren / gebrauchen /
so wird der getrewe Gott seine allmacht vnd gnade er-
zeigen. Es sol aber auch der arzt an seinem mäglichen
fleis nichts mangeln lassen / auff das der francke beydes
Gott vnd dem arzte zu dancken.

Herzster-
ckung zuge-
brauchen.

Weil nun in gemein von der Pest vnd schedlichen
giffte meldung geschehen / als wollen wir auch nun or-
dentlicher weise etliche bequeme Antidota, arzneyn vnd
mittel / so für solche pestilenzische giffte ganz nütlichen /
anzeigen vnd vermelden.

Erstlichen des königes Mythridatis berühmte
te Latwerge wieder alle giffte / sonderlichen aber für
die Pest dienstlichen.

Mythridatis
berühmte
latwerge für
die giffte.

PLINIVS der Naturkündiger schreibet im 23. buch am 8. Cap. das der Cneus Pompeius (nach dem er den mechtigsten könig Mythridas vberwunden) habe er an einem geheimbten verborgenen ort in einem sonderlichen gedechtnis büchlein / so er mit seiner eigen hand geschriben / vnd viel verborgene heimliche stück darinnen gehabt / auch dieses Antidotum gefunden / so aus zweyen durren nüssen vnd so viel feigen / auch zwanzig grüner rautenbletter klein zerschneiden / darzu ein gerstenkörnlein schwer saltz gethan / zu einer Latwergen gemacht / vnd etwas darvon nüchtern eingenommen / sol den tag vber für gifft bewahren / Vnd da einem auch gleich gifft beybracht were / sol ihm dieselbe nicht schadē. Solche latwerge wird sonst auch auff folgende weise zugerichtet :

Nemet druckene aufgeschelte nüßkernlein xij. lot / durre Feigen viij. lot / durre rautenbletterlein j. lot / saltz ij. quentlein : Die feigen sol man mit den nüssen vnd rautenblettern gar klein zerhacken oder zerschneiden / vnd mit rosenwasser oder rosenessig / oder saurampffer safft anfeuchten vnd vermischen / etliche nemen j. lot wacholderbeer darzu / von dieser latwerge sol man des morgens nüchtern einer kastani groß nemen / so ist man für der Pest præseruirt.

Ein herrlich fürtreffliches Experiment vund Püluerlein / wieder alle gifft gang frefftig / von einem alten arzt des Königs in Engelland erfunden.

Nemet Bibenel wurzel / Ermentil wurzel / Zimmetrinde / jedes j. lot / Paradissholz / Wacholderbeer / Ingwer /

Ein löflich
püluerlein für
alle gifft.

Ingwer/ jedes j. quent. Bißweilen mag man auch darzu thun Cardobenedicten fraut / vnd heiligen geiſt wurzel/ jedes ein halb quent. Dieſe alle ſubtil gepuluert / in einem ſchechlein oder büchlein zum gebrauch verwaret.

Eine herrliche præſeruatif latwerge wieder die Pefſt vnd andere franckheiten mehr/ des Babſts Leonis arzttes D. Prifciani de Corduba.

Præſeruatif
latwerge
D. Prifciani
de Corduba.

Nemet außgebiffene Zimmetrinde ein halb quentl. Zitwer j. quent. rechtschaffenen zubereiteten Boli Armeni iij. quent. Campffer vij. gerſtenkörner ſchwer/ außgemachte Citronen kernlein/ Saurampffer ſamen/ Citronenſchalen / jedes anderthalb quentlein/ Diptan wurz/ Tormentil wurz/ Bibenel wurz/ jedes ein halb quentl. geraspelt. Helffenbein/ Hirschherz beinlein j. quent. zubereit gold vnd ſilber/ jedes ein halb drittheil eins quent. zubereite Saphiren/ Rubinen/ Schmaragten/ Granaten / jeder ein drittheil eins quentleins. Was zu ſtoſſen iſt / ſol man ſubtil puluern / nachmals alles zuſammen wol vermischen / vnd darzu thun roſenzucker / ſaurampfferzucker/ Ochſenzungen zucker / jedes ij. quentl. des beſten weiſſen zuckers j. pfund mit Ochſenzungen vnd Endiuien waffer zerlaſſen/vnd aus dieſem allen eine latwerge gemacht/ Von dieſer latwerge ſol man vngefehrlich zweyer bonen groß zur præſeruirung gebrauchen. So aber albereit einer die Pefſt bekommen hette / der ſol von dieſer latwerge iij. quentlein mit wein vnd ſaurampffer waffer alle tage einmal einnemen. Wieder das ſeitenſtechen aber dienet dieſe latwerge auch/ ſo man iij. quent. mit einer brüeffaſſe oder gedißillirtem waffer zer-

treibt vnd einnimpt. Es saget Ranzouius, das er vnderweilens zu dieser latwerge / gepulverte elendsklawen / einhorn / weissen Ageststein / jedes j. quent. gethan habe / so sey die latwerge desto kreffziger worden.

Doctoris Iohann. Pontani tractellum von der pest.

Folget nun des hochgelerten Herren Doctoris Iohannis Pontani tractellum von der Pest / an einen guten vertrauten freund geschrieben.

Wie man sich für der pestilenz preseruiren sol.

Vor das erste wil ich anzeigen / wie man sich für dieser gemeinen gefehrlichen krankheit preseruiren sol. Zum andern / so sie einen angestossen hat / wie dieselbe mit hülf des Allmechtigen sol curirt werden / Vnd wil in diesen zweyen stücken der fürnemsten / eltesten vnd gelehrtesten Medicorum placita vnd gute meinung einführen.

Woher die pestilenz entsethet.

Ersilichen / nach dem die Pestilenz alhier in vnsern landen gemeinlich von einer giftigen vnd unreinen luffte entspringet / welche nicht von jederman kan gemieden werden / Derhalben wo einer not halben an solchen ortern (da die luffte in eine giftige vnd verderbte art verwandelt) sein muß / sol er gleichwol allen höchstem fleis anwenden / das solche luffte / sonderlichen in den gemachen / darinnen er ist / corrigirt werde / denn wie Galenus vnd Auicenna schreiben / kan durch solche mittel allein pestis vertrieben werden.

Womit die luffte kan corrigirt werde.

Es sol aber solche correction mit feuer vnd rauch / von wolriechenden holz vnd anderer materien / so dazu dienstlichen / geschehen / als von Wachholdern / Cipressen /

ſen / Roſmarien / Eichenlaub etc. ſonderlich wenn des morgens eine dicke / trübe / vnreine luſte vorhanden, oder die Sud vnd Weſtwinde hefftig wehen / dann für ſolchen ſich wol zuhüten vnd fürzuſehen iſt / derhalben die gemach vnd ſtuben zu ſolcher zeit / ſo gegen morgen vnd mitternacht gelegen / ſehr nützlich vnd bequem ſein. Es gefelt mir auch ſehr wol der gebrauch an etlichen örtern / da ſie in gemachen / kammern vnd ſtuben / neben den öfen auch ſchorſteine vnd kamin haben / darin ſie balde ein gut feuer anzünden / auff das ſich alle giftige dempffe reſoluiren vnd verzehren mögen. Vnd ſolche reini- gung vnd rectification der luſte ſol in ſonderheit Winterszeit geſchehen. Im Sommer aber mag man wol riechende blumen vnd kreuter / als Roſen / blawe vnd gelbe Vio- len / weidenbletter in die gemach ſtreuen / darneben in ein rein gefeß ein guten weineſſig vnd ein wenig Roſenwasser gieſſen / ein rein ſchwemlein darcin nezen / vnd des morgens wenn es heis iſt / daran riechen. Summa / es ſol aller geſtanck vnd vnreinigkeit in gemachen ver- meidet werden / vnd den exceß vnd böſe verderbte art der luſte (wie angezeigt / vnd weiter vermeldet werden ſol) corrigiren. Denn wie auch Auicenna anzeigt / iſt dem Calori innato nichts ſchrecklichers als ein böſer gifti- ger geſtanck.

Nach dem aber ſolche correction der luſte nicht alle tage geſchehen kan / ſonderlich bey frembden leuten / iſt ſehr nützlich vnd bequem / das einer ein ſolch püſchlein bey ſich trage / vnd wann er aufgehet oder verreiset / ſets daran rieche / welches auff folgende weiſe kan zugericht werden.

Gemach oder ſtuben gegen morgen oder mitternacht gelegen / am geſündteſten.

Schorſteine vnd kamin in den gemachẽ ſehr nützlichẽ.

Sommerszeit die luſte zu corrigiren.

Gemach rein zuhalten.

Wolriechend
püschlein /
siets daran
zuriechen.

Nemet rote Rosen j. quent. außgebissene Zimmet-
rinde / wolriechenden gelben sandel / paradiß hols / wol-
riechend Benzoi / jedes ein halb qu. der küchlein Gallia
moschata verae genandt ein halb drittheil des quentl.
Campffer ij. gerstenkörner schwer / die rosen mit einer
scheren zerschnitten / die andern stück aber gröblichen
zerstossen / in roten zindel gethan / vnd ein püschlein dar-
aus gemacht. Das gesinde vnd kinder sollen frische reine
raute nemen / wol zerstoßen / vñ ein guten weinessig dar-
über gießen / dann die raute wol ausdrücken / ein rein tüch-
lein oder schwemlein darein nehen / vnd daran riechen.
Man kan auch wol dergleichen andere wolriechende
wasser gebrauchen / wie denn etliche ein wenig rautenes-
sig vnter Theriak mischen / vnd wenn sie außgehen
wollen / die nase darmit bestreichen.

Woran das
gesinde vnd
kinder riechen
sollen.

Ein ander wolriechend wasser.

Wolriechent
wasser.

Nemet des besten rosen wassers ein halb nößel / des
besten rosen effigs ij. löffel voll / guten Maluasier iij.
löffel voll / außgebissene Zimmetrinde / Paradiß hols /
wolriechend Benzoi, gelben Sandel / jedes ein halb
quent. aus der Apotek Spec. Diamusci dulcis genant
ein halb drittheil eins quentl. Gallia moschata verae
ein drittheil eins quentleins / Campffer iij. gerstenkörner
schwer / die Zimmet / Paradißhols / Sandel vnd Ben-
zoi sol gröblich zerstoßen / vnd in ein gleslein gethan
werden / zusampt den andern stücken / dann das rosen-
wasser / rosenessig vnd Maluasier darüber gießen / sol-
ches dann zum teglichen gebrauch wol verwahren.
Vnd in solchen leufften halte ich / das die olea / derer
ich zum teil auch gemacht / als das oleum Cinamomi,
Muscatae,

Olea Chy-
mica.

Muscata, Gario Phyllorum vnd dergleichen / ein krefftig ding sey / des morgens ein tröpflein darvon in die nase gestrichen / vnd auff die zung genommen / dann sie die spiritus gewaltig purificiren vnd restauriren / die membra principalia confortiren / vnd darneben also corrigiren / das sie nicht leichtlich eine impression fahen mögen. Vor allen aber / wo ich der Angelica gnugsam haben köndte / wolte ich daraus ein oleum extrahiren / vnd nicht zweiffeln / das es ein sonderlich præseruatiuum in corrupto & infecto aëre sein solte.

Angeliken öl
ein sonderlich
præseruatiuum.

In gemachen vnd stuben zu reuchern ist kein lieblicher noch dienstlicher geruch / denn von nachfolgenden trochiscis ein rauch gemacht :

Wolriechende rauchküchlein.

Nemet Paradis hols klein gestoßen / gepuluert Ladanani, jedes j. quent. des wolriechenden Benzoi ij. quent. Storacis Calamitæ ein halb quentel. zucker Candie iiij. lot : Diese alle zusammen mit wolriechenden rosenwasser zu einem teig angestossen / vnd dann daraus kleine rauchküchlein gemacht.

Weiter / dieweil viel daran gelegen / das der leib gereiniget sey von allem vberflus / so von übrigem essen vnd trincken / oder vnordentlichem leben gesamlet / dadurch vrsach zur putrefaction vñ folgender infection gegeben wird / dann die corpora impura & putrida fahen solche gift gar bald / wie ein zunder das feuer aufffengee / vnd folgen auch daraus gemeiniglich alle febres pestilentiales. Darumb aller vberflus vnd putrefaction zu vermeiden / vnd mit essen vnd trincken auff folgende weise ordnung zu halten.

Den leib in pestilenzzeiten zu reinigen.

Erstlich sol man sich bestreiffen / vnd gute gesunde speise / die der putrefaction widerstiren / vnd nicht leicht

Dieta.

leichtlich corruptirt werden mögen / gebrauchen. Man sol sich aber zu dieser zeit nicht vberladen / sondern auff ein mal wenig / vnd offte essen / vnd sein mit lust anfa- hen vnd auffhören. Das Rinde vnd luefleisch ist in solchen leufften verboten / sonderlich wenn es sehr grob / alt / gereuchert vnd eingesalzen ist / wie denn auch gereu- cherte / eingesalzene vnd sehr feiste fische zu meiden sind / dann sie ein grob vnd vnrein geblüt verursachen / So ist auch das / was gemestet vnd incarcerationt wird / gar nicht dienstlichen. Dargegen sol man gebrauchen gut jung kalbfleisch / junge lemmer / schöpffe / junge Cappau- nen / häner / junge hasen / allerley waldvogel / außge- nommen die an wassern vnd bächen sich enthalten / vnd ihre nahrung daselbst suchen / darumb auch die Enten vnd Gense nicht aller dings dienstlichen. Von fischen aber sol man gebrauchen / so in frischfließenden wässern gefangen werden / vnd schuppen haben / als hechte / perse / kaulperse / schmerle / so zuuor mit gutem weinessig abge- sotten. Es sollen auch sonst alle andere speisen mit gutem essig sewerlich gemacht / vnd bißweilen mit Saf- fran vnd Zimmetrinde zugerichtet werden / dann solche kost in sterbens zeit sehr dienstlichen. Auff diese weise mag man auch feine Condimenta mit essig vnd saur- ampffer safft / oder den safft von trifolio acetoso, so man sonst kuckus klee vnd buchampffer nennet / zuri- ch- ten / vnd neben dem gebratenus vnd andern speisen ge- brauchen. Wo man aber winters zeit solche nicht bekom- men kan / sol diß puluer oder trisimeth an dessen stat zu- gericht vnd gebraucht werden.

Sawerliche
speise in ster-
benszeit nüt-
zlich.

Buchampfer
zur eintauch
nützlich.

Trisimeth zur
speise Win-
ters zeit sehr
nützlich.

Nemet gute außgebissene Zimmetrinde ij. lot / kra-
merneglein / Cardomölein / Paradiskörner / jedes j. q.
Zornen

Tormentill wurzel ein halb quent. Saffran zwey drit-
 teil eins quent. geraspelt Einhorn ein drittheil des quent.
 schönen weissen zucker ij. lot vnd iij. quent. aus diesem
 allen ein trisinetz gemacht / zu diesem puluer sol man
 auch guten wein giessen / vnd wie oben gemeldt / gebrau-
 chen.

Das brod sol von gutem weissenmeel mit lauterem Brod.
 brunnwasser eingewert / zimlich gesalzen vnd gebacken
 werden / vnd were sehr gut vnd nützlich / das der ofen
 mit gutem eychen holz oder wacholderstreuchen geheizt
 würde / wie ich denn in monte pessulano gesehen / das
 sie von den edelsten kreutern ihre backöfen heizen. So
 es aber von gerstenmeel / mag man es desto gestrenger
 salzen / auch ein wenig zerknirschten Anis samen darun-
 ter mengen. Dis ziehe ich darumb ein wenig weitlufftig
 an / dieweil nicht wenig an der bereitung des brods / so
 die gemeinste speise ist / gelegen. Was aber andere speise Was zu dies-
 ser zeit sched-
 lichen / vnd
 dargegen
 dienlichen.
 belanget / ist fast alle vnbequem / wie dann auch der kесе
 vnd rohe obst sehr schedlichen / so in solcher corrupir-
 ten luft gewachsen / welche dann Rhasis vor allen din-
 gen verbeut. Da man aber frische Pomeranzen / Limo-
 nien / Citronen vnd Granatöpffel haben könnte / diesel-
 be sind außbündig gut zu solchen zeiten zugebrauchen /
 wie denn auch die sauren kirschen vnd Johannes beer-
 lein / Etliche haben auch diesen gebrauch / das sie in der
 pestilenz viel scharffer kreuter essen / als senff / zwiesel /
 knoblauch vnd dergleichen. Wiewol mir aber wol be- Was von
 knoblauch vñ
 andern scharf-
 fen kreutern
 in pestilenz
 zeiten zubah-
 ten.
 wuß / das etliche den knoblauch sehr loben / so halte ich
 doch darfür / das derselbe nicht sehr dienlichen sey / den
 er ein scharff verbrandt geblüt macht / vnd die ebullitio-
 nem sanguinis sehr befördere / dauon sich dann viel böse

Salat vmb
saurampffer
in Pestilenz
zeiten nützlich
zugebrau
chen.

Honig vmb
was darmit
wird zuge
richt scheidlich
chen.

Was zuge
brauchen / so
der gifte wie
derstehet.

Bier.

Landwein.

Messige st
bung nicht zu
unterlassen.

Schlaff.

vnartige geschwer pfflegen zuerheben. Es mag auch zu dieser zeit Salat / Saurampffer / Borrage Blumen (wo ferne solche kreuter nicht in vergiffter lufft gestanden) mit reinem öhl oder guter Meyenbutter vnd essig genüßt werden / sonst sol man fast alle öhl meiden / so wol auch was mit viel honig wird zugerichtet.

Im anfang der mahlzeit sollen die jungen leute ein oder zwo frische laubseigen vnd eine welsche nuß / mit etlichen rautenbleetern essen / diene auch wol für die erwachsenen / vnd wird sehr von den alten Medicis gelobt / denn also saget Dioscorides in cap. de ruta. Folia rutæ, per se aut cum nuce iuglande aridisq; ficis præsumta, inefficaces venenorum reddunt vires.

Das getrenck belangende / ist erstlichen ein gut rein hausbierlein ganz dienstlichen / man mag auch wol ein fein rein landweinlein trincken / aber grobe / hizzige vnd süsse wein sol man meiden. Vnd diß sey von essen vnd trincken in kürz gnugsam.

Hierneben ist zu mercken / das die moderata exercitia vnd übung in keinem wege zu solcher zeit nachbleiben solle / doch das solche an gelegenen orten vnd zu bequemer zeit geschehen / dann sie viel guts schaffen vnd sehr dienstlich seind die natürliche hitze zustercken / vnd actiones naturales zu roboriren / die superperfluas humiditates zu resoluiren / dauon Galenus vnd Auenenna melden / daher denn auch Rhasis der feine vnd verstendige Araber meldet / wie das ein mal alle leute desselben orten an der pestilenz gestorben / biß auff die wenigen / so stets gejagt vnd gearbeitet haben.

Mit dem schlaff sol es also gehalten werden / das man in einer geräumen kammer schlaffe / da nichts stinckens

ekendes oder faules innen ſey / vnd wie droben angezeigt / mit ſewer oder wolriechendem holz darinnen reuchern. Man ſol auch dem ſchlaff abbrechen / vnd den mittags ſchlaff / ſo bald auffſo eſſen geſchichte / meiden. Es ſol auch des morgens zu gewöhnlicher zeit die natürlichen reinigung vnd ſtulgeng nicht verbleiben. Leſſichen ſol auch gute maß in ehelichen wercken obſeruirt vnd gehalten werden / denn der vnordentliche vnd vberflüſſige gebrauch derſelben ſehr diſponirt ad peſtem. Darneben ſeind ſehr ſchedlichen groſſe bewegung des gemüts / fürnemlich zorn / ſchrecken / forcht / trawrigkeit / dann ſie in ſolcher zeit wunderbarer weiſe die humores commouiren / vnd ſeltſame impreſſiones vnd imaginationes induciren können / Derwegen man ſich auff ehrliche vnd zimliche freude beſleißigen ſol / wenn ſolche contagia graſſiren.

Stulgeng.

Ehliche wercke.

Bewegung des gemüts.

Zum beſchluß / wer vor dieſer franckheit frey vnd præſeruirt ſein wil / der muß ſich alſo / wie angezeigt / verhalten / vnd ein gut ordentlich Regimen / nach dieſer kurzen inſtruction Hippocratis, anſehen / Labor, potus, cibus, ſomnus, motus, omnia mediocria, welche ſo es zu andern zeiten von nöten / viel mehr zu ſolchen zeiten zuhalten ſein wollen / wenn die luſt corrupirt iſt / Denn alſo ſagt Aëtius : Quare ſi quis moderatis laboribus, & victu moderato & caſtigato vtatur, per totum illæſus permanet. Vnd wie Galenus weiter anzeigt / ſo kan keine cauſa ſine corporis aptitudine etwas aufrichten. Vnd wie die alten geſagt haben : Agens non agit, niſi patiente prædiſpoſito, nunquam enim ſit impreſſio in aliquo aut paſſio, niſi ſit

Rf iij

paſſum

passum aut subiectum dispositum pro receptione talis impressionis.

Den leib in Pestilenzzeiten von allem vberflus zu reinigen.

Kinden in pestilenzzeiten voller wärm. Pillen für die wärm der kinder.

Folgende aber / nach dem solche ordentliche vnd vnshedliche diæta gehalten wird / ist darneben von nöten / vnd daran viel gelegen / das der leib offen / rein gehalten / der vberflus aufgeführt vnd nicht verstopffe werde / Sollen demnach die gemeinen Pestilenz pillen oder dergleichen in stetigem gebrauch sein / vnd mögen jungen leuten vnd kindern in der wochen zwey oder drey mal / nach gelegenheit der person / eine stunde vor dem abendessen / ohn alle gefahr gegeben werden / denn die kinder gemeiniglich eine vnordentliche Diætam halten / vnd viel vberflusses samten / auch sehr offte die wärm bekommen / derwegen sie in solchen leufften von den Pestilenz pillen 4. oder 5. es sey warm oder kalt / gebrauchen sollen / wie dann die nachfolgenden auch sehr dienstlichen sein.

Nemet Englian wurzel / kleintausentgülden / des besten Aloës, Agarici, jedes ein halb quentl. Neglein / schwarzen Coriander / wurmsamen / Anis / jedes ein drittheil des quent. gebrandt hirschhorn / rote rosen / saurampffer samen / perlen / jedes ein halb drittheil eins qu. Diese alle sol man gar klein vnd subtil puluern / oder ein jedes allein gepulvert nemen / wol zusammen mischen / vnd mit dem safft von frischen Limonien oder Pommerangen / auch mit scharffem weinessig vnd rosenwasser / jedes gleich viel anfeuchten / vnd dann wieder trucken lassen werden / das sol man sieben mal thun / vnd leztlich darunter mischen sieben gerstenkörner schwer gestossener saffran / Ambræ, Biesem / jedes ij. gerstenkörner schwer / dann daraus mit Zitrinat safft einen teig machen / vnd von

von diesem teige als dann pillen formiren / aller gestalt wie die pestilenspillen zusein pflegen / vnd dann wie droben gemeldet / gebrauchen.

Zunge gesellen / jungfrawen / erwachsene vnd blutreiche personen sollen in keinem wege das aderlassen verfeumen / sondern ein mal oder zwey / zehet die Median / zehet die Leber ader zu gelegener zeit schlagen / vnd zimlichen lauffen lassen / es were dann sach / das etliche circumstantien solches hinderten / als das sie jung / zu schwach oder schwanger weren / oder per consuetum fluxum menstruorū Hamorroidarum gnugsam purgirt würden. Alten erwachsenen leuten sind außbändig gut ad præseruandum nachbeschriebene pillen :

Junge Leute zur præseruation zur adern zu lassen.

Was die aderlas hindert.

Pillen.

Nemet des gelben vnd besten Alopaticē iij. quent. außertlesene Myrrhen / Saffran / der besten Rhabarbara / jedes j. quent. guten Agarici j. quent. Kramer Neglein / Indianische Spica, jedes ein halb drittheil eins q. Citrinat schalen ein halb quent. außgehölten Citronen samen ein halb drittheil eins quentl. Ermentill wurzel ein drittheil eins quentl. wolriechenden roten Sandel zwey drittheil eins quent. guten Boli armeni anderthalb quentl. Campffer ein gerstenorn schwer / vnd mit dem Syrupo acetosiratis Citri ein teig darans gemacht / vnd pillen formiret / solcher pillen mag man auff einmal 13. ein halb oder ganz quentlein / nach eins jeden alter vnd gelegenheit gebrauchen.

Da man auch einen rechtschaffenen guten iheriac oder Methridat haben kan / sol man bisweilen des morgens nächtern ein wenig darvon nemen / dann kaum eine bessere arhney zur præseruation mag gefunden werden / wie Galenus selbst bezeuget. Vnd zum vberflus

Rechtschaffenener Iheriac vnd Methridat zur præseruation am bequemsten.

mag

Küchlein zur
praeservati-
on.

mag man auch wol bisweilen von nachbeschriebenen
küchlein ad praeservandum eins oder zwey gebrauchen/
denn sie sehr köstlich vnd dienstlich seind.

Nemet Enstan wurzel / Alandwurzel / jeder iij.
quent. diese sol man zusammen 6. stunden lang in guten
rosenessig einweichen / dann wieder lassen trucken wer-
den / vnd denn folgende stück darzu thun / als Tormen-
till wurzel / Zitwer / gems wurzel / jedes anderthalb qu.
guten Diptam is. quent. Cardobenedicten samen / saur-
ampffer samen / Citronen kern / jedes s. q. rote zubereite
Corallen / weissen Agtestein / weisse zubereite Corallen /
Hirschherz beinlein / jedes ein halb quentl. der species
aus der Apoteken / latitiae Galeni genandt / Item Dia-
margaritonis frigidi / jeder is. drittheil eins quent. des
rechten Boli armeni x. quentl. guten weissen Zucker is.
pfund / den zucker sol man mit gnugsamen saurampffer
wasser / Teuffels appis wasser / Cardobenedicten wasser
vnd rosenwasser / jedes gleich viel / zergehen lassen / vnd
dann daraus küchlein gessen.

Was in
mund zume-
men / wenn
man aufze-
het.

Wenn man vnter die leute gehen wil / sol man in
mund nemen ein stücklein Zitwer / Angelicken / Tormen-
till oder Osterlucy / Dergleichen mag auch das gesunde
vnd junge heufflein des morgens eine gute frische butter
mit brod / oder ein fünff oder sechs bletlein saurampffer
essen / Vnd das ich für ein geheimnis vnd trefflich præ-
servatiuum halte / sol das gesunde vnd kinder von der
Pestilenz wurzel nemen / Vnd leßlich des morgens / ehe
sie aufgehen / von dieser latwerge einer kastanien groß
nemen.

Pestilenz
wurzel.

Praeservatif
latwerge für
das gesunde
vnd kinder.

Nemet frische Marsilier feigen s. pfund / Weissche
nüsse / so von den gelben schalen gereiniget iij. lot / frische
Kautena

Kautenbletter ij. lot/möget auch wol ein wenig wachol-
derbeer darzu thun / Solches alles zuſammen in einem
mörſel ſtoſſen/denn Johannes beerlein ſafft vnd ein we-
nig weineſſig darzu thun/ vnd daraus eine latwerge ma-
chen. Diß ſey alſo vom erſten / die præſeruation be-
langende / gnugſam.

C V R A.

Von dem andern theil / welches iſt die
Curation/ wil ich nicht weitläufftig handeln/denn ſonſt
viel feiner Proceß vorhanden / Auch wo man ſich mit
der præſeruation recht helet / iſt allzeit beſſer vnd gewiſſer
præſeruiret dann curire / Doch auß ſchickung des All-
mechtigen/ ſo einen die peſtilenz angreiffet/ welches man
alſo erkennen kan / ſo einem plötzlich ein läſſigkeit aller
glieder ankömpt / deßgleichen ſchauer oder hiß / heupt-
wehe/ ein ungewöhnlich brechen oder ſpeyen/ plötzlich
ſchlaff / trawrigkeit oder ſchwermut des gemüts/ bang-
igkeit des herzens / ſol man alß bald allen fleiſch vorwen-
den / das durch ein ſuppositorium , wo nicht von ſich
ſelbſt/ oder durch nachfolgendes Elyſtir ein ſtulgang zu-
wege bracht werde.

Hilffmittel
wieder die pe-
ſtilenz.

cc
cc
cc

Wobey ſiter-
kennen / das
ein menſch
infectet ſey.

I.
Eröffnung
des leiſes.
Einlepflein.
Elyſtir.

Nemet Pappelkraut / Bingenkraut / glaſkraut/ ſo
man ſonſten tag vnd nacht nennet/ blan Biol kraut/ ſe-
des anderthalb hand voll / Camomillen blümlein ein
halbe hand voll / kleyen ſo viel man mit vier fingern er-
halten kan/ gerſtengrauppen auch ſo viel/ Dieſe alle mit
drey nöſſel waffer biß auff ein gut nöſſel wol einkochen
laſſen/dann durch ein tüchlein ſeyhen / vnd mit der brüe
zerreiben / ſchwarzen Thomas zucker / außgezogene

℥ i

Callia,

2.
Aberlaß.3.
Siffelattwer
ge.

Cassia, jedes ij. lot / vnd wenn es im Sommer / darzu thun blau viol öhl iij. oder vj. lot / im Winter aber sol man gemein baumöhl nemen / auch zur Cassia thun iij. quentl. der bitteren latwerge Hieræ genandt / vnd dann auch eine gute messerspize voll salt klein zerrieben / so ist das Elystir fertig. Wenn solches geschehen / sol der francke von stund an / es sey bey tag oder nacht / die Mesdian ader am rechten arm schlagen / vnd zimlich lauffen lassen / dann vber eine stunde darnach mit iij. lot saurs ampffer wasser / wo aber wehtagen des heupts verhanden / Bethonien oder Rosenwasser / wo man aber vmb die brust beschwerung befindet / Borragez vnd saurampffer wasser / ein halb / j. oder anderthalb quent. nach eines jeden alter vnd stercke / der nachfolgenden latwerge zerreiben / vnd warm zu sich nemen / darauff von stund an sich in ein gewermt bette legen / wol zudecken / vnd eines schweisses erwarten / sich dann mit warmen tüchern wider abtrucknen lassen. Da aber jemand / ehe ein schweiß keme / diesen tranck von sich brechen würde / der sol ihn zum andern mal trincken / Vnd wo er abermal von ihm gehet / sol er ihn zum dritten mal nemen / Vnd wo er als dann nicht bey ihm bleiben würde / so ist nichts guts mehr zuhoffen / denn daraus vermeyret werden kan / das die giffte das herz ganz vnd gar eingenommen. So aber dieser tranck bey einem bleibet / vnd wol darauff schwitzt / so ist keine sonderliche gefehrlichkeit des todes mehr verhanden. So ist auch die reibung mit warmen tüchern sehr bequem vnd gut / Denn nachdem etliche / von wegen des steien auffsteigens der gifftigen dänste zum heupt vñ herzen / gar keine ruhe haben / etliche aber gar rasend werden / können solche reibung die dänste vntersich zihen.

Da sechs

Da sichs auch leiden wolte / vnd die franckheit so viel inducias geben / vnd der leib sehr vnrein sein würde / der möchte zuvor / ehe er die latwerge mit den wassern gebrauchte / ein linde purgalein zu sich nemen / als gute Rhadabara in Endiuicnwasser geweicht. Sommerszeit wenn es heis vnd die gall vberhand genommen hette / Wo aber ein schleumiger vnd Phlegmatischer vberflus mit ein fieber verhanden / möchte ein rechtschaffener Agaricus in Scabiosen wasser infundirt / vnd winterszeit gebraucht werden. Im Herbst aber / wenn die Melancholia redundirt / möchte man eine gute decoction seu potio ex folliculis senæ, floribus cordialibus &c. gebrauchen. Wo aber solche reinigung durch die Medicamenta sich nicht leiden wolte / sol bald nach dem aderlassen mit der latwerge procedirt werden. Vnd so ein geschwür vnnd peule hinder den ohren aufführ / sol von stund an auff derselben seiten zur adern gelassen werden / So es aber vnter den achseln geschehe / sol man die Median an demselben arm eröffnen / Wo es aber an ein bein / die brandt oder frewen ader schlagen lassen. Solches ist nun mit dem aderlassen in der pestilenz wol zu merken / dann wo einem die ader an dem ort da die peule auffgefahren / nicht eröffnet wirdt / so tritt die gifte noch mehr vnd hefftiger zum herzen vnd leber / dann das sie daruon kommen solte / verhalten auch darnach kein arzt mehr helffen kan. Vnd so einer erschrocken were / das man ihm keine ader finden köndte / oder sonst nicht gehen wolte / dem sol man köpffe setzen / vnd so das geschwür hinder den ohren auffgefahren / sol man die köpff hinden auff den hals setzen / Da es aber vnter der achsel / sol man die köpff auff die schultern setzen /

Wenn die reinigung mit den medicamentis anzustellen.

Aderlass kläglich anzustellen.

Wie stat der aderlass köpff zu setzen.

Oder so es am beine / sol man sie auff dasselbe bein sehen / vnd die latwerge gebrauchen / vnd so man darvon vber den andern oder dritten tag des morgens nüchtern einer arbeits groß isset / præseruire sie sehr wol / vnd wird also zugerichtet.

Giffelattwer-
ge D. Pon-
tani.

Nemet außerslesene rote Myrrhen / Saffran / jedes ein halb quent. Hirschhertz creuzlein ein drittheil eins quent. gebrandt hirschhorn in rosenwasser aufgesecht j. quent. Diptam wurzel / Tormentill wurz / Bibenel wurzel / Cardobenedicten samen / jeder j. quent. Zitwer anderthalb quent. guten weissen Ingwer ij. quent. Diese alle sol man gar klein puluern / dann darzu thun Camppfer zwey drittheil eins quent. des besten Theriacks vñ Mithridats jedes vj. lot / solche zusammen mit folgenden Aqua vitæ, wenn das sterben im winter ist / anfeuch- ten vnd vermischen / Da es aber im Sommer / mit dem Syrupo Acetositatis Citri aus der Apotheken zu einer Latwerge machen.

Aqua vitæ zur Pestilenz latwerge.

Nemet kramer neglein / langen Pfeffer / Paradis- körner / jedes vj. quent. Muscatennuß iij. quent. Para- disholz iij. quent. Diese alle gröblichen zerstoßen / vnd mit gutem Reintischen brandte wein / so fünff mal abge- zogen worden / acht tage lang in der erweichung stehen lassen / nachmals in Balneo Mariæ distilliren / dann ne- men weissen Diptam oder aschen wurzel / guten Zitwer / frischen Enzian / Cardobenedicten / Angelica / jedes iij. quent. gelben vnd weissen Sandel / jedes ij. quent. des besten Theriacks vnd Mithridats / jedes vj. quentlein / Diesem

Diesem v. gerstenkörner schwer / solche stück sol man auch mit dem vorigen Aqua vitæ zween tage lang einbeizen / dann distilliren / so ist es fertig.

Es ist aber sehr nützlich vnd nötig / das man sich zumor (wie allbereit gedachte / vnd darzu mittel verordnet worden) in solchen leufften wol purgire / den vberfluß vnd die seminaria putrefactionis aussege / man mag auch wol an stat der Latwerge einen rechsichaffenen guten Theriac s. quenel. schwer / cum specierum liberantis, vnd mit gutem Saurampffer wasser / Scabiosen / Borrageu oder dergleichen wasser einnehmen / oder nachfolgendes puluer gebrauchen.

Guter Theriac.

Nemet zucker Candie iij. lot / guten weissen Ingwer ij. lot / Campffer iiij. quenel. Diese alle subtil gepuluert / vnd zusammen gemischt. Da nun einem die pest mit hitz ansties / sol man ihm von diesem puluer eins Reinsichen gülden schwer mit saurampffer wasser eingeben / Wo aber mit frost / mit ein wenig wein vnd rosenwasser / vnd darauff schwitzen / Wenn nun solches geschehen / vnd man sich wieder hat abtreugen lassen / sol man sich im gemach fein warm innen halten / vnd die kalte lufft meiden / Dañ vber drey oder vier stunden nach dem schweis ein gut hünex brülein mit Limonien gekocht / vnd ein wenig saurampffer oder rosenwasser daran giessen / trinken. Vnd wo nach diesem allen noch etwas von der giftigen materien were vberblieben / sol der krankte von den pillen / so droben verordnet / etwan 7. 9. oder 11. darnach er bey krefftien / zu sich nemen / vnd dann solgends etliche morgen von einem guten Syrupo Acetositatis Citri, mit Cardobenedicten wasser / saurampffer / oder rosenwasser vermische gebrauchen / oder von nach-

Gifftpuluer Pontani.

Nach dem schweis eine hünexbrüde zu gebrauchen.

Pillen.

Sauer Citronen safft.

verzeichneter Stercklatwerge / damit die übrige giftige
his gedempffe / das hertz vnd fürnemste glieder wieder
gesterckt werden / einnehmen.

Stercklat-
werge.

Nemet Borrageu zucker / Ochsenzungen zucker /
Rosen zucker / jedes ij. lot / blau viol zucker / der fünff
edel gesteine zubereit / Paradisholz / Specierum libe-
rantis, Diarrhodon abbatris, jedes ein halb quentlein/
Zitwer ein drittheil eins quent. zubereiteten Boli armeni
veri ein halb quentlein : Diese alle mit saurem Citronen
safft / soniel darzu von nöten / zu einer latwerge gemacht.

Welche Apo-
stem eddlich
oder geschwül-
sten.

Kalte ding
nicht auff die
geschwür zu
legen.

Es ist auch gut / das man achtung gebe auff die
Apostemata, ob dieselben rötlich oder gelb / auch balde
vnd schnell zunemen oder wachsen / dann wenn dasselbe
geschwül / ist es ein gut zeichen. Wo aber die geschwür
schwarz oder dunkelbraun / ist grosse gefahr darbey /
dann solche gar eine böse giftige art haben. Darumb sol
man bald solche mittel gebrauchen / so die gift außziehen /
aber nicht sehr külen vnd repercutiren / sonst würde die
gift durch die Venas vnd Arterias nach dem hertzen
wieder getrieben / Derhalben mag man erst die pflaster /
so von vielen gelobt / aufflegen.

Dienstliche
pflaster.

Schwartz
henne.

Nemet eine grosse grobe zwiefel / hölet sie aus / vnd
füllet sie mit einem guten theriaek / vnd macht sie dann
wiederumb mit dem das heraus genommen / zu / wickelt
es dann in ein wergl / scharret es in heisse aschen / last es
braten / nemet es dann wieder heraus / zerstoßet es / vnd
legets auff als ein pflaster / das thut so offte / bis die gift
aufgezogen ist. Oder nemet eine junge schwarze henne /
rauffet die federn vom schwans aus / vnd reibet den hin-
dern mit salt / haltet sie dann mit dem hindern auff das
Apostem / vnd drucke der hennen den schnabel zu / so
zeucht

zeuht sie die gift zu sich / Wenn nun solche henne tod
 ist / so nemet wieder eine andere / vnd thut gleich also / wie
 mit der ersten / vnd gebt darneben achtung / ob die gift
 alle heraus sey / denn so lang die henne lebendig bleibet /
 ist noch gift vorhanden. Es wird auch von berühmten
 ärzten nachfolgendes sehr gepreiset / welches ich dann
 von einem gewaltigen Chirurgo selbst brauchen sehen /
 nicht allein in diesen / sondern auch in allen fellen / Er
 nam eine grosse dicke lebendige kröte / stach sie durch die
 vnterste leffte / vnd nicht durch den leib / damit ihr nicht
 das blut entgieng / lies sie also an der luft etliche tage
 wol aufsdorren / vnd verwaret sie / Wenn er sie nun in
 der pestilenz brauchen wolte / legete er sie 8. stunden in
 einen guten weinessig / das sie fein dick wieder auffquall /
 bandt sie dann also auff das Apostem / solches zog die
 gift gewaltig vnd geschwinde heraus. Wenn er auch
 gewahr ward / das die francken hefftig blutten / nam er
 die gedörte kröte / wickelt vnd vernehet sie in ein rot sei-
 den tüchlein / bandt sie auff den schaden oder vnter die
 achseln / das sie erwarmet / stellet von stund an das blut /
 die francken aber wusten nicht / was im tüchlein war.
 Das zihē ich kürzlich darumb an / dieweil ichs selbst ge-
 sehen vnd erfahren habe. Wann nun einer viel tieber an-
 dere pflaster brauchen wolte / der neme ein gut klümplein
 sawerteig / thu darunter eine seige oder zwo / vñ ein wenig
 gestossen salpeter / temperirt es zusammen mit honig vnd
 Scabiosen safft / das es werde wie ein pflaster / lege es
 dann vber / das die gift heraus gezogen vnd curirt wer-
 de / welches man spüren kan / so die accidentia vnd zu-
 fell / als stechen / schösse vnd grosse wehtagen / so von
 den geschwären vnd blattern entstehen / nachlassen /

Kröte.

Blutstillung
 mit einer to-
 den kröten.

Wenn

Wenn die
Apostemata
zueröffnen.

Wenn solches geschichte / so mag man die Apotemata mit einer stöten öffnen lassen / oder diß pflasterlein / das mit es vollend reiff werde / aufflegen.

Pflaster das
Apostem reiff
zumachen.

Nemet Pappeln / Sibisch wurzel / weis Lilien wurzel / jedes eine hand voll / kochet sie in Scabiosen wasser / das sie weich werden / zerstoß sie / thut darzu ein zimlich theil gestossen coenugraeci, ein wenig leinsamen / vnd ein gut stück rein schweinen schmalz / das sol man durcheinander stossen / vnd ein pflaster dauon machen / vnd aufflegen / Vnd wo es sich nicht wol maturiren wolte / sol man es nur je eher je besser öffnen / vnd dann den eyter vnd vnstat reine abwischen / vnd folgende reinnigung gebrauchen.

Reinigung
nach eröff-
nung des A-
postems.

Nemet wasser Eppich / stoffet denselben zuvor gar wol / vnd prest den safft daraus / nemet desselben ein halb nössel / thut darzu gut honig ij. lot / gerstenmehl iij. lot / das sol man zusammen kochen biß es dicke wird / das sol man aufflegen vnd hinein thun / ist gar ein gute reinnigung / als dann mag es zugeheilet werden / auff diese oder andere weise mit folgendem pflaster.

Pflaster so
den ort wie-
der zuseilet.

Nemet klein tausentgülden kraut / sonsten fiebers kraut genent / Benedicten kraut / Itallianische bibenel kraut / feldbethonien kraut / jedes ein gute hand voll / wol zerschneiden / dann in einen verglasurten topff gesthan / darüber j. nössel wein giessen / vnd zum ferner setzen / vnd biß auff die helffte einkochen lassen / dan durchseihen / vnd zu der abgeseihten brüe thun gepuluer Aloe patick ij. lot / Mastix klein gestossen iij. lot / Weyrach j. lot / gelb Wachs xij. lot / Schöpffen vnslie ein halb pfund / harz so viel von nöten / aus diesem allen ein pflaster gemachte. Vnd auff diese weise sol man mit dem
Apostem

Apostem geben vnd vmbgehen / dann viel daran ge-
gen. Was andere zufelle vnd accidentia dieser krank-
heit belanget / sollen auff's beste es möglich curirt wer-
den / als da ist / grosse wehrtagung des heuptes / darzu
dann ein oxyrhodinum oder rosenwasser / rosenöhl mit
rosenessig vermischet / ein tüchlein darein genest / vnd
auffgelegt / mag gebraucht werden. Auch pflegt sehr
offt das außlauffen mit zuzuschlahen / sol aber nicht bald
verstopfft werden. Wo es aber so gar sehr oberhand ne-
men wolte / auch der appetitus sehr schwach würde /
mag man dem krankten ein gut Rob de Ribes mit ace-
tosen safft / vnd ein wenig Zimmetrinde eingeben. Vnd
sol auch sonderlich auff den hals vnd zunge gute achtung
gegeben werden / welche in diesen giftigen bösen fiebern
offtmals sehr schleunig verbrandt / oder gar hart pflegt
zu werden / darumb sol man die zunge rein halten / vnd
den hals mit braunellen wasser / wegebreit wasser / oder
gerstenwasser ausspülen / vnd für die grosse truckenheit
der zunge folgendes mittel gebrauchen :

Nemet quittenkern / vngeschrlich einer Welschen
nuß schalen voll / zerknitschet sie ein wenig / giesset saur-
ampffer / Violen vnd Wegebreit wasser daran / last es
auff einem linden feuer ein wenig ebulliren / das sich
der schleim aus den quittenkern zeuche / solches mag
man auff die zunge streichen / oder mit einem reinen tüch-
lein darauff legen.

Diß sind fast die gefährlichsten vnd gemeinsten zufel-
le in dieser krankheit / auff welche wol achtung ist zu-
geben / den andern ist besser vnd leichtlicher zurahten.
Vnd hiermit wil ich auff diß mal das andere theil / die

Wie die zu-
felle zu curi-
ren.

Grosse weh-
rtagung des
heuptes zusil-
len.

Durchbruch
des leibes.

Schwacher
appetit vnd
luft zum es-
sen.

Der breunne
zubegegnen.

Was für
grosse truck-
enheit der
zunge zuge-
brauchen.

Curacion belangende / sampt denen zufellen / beschloffen haben.

Das L. Capittel.

Von dem zubereitten Spießglas oder Antimonio,

Es sind etliche / die halten gar viel von dem zubereitten Antimonio des Herrn D. Matthioli, geben dessen drey gerstenkörner schwer auff ein mal ein wieder die giffte vnd pest / mit weißem oder roten rosenzucker vermischet / vnd sagen / das auch ohne das solch zubereit Antimonium oberaus nütlichen sey wieder viel vnd mancherley art vnd geschlecht der krankheiten. Es hat aber diese eigenschafft / das es oben vnd vnden / durch erbrechen vnd stulzeng das sündhafftige gar gelinde auffführet / wie denn Ranzouius zeuget / das er es selbst gebrauchet / auch andern gegeben. Etliche wolten / das solch Antimonium keine andere feuchtigkeiten ausfüren / noch vber sich austossen sol / denn die / so giftig oder schedlichen / vnd sol eigentlich den beschwerten ort / daher die krankheit entstehet / von weitem oder in der nähe erreichen.

Man saget / das wieder die Pest vnd eingenommene giffte keine fürtrefflichere arznei als diese sein sol / Vber das sol solch zubereit Spießglas alle alte heuptkrankheit / flüsse / magenschmerzen vnd schwachheiten / so von vbermengen bösen feuchtigkeiten verursacht / auch die wassersucht / kurzen athem / lehmung / schwere not / quartan fieber hinweg nemen vnd curiren. Vnd
nach

nach dem keine frantzheit / wie denn auch die Pest / ein-
nen menschen selbst anstossen kan / es sey denn der man-
gel vnd die ursach entweder inwendig im leibe / oder aus-
wendig / So muß folgen / daß das präparirte Anti-
monium nicht allein die gegenwertigen / sondern auch
die zukünftigen frantzheiten / darzu der mensch eine ge-
schicklichkeit hat / zuvertreiben vberaus nütlichen sein
muß / vnd das der menschliche Körper durch diß mittel /
nicht anders als das goldt durch das rohe Antimoniu
gereiniget vnd gefeget werde. Man kan auch solch zubereit
Spießglas an allen orten antreffen. Die beste vnd
sicherste art / das präparirte Spießglas einzugeben / ist /
das man iij. gerstenkörner schwer gar klein puluere / vnd
wo die person stark / mag man dessen mehr nemen / sol-
ches in ein glas oder becher thun / vnd darüber gießen
einen guten trunck weins / dann wolverdeckt vnd zuge-
stopffe eine nacht stehen lassen / des folgenden tages den
wein allgemachsam abgezossen / vnd nüchtern getrun-
cken / Diese weise / das präparirte Spießglas einzuneh-
men / ist viel sicherer / weil es nicht so groß reissen macht /
als wenn man es in seiner substanz gepuluert einnimpt.

Eine fürtreffliche arznei wieder alle gefehr-
liche vnd pestilenzische seuch vnd frantz-
heit der kinder.

Die erbarn matronen in Dennemarck pflegen ih-
ren kindern nachbeschrieben puluerelein / wenn sie auff-
stüzig werden / einzugeben. Vnd nemen Einhorn / ro-
te zubereitte Corallen / weissen Ageststein / Perlen / ge-
raspelt gut Vngerisch goldt / Elendsklay / jedes gleich

M m ij

viel /

viel / stossen diese stück in einem mörsel zu puluer / vnd geben solches in hitzigen frantcheiten mit eim löffel voll rosenwasser / in kalten frantcheiten aber mit Lauendel wasser ein.

Das LI. Capittel.

Von dem Churfürstlichen Sechssischen Gifftpuluer.

D Wol die angeordnete vnd bis daher verzeichneten mittel wieder die giffte sehr krefftig / so ist es doch an dem / das des Churfürsten zu Sachsen gifftpuluer / so newlich an tag kommen / fast wieder alle giffte bewert vnd sehr dienstlichen ist.

Es ist aber solch gifftpuluer erstlichen von einem Bawersman an tag gebracht worden / welcher / nachdem er dieses gifftpuluers ruhm sichtige anzeigung / auch wunderbarliche seltsame krafft vnd wirkung hat wollen sehen vnd vermercken lassen / hat er zuuorn mancherley gifftige Schlangen gefressen / nachmals dieses puluers eingenommen / ist ihm solches gar nicht schädlichen gewesen. Endlichen hat der Churfürst zu Sachsen diesen bawern ehrlich bezaget vnd verehret / also vnd dergestalt / das er solch puluer J. Churf. G. alleine / vnd sonst niemand lernen sollen / dann J. Churf. G. dahin gesehen / das solch gifftpuluer den Fürsten vnd hohen Potentaten / denen man mehr als dem gemeinen Man mit giffte nachstehet / am nötigsten were.

Dieses gifftpuluers krafft hat Königliche Wirde in Dennemareck Christianus (hochlöblicher vnd seliger gedechtnis) erfahren wollen / vnd befohlen / das man
einem

einem todschläger / so den hals verwirckt / vnd zu Hagenaw gericht werden sollen / ein gut theil Mercurij sublimati eingeben solte / Da er denn von einnehmung dieses puluers genesen würde / solte jm das leben geschenckt werden / Solches ist geschehen / vnd hat diß puluer die giffte des Arsenici vberwunden / daraus man geschlossen / das diß giffepuluer gar leichtlich auch andere giffte mehr vberwinden möge.

Ich hab auff ein zeit bey dem Churfürsten zu Sachsen vmb die beschreibung dieses giffepuluers vnterthenig gebeten vnd angehalten / darauff aber keine antwort bekommen / Aber des giffepuluers hab ich ein gut theil von J. Churf. S. erlanget / welches zum theil noch in meiner Apothecen zu finden / vnd von mir hinterlassen wird.

Gesnerus vnd andere / so dem Moybano gesolget / schreiben / das der Churfürst zu Sachsen solch puluer dem Herzogen von Wirtemberg gelernet / vnd von nachverzeichneten wurzeln zugericht werden sol.

Nemet Baldrian oder theriackskraut wurzel / heiternessel wurzel / Schwalbenkraut wurzel / jeder ij. lot / Engelsfuß wurzel / Sibischwurzel / wilde Angeliken wurzel / jeder iij. lot / zam garten Angeliken wurzel viij. lot / Kellershals schalen iij. lot / Wolffsbeer oder einbeer / sind braune beerlein / wie die heidelbeer / doch ein wenig grösser / guten scharffen weinessig : Die wurzeln sol man alle graben zwischen dem 15. Augusti vnd den 8. Septembris , Ob auch gleich etliche solche zeit nicht eigentlich in acht gehabt / vnd die wurzeln zu anderer zeit ausgegraben / vnd das giffepuluer dauon zugerichtet / haben sie es doch nichts desto weniger ganz krefftig befunden. Man sol aber die wurzeln gar klein zerschneiden / in

ein verglasurten topff thun / vnd souiel scharffen weins
 essig darüber gießen / das die wurzeln zweyer quer finger
 hoch bedeckt werden / als dann sol man den topff mit ei-
 nem deckel wol verwahren / vnd geringst herum mit
 meel vnd eyerklar gar wol verkleiben / damit die krafft
 nicht heraus möge kommen / nachmals zu einem gelin-
 den feuerlein setzen / vnd sanfftiglich kochen lassen /
 dann den topff wieder vom feuer heben / vnd wenn es
 kalt worden / den deckel wieder ablösen / vnd den essig /
 so noch daran / von den wurzeln abgießen (Es were
 dann / das man aus demselben essige mit honig einen
 safft sieden wolte) dann die wurzeln lassen trucken wer-
 den / vnd 26. wolffsbeer darzu thun / solchs alles zu-
 sammen gar klein puluern / so ist das gifftpuluer fertig.
 Von diesem puluer gibt man einem starcken menschen
 j. quentlein schwer / zwey drittheil eins quentleins oder
 ein halb quent. mit weissem wein ein / den jungen aber
 ist gnug zwey drittheil eins quent. eingegeben.

Man spüret aus dieser Composition / das solch
 gifftpuluer nicht allein für allerley giffte / sondern auch
 für die gelbsucht / schwerliches keichen / verstopffung der
 milch / verhaltung der weiblichen blume / nieren stein /
 quartan sieber vnd böse farbe / so von der leber kompt /
 vnd zur wassersucht führet / vnd andern franckheiten
 mehr / so von kalter vnd grober zehet feuchtigkeit verur-
 sacht werden / dienstlichen sey / Für allen aber wirdt es
 krefftiglich contra pestem, beydes zu præseruiren vnd
 curiren gebraucht.

Es sind dergleichen viel vnd mancherley gifftpul-
 uer / die ich wissentlich vberschreite / vnd nur noch eins
 anzeigen wil / vnd ich von dem Edlen vnd gestrengen /
 dem

dem von Berleſch / Churfürſtlicher Durchleuchtigkeit
zu Sachſen Hoffraht vberkommen.

Nemet Valdrian wurzel ij. lot vnd ij. quentlein /
Schwalbenwurz ij. lot / Engelsfuß oder Steinwurz
ij. lot / garten Angelica / oder die ſo man aus Briſgaw
oder Pommern bringet / Meißterwurz / jeder iij. lot /
Eibiſchwurz ij. lot / Kellershals ſchalen iij. lot. Die
wurzeln ſol man graben zu der zeit / wie droben geſagt
worden / dieſelben alle klein ſchneiden / in einen verglas
ſurten topff thun / vnd darüber gieſſen ſcharffen weines
ſig zweyer quer finger hoch / thut darüber einen deckel /
vnd verkleibt denſelben mit meel vnd eyerweis gar wol /
laſſet es dann zuſammen eine halbe ſtunde lang kochen /
vnd wenn es vom ſewer gehoben / ſo laſt es erkalten / thut
dann den deckel wieder ab / vnd gieſſet den eſſig von den
wurzeln / laſt dieſelben trucken werden / vnd thut darzu
12. wolffsbeer / vnd zu jeden beerlein iij. bletterlein deſ
ſelben krauts / miſchet es wol vntereinander / vnd ſtoſt
es gar klein / ſchlahet es durch ein enges ſieblein / Dar
von mag man einem j. quentlein ſchwer eingeben. Diß
puluer iſt für die Peſt vnd alle gift / auch andern franck
heiten mehr ganz dienſtlichen.

Das LII. Capittel.

Eine gifflatwerge des Königes
Bithinix Nicomedis.

Nemet Wacholderbeer ij. quentl. geſiegelte erde
ij. quentlein vnd ein drittheil eins quent. dieſe als
le klein gepuluert / mit ohl oder honig vermiſcht /
vnd

vnd da es die not erfordert / sol man einem auff ein mal von dieser Latwerge einer haselnuß groß mit zweyen trüneln Meth oder honigwasser eingeben.

Das LIII. Capittel.

Des 3. Königs Christiani in Dennemarck
arkney für die schwere noth.

NIm die hirnshal von einem erhengten menschen / aber nicht von einem / der franck gelegen vnd gestorben (dann derselben nicht so grosse krasse zu geeignet wird / als der andern) solche hirnshale auff einem rost sanfftiglich geröstet / vnd daraus ein subtil püluerlein gemacht / vnd zu ein jeden quentlein desselben iij. abgeschelte Peonien körner gethan / vnd dem francken mit ein guten löffel voll Lauendel wasser mit dem frühesten eingegeben / solches thun drey morgen aneinander / doch das sich die person stets / weil man dieses püluerlein gebraucht / inne halte / wenig trincke / vnd seine gelinde woldawende speise / als eyer vnd dergleichen gebrauche. Es wolte auch dem francken nicht vndienstlichen sein / das er nachmals eiliche morgen ein löffel voll Lauendel wasser einnemen / vnd also ein zeitlang darmit anhalten thete. So ist auch das Einhorn wieder solche franckheit sehr krefftig.

Das LIIII. Capittel.

Des heiligen Ambrosij Syrup / so den
schweis fördert / den durst leschet / vnd
wieder

wider das dreytegige sieber nüsslichen/
welchen Syrup noch heut zu tag die
Meylender gar in grossen gebrauch
haben.

U Emet ein gut theil außgehösten hirsen / thut den
selben in einen topff / vnd kochet ihn / bis er dar
set / nemet dieser brüe x. oder xij. lot / mehr oder
minder / thut darzu guten weissen wein iij. lot / gebt sol
ches dem Patienten fein warm zutrinccken / als dann de
cket ihn fein warm zu / so wird er gar wol schwitzen.

Bis daher hab ich gar fürhlichen angezeigt alles
das jenige / was menniglich zu erhaltung guter gesund
heit / vnd zu verhütung vieler franckheiten nüsslichen
sein mag. Weil aber der fürnemste alte Römische arzt
Cornelius Celsus diese ding alle gar kurz verfasst / kan
ich nicht vnterlassen / das ganze erste Capittel des ersten
buchs Cornelij Celsi, als zum beschluß dieses büchleins
hiermit anzuhengen / vnd wil menniglich diesen Auto
rem mit fleis zu lesen befehlen.

Das LV. Capittel.

Wie sich die gesunden zu halten / das erste Ca
pittel des ersten buchs Cornelij Celsi.

E In gesunder mensch / so des leibs halben woluer
möglichen vnd frey ist / sol sich vnter kein Regi
men der gesundheit begeben / er sol auch weder
wundt noch anderer ärzte hülffe gebrauchen / sein leben
sol in mancherley übung stehen / zu zeiten sol er im

Dorffe sein / zu zeiten in der Stadt / vnd offemals auff dem felde / vnterweilens vber meer schiffen / wilde jagen / vnterweilens auch ruhen / doch des mehreren theils sich üben / Dann faulheit vnd müßiggang den ganken leib schwachet vnd vnkräftig macht / aber dargegen die arbeit stercket / darumb auch die müßigen vnd faulen ein vnzeitiges alter erlangen / die andern aber vberkommen eine langwirige jugend. Es ist auch gut vnterweilens baden / vnd sich mit kaltem wasser waschen / jehet sich salben / jehet aber solches zuunterlassen / Auch keine speise schewen / die man gemeiniglich bey den einwohnern zu gebrauchen pflaget.

*Nullum cibi
genus fugere
debet, quo
populus vta-
tur.*

Es ist auch gut bisweilen zu gast zu gehen / bisweilen auch nicht / zu zeiten offte / zu zeiten nicht zu offte / mehr zweymal dann ein mal (doch nach landes gewonheit) des tages zuessen / auch eine gute notturfft / nach dem er vermeint die speise zuerdewen. Vñ wie zugleich die übung vnd speise zur auffenthaltung notwendig / also sind auch die vbermessigen arbeiter ihnen selbst schedlichen / Dann welche menschen die rechte ordentliche übung der bürgerlichen hendel vnd geschefte vnterlassen / vnd sich mit der speise zusehr vberladen / die werden bald alt vnd krank.

Die ehelichen wercke sollen nicht zuviel begehrt / noch zusehr geschewet werden / Denn so sie selten getrieben werden / erwecken vnd erfrischen sie den leib / Aber zuviel gebraucht / schwächen sie denselben / vnd bringen ihn in krankheit. Es sol aber dasselbe nicht nach der zal / sondern nach eigenschafft der natur gesetzt / vnd des alters vnd leibes geschicklichkeit angesehen werden / so sol man denn wissen / das es nicht schedlichen sey / wo ferne.

ferne aus denselben kein siechtag noch schmerzen erfol-
gen. Es ist auch das beyschlaffen des tages schedlicher/
denn des nachts / doch also / das des tages keine speise /
des nachts aber kein wachen noch arbeit darauff erfolge.
Disz sollen sich die gesunden halten / darneben auch für-
sehen / damit bey guter gesundheit das jenige / darmit
die hülffe (derer man in krankheiten benödiget/
vnd gebrauchen muß) nicht bößlichen ver-
zehret oder verschwendet
werde.

E R R A T A.

Fol. 3. linea 20. trunkenheit ließ truckenheit. Fol. 8. lin. 3. Zo-
raster ließ Zoroaster. Paetrianorum ließ Baetrianorum. Fol. 18. lin.
14. f. pfund ließ ein halb pfund. Fol. 19. lin. 21. Algetstein v. pfund ließ
j. pfund. Fol. 22. lin. 29. anßgesprengt / sol dabey stehen dienstlichen.
Fol. 23. lin. 15. vnuermische ließ vnuermischte. Fol. 26. lin. 24. vnd
wasser / sol (darnach stehen / vnd in der 27. lin. bey dem wort kan) zuge-
schlossen werden. Fol. 43. lin. 16. meidet ließ meiden. Fol. 49. lin. 4.
welches auch / ließ so auch. Fol. 50. lin. 16. nach lehr / ließ nach der lehr.
lin. 24. mit tranckheit belagen / ließ beladen. lin. 26. oder zuweil wol/
lies oder zuweilen solches wol. Fol. 58. linea 8. das wasser / lies wasser.
Fol. 67. lin. 22. züschwelcken ließ schwellen.

Fol. 80. lin. 4. Cornelio lies Corneli. fol. 91. l. 2. brudes lies bruder. fo. 100. l. 3.
Armarum lies Armatum. f. 112. l. 20 Ringelfraut lies Bingelfraut. f. 113. l. 23.
Illinische lies Illirische. f. 129. l. 21. vnd dauen. lies vnd vndauen. f. 124. l. 26.
da lies das. f. 133. l. 3. Heinrich von Kanau / lies Heinrich Kanau. f. 137. l. 20.
geringen lauen / lies geringer laugen. f. 152. l. 8. der besten / lies des besten. f. 154.
lin. 19. wermuth wasser / lies wermuth. f. 157. lin. 21. alter erreicher / lies alter
erreicher worden ist. fol. 159. l. 19. nicht land / lies nicht lang. fol. 160. lin. 22.
die gemeinen / lies die gemein. fol. 167. lin. 21. hab. lies Gabriell. fol. 170. lin. 19.
vnten weit ist / lies vnten weit ist / gethan. Ibid. lin. 26. perludiren lies perlutiren
fol. 171. lin. 12. forstzung lies vorstzung. fol. 214. lin. 1. nören der / lies nö-
ren zu der. fol. 237. lin. 19. Cannari lies Cannari. fol. 248. lin. 1. wasserbantege
lies wasserbarengel. fol. 249. lin. 25. Saphirenen lies Saphiren. fol. 254. lin. 1.
weibz vnd einimpr / lies darzu / so zur brust dienstlichen.



Gedruckt zu Leipzig bey
Hans Steinman.

A N N O

M. D. CXXV.

Iohannis Pontani

DOCTORIS

Einfeltiger vnd gar

kurzer berichte / was man in den
schweren Pestilenz leufften gebrauchen sol/
beydes zur praeservation vnd curation.

Das erste Tractetlein /

Sermaleins zu Weymar in gefehr-
lichen anfallenden sterbens leufften gestelt /
vnd vielen guten freunden mitgeteilet.

Jeho mit fleis (souiell daruon hat erlanget werden
können) zusammen gebracht / vnd menniglichen zu trost
publiciret / weil jessiger zeit hin vnd wieder solche Pes-
tilenz seuchen sich vermercken lassen /

Durch den Hoff vnd Stadt Medicum
zu Arnstadt

Iohann. Vuittichium Vinariensem.

Leipzig /

CVM PRIVILEGIO.

I 5 8 5.

ELECTVARIVM, DE TRIBVS
ADVERBIIIS CONTRA PESTEM.

Hæc tria tabificam pellunt aduerbia pestem:
Mox, longe, tarde, cede, recede, redi.

Das ist:

Drey ding / dardurch ein jederman
Der Pestilentz entfliehen kan:
Fleuch bald / zeuch weit von solcher grentz/
Darin regiert die Pestilentz/
Kom langsam wieder in die Stadt/
Da solche seuch regieret hat.

Dem Ehrwürhesten/

hochgelarten vnd achtbarn Herrn

Georgio Veneman/der Rechten Doctorn/vnd

der alten friedestadt Erffordt Syndico,

meinem großgünstigen Herrn / guten
freund vnd förderern.

Gottes gnad vnd segen / sampt wünschung ei-
nes freudenreichen / gesunden vnd glück-
seligen neuen Jahres.



Gruß Herr vnd hochgelarter
vnd achtbar Herr Doctor,
insonder großgünstiger Herr
vnd förderer / Gott der all-
mechtige führet zu jeder zeit/
wenn er die Welt / ein Landt
oder eine Stadt vnd menschen straffen wil/
diesen ordentlichen process / nemlichen / Ver-
bum, Minæ, Virga, Ignis, also das er erstli-
chen durch sein Wort alle menschen leßt vnter-
weisen / vnd von sünden abmahnen. Da man
nun dem Wort nicht folget / so dreyet er mit
allerley wunderzeichen am himmel/in der lufft
vnd auff erden. Kehret man sich daran auch
nicht / so nimpt er die ruthe zur hand / vnd

A ij steupet

Vorrede.

streupet zu. Hilfft solches auch nicht / so spielet er endlich das gar aus.

Es hat aber seine allmacht / ehe er solches gethan / gemeiniglich die erschreckliche seuche der Pestilenz zu einer sonderlichen ruthen vnd straffe gebrauchet / vnd das menschliche geschlecht / wegen der sünde / damit verfolget vnd vmbgebracht / aus diesen vrsachen (wie kurz zuuor gemeldet) das man seine göttliche gebot vngheorsamlich vbertreten vnd verachtet / sich in mancherley sünden / wie die Saw im koth gewelkt / vnd keines weges wollen warnen lassen. Aus diesen jetzt erzelten vrsachen ist leicht rechnung zu machen / warumb sich an allen enden widerumb die gefehrliche seuche der Pestilenz thut ereigen / Ist auch zu vermuten / das solche auff kommenden Sommer ihre pernitiem hefftiger erzeigen wirdt / die weil jetziger zeit zu Sonderßhausen vñ an vielen enden mehr / viel kinder an den blattern vnd bocken krank ligen / vnd sterben ; Sunt enim pestilentium februm signa, wie Hieronymus Fracastorius Veronensis Medicus lib. 1. de morbis contagiosis saget.

Das aber Pestis so gar ein peracutus & exitialis morbus sey / welche nicht allein viel menschen

Vorrede.

menschen auff ein mal tödtet vnd hürichet/
sondern offtt ganze Lender vnd Stedte misera-
biliter verwüstet vnd öde machet / sehen wir
nicht alleine in Chronicis, sondern haben sol-
ches auch bey vnsern zeiten vnd menschen ge-
dencken (Gott erbarme es) erfahren.

Vnd ob wol diese maligna & pernicio-
labes, dissimiliter ihre tyrannidem (diuersis
tamen temporibus seu annis) zu exerciren pfle-
get/also/ das in einem sterben mehr als in dem
andern personen ombkommen vnd getödtet
werden: So ist doch diß ganz gewiß vñ war/
das venenum pestilens, certa quadam An-
tipathia, cordi, tanquam principio vitæ in-
fensum sey / darumb dann auch in allen ster-
ben die præcautio dignior curatione geachtet
wird / vnd solches auch die tegliche erfahrung
bezeuget. Ob auch wol ein exercitatus Me-
dicus noch ein mal sein ampt so fleißig verrich-
tet / so kan er doch mit höchstem angewandten
fleis / vnd gebrauch der aller heilsamsten mit-
teln/ dahin es nicht allwege bringen/vt ægros
a tam funesto morbo möchte reuociren. Es
sind aber sechs merckliche vrsachen / warumb
der wenigste theil der inficirte in sterbens leuff-
ten von den Medicis auffbracht werden.

Vorrede.

1. Ursache.

Erstlichen / weil die Pestilentz sey ein diuinus & poenalis morbus, oder wie es etliche nennen / flagellum Dei altissimi, das ist / gar eine sonderliche abgesonderte plage vnd straffe / da Gott selbst fürhanden / vnd mit seinem göttlichen arm darein schleget vnd straffet / Der wenigste theil aber erkennet solche straffe / vnd bittet vmb vergebung der sünden / sondern welchzen sich viel mehr in sünden / wie die Sewe vnd teuffels kinder / da doch billichen eine rechte agnitio peccati, cordis contritio, vera poenitentia, & ardens inuocatio solte vermaerkt werden / Denn es heist: Si coelestes
 „ causæ humilioribus corporibus labem infli-
 „ xerint, ad sacram anchoram confugiendum,
 „ placationes institui, placandiq; numina, pie-
 „ tas iubet. Dahin auch der alte heydnische für-
 „ treffliche Medicus Hippocrates gesehen / vnd
 „ nicht vnbillichen sich verlauten lassen: Si mor-
 „ bi aliquid diuini in se habent, curari non pos-
 „ sunt.

2. Ursache.

Zum andern / so ist pestis toto genere lethalis, also das des gifttes bößheit oft so groß vnd geschwinde / das sie durch irgent eine artzney nicht mag noch kan gedempfft werden / Ja auch bißweilen die aller besten Alexipharmaca
 ac cer-

Vorrede.

ac certa Antidota, so ex intimis naturæ penetrabilibus ac terræ visceribus, ad humani corporis salutem gesponnen vnd genommen / zu eludiren pfleget / wie solches die tegliche erfahrung in sterbens leufften gnugsam bezeuget.

Zum dritten / ob wol in allen andern auch ^{3. Wesache.} gifftigen vnd besleckenden franckheiten propria Alexipharmaca vorhanden / dardurch eigentlichen solche können gedempffte vnd vertrieben werden: So ist doch noch zur zeit / beyde von den alten vnd newen fleissigen Medicis vnd Indagatoribus nicht ein proprium, peculiare ac satis efficax Alexipharmacum contra pestem erfunden worden / vnangesehen / wieviel bücher auch darvon geschrieben sind / ohne zweiffel ex consilio Optimi Maximi, auff das dieser insanabilis morbus, tanquam singulare flagellum, in homines vermercket werden möchte / dieweil illius proprii remedij cognitio in sinu naturæ delitescire. Was aber die alten vnd newen Medici für mittel / remedia vnd Alexipharmaca, mit höchstem fleis erfunden / gestalt / vnd noch teglichen stellen / die kommen alle a communibus venenorum Alexiterijs & Cardiacis, darbey müssen es ober einem

Worrede.

nem hauffen gelerte vñ exercitati Medici bleiben vnd wenden lassen.

4. Ursache.

Zum vierdeen / thut auch der menschen Körper vngleichheit grosse hinderung darzu / dann etliche so schwacher Complexion / art vnd natur / das sie sich durch aller hand hülffe nicht erwehren können / ob sie gleich vermercken / das ihnen die verordneten arzneyen nicht übel thun / mögen sie doch schwerlichen errettet werden.

5. Ursache.

Zum fünfften / das auch der meiste theil der menschen in sterbens leufften (welche gleich starcker natur) keiner præseruirunge nicht achten / vnd nicht ehe darzu thun / sie vermercken dann / das die zeichen vorhanden vnd auffgefahren / so gewisse anzeigunge geben / das der mensch eine gute zeit inficirt gewesen / vnd für vielen tagen die giffte bekommen: Ja man leuffte erstlichen zu klugen weibern / fligen vnd selber erkhen / suchet allda hülffe / wenn es alsdann nicht fort wil / vnd nun der todt auff der zunngen sihet / wird alsdann darzu auch der ordinarius Medicus erfordert / hülfft er nicht / so wird er auff das eufferste geschendet / gelestert / vnd in der ganken Stadt hut vnd wider außgetras

Vorrede.

getragen. Nie solte man nicht vnbillichen be-
dencken/ was Persius Satyra 3. saget:

Helleborum frustra, cum iam cutis ægra tumebit, c c

Poscentes videas, venienti occurrere morbo. c c

Vnd der fürtreffliche artzt Hippocrates saget:

Medicus ab initio morbi vocandus, ne si feri- c c

us vocatus sit, eger ob morbi celeritatē pereat. c c

Zum sechsten / geschicht es auch aus diesen ^{6. Ursache.}

ursachen / das Gott offte in seinem hohen vner-

forschlichen rath beschlossen / diesen oder jenen

aus diesem jammerthal durch solche seuche ab-

zufordern / vnd das desselben terminus præfi-

xus, sein bestimbtes stündlein verhanden / so

heist es dann: Quod constitutum est a Deo, c c

nullo modo potest mutari, aut artis Medicæ c c

beneficio vita hominis prorogari. c c

Aus diesen sechs angezeigten ursachen ist

gantz leicht abzunemen / mit was gutem gewis-

sen / fug vnd grunde man den getrewen vnd

erfahrenen Medicis, so publicæ commoditatis

amantissimi sind / darumb pfeget zuzusehen /

vnd sie zubeschuldigen / das sie in sterbens

leufften wenig der inficirten auffbringen / sie

derwegen verhasst machet / das sie so wol von

den verstendigen / als ab infima plebecula &

urbis face, ohne einige erhebliche ursache / an-

B

gesein

Vorrede.

gefeindet vnd in verachtung gezogen werden/
da sie doch neben ihrem fleis / certo discrimine
vitæ, & in valetudinis iacturam, sich mit weib
vnd kundern begeben vnd vnterwerffen müs-
sen. Aber ein solcher vndanck ist bey den mens-
schen / das sie auch wolverdiente leute hassen/
sie betrüben / vnd ihnen vbel nachreden. Nun/
solches lasse man faren / es ist doch die welt je-
der zeit (wie der herr Matthesius saget) voller
solcher vogel gewesen / Darneben schweige
man / leide / warte / bete / beware glauben vnd
gut gewissen / so wird Gott wieder alles übel
schützen / vnd helffen / das sich der böse / helli-
sche windt lege / vnd demals eins Eißvogels
zeitung erlanget vnd mitgetheilet werden.

Vnd nach dem der hochgelarte vnd viel
erfahrne Man / Doctor Iohannes Pontanus,
Christlicher gedechtnis / ein excellens artifex
vnd Medicus, auch ein diligentissimus Inda-
gator omnium simplicium, venenorum atq;
amuletorum gewesen / auch in aller hand
frankheiten (sonderlichen aber in peste) mit
seinem artzney mittheilen viel außgericht / dar-
umb auch solche sehr celebret / vnd in der ex-
perienz foeliciter bestanden / auch auff vnter-
schiedliche jahres zeiten / zwey sehr gute / herr-
liche

Vorrede.

liche tractetlein de peste geschrieben / vnd seinen freunden mitgetheilet. Habe ich dieselben jetzo (dieweil sich allenthalben gefehrliche sterbens leufften erugen wollen) hersfür gesucht / vnd dieses gegenwertige erste tractetlein / meniglichlichen zu gut publiciren vñ offenbaren wollen. Fürnemlichen aber / Ehmechster / hochgelarter vnd achtbar herr Doctor / E. E. vnd herrlichkeiten solches tractetlein / nach alter gewonheit / zu einem neuen Jahrs geschencf / offeriren vnd dediciren wollen / dieweil E. E. vnd herrl. zu mir einen sonderlichen / günstigen vnd geneigten / freundlichen willen tragen / auch zum öfftern ihre beförderliche willige dienste / womit sie mir vnd den meinen dienen können / angeboten / das ich dann zu grosser freude erkandt vnd angenommen / vnd für solche E. E. vnd herrl. zu mir tragende gunst / vnd anbietunge derselben freundliche dienste vnd beförderunge / gerne danckbarlichen sein / aber mit nichts anders / als mit dieser geringen neuen Jahrs verehrunge weis zuerzeigen / Freundlichen vnd dienstlichen bittende / E. E. vnd herrl. wollen solch vnanschenliches geschencf in allem guten verstehen vnd auffnehmen / auch dieses tractetleins Patron sein. Das wil ich nach

Vorrede.

allen vermögen zuuerschulden / jederzeit ge-
flissen erfunden werden. Hiermit Christo be-
fohlen. Datum Arnstadt im anfang des new-
en Jahrs/ da man schrieb 1585.

E. E. vnd herrligk.

Dienstwilliger freund
allezeit

Grefflicher hoff vnd
Stadt Medicus.

Johannes Wittich.

PASTOR quidam ad Stigelium,
cum conquereretur de sua calamitate,
Domine Stigeli, inquit,

DISCE PATI.

Huic Stigelius :

Fide, precare, pati disce, beatus eris.

Traw Gott / bet / leid gedültiglich /
So lebstu wol vnd seliglich.

I D E M.

*Nobile vincendi genus est patientia, vincit
Qui patitur, si vis vincere, disce pati.*

Ein ritterliche weise ist

Zu überwinden / wenn ein Christ

In seinem creutze hat gedult /

Vnd ihm begnügt an Gottes huldt.

Wer also leidet / der überwindt /

Wilstu nun auch als Gottes kindt

Überwinden / leid mit gedult /

Tröst dich für der welt der vnschuldt /

Traw Gott / bet / leid gedültiglich /

So lebstu wol vnd seliglich.

Der erste theil die- ses Tractcleins / von der praeseruacion.

αεφύλαξις.

Medicus praeseruans curante nobilior est.
Turpius enim eijcitur, quam non admit-
titur hospes.

Duplex igitur prouidentia scopus : Emen-
dare videlicet aëris vitia, & corpus rite
munire, ne intra viscera sua admittat per-
niciosum hostem.

Præcustodia est etiam curatio quodammo-
do. Galen. lib. 1. de differentijs feb.

Stillichen ist in solchen leuff-
ten der beste vnd nechste rath (sonuel
die praeseruacion anlanget) das die se-
nigen / so von wegen jres beruffs / vnd
obligenden ampts halben / die ange-
steckten vnd inscirren örter nicht wol
mutiren / vnd anders wohin sich begeben können / mit
allen fleis / so wol sie mögen vnd können / die lufft in
gemein / mit wolriechenden holz vnd kreutern corrigirn /
denn an solcher corrigirung der lufft mercklichen viel ge-
setzen.

I.
Emendatio
seu correctio
aëris.
Lufft sol in
Pestilenz ze-
sen corrigirt
werden.

Es dies

Es dienet aber am besten zu solchem geruch (dar
durch die böse luffte corrigiret werde) ein gutes fernerlein
von kiefern holz/ eychen holz oder laub / auch von wa
cholder strauch vnd holz gemacht / beuoraus wenn sol
che vergiftigung der luffte / von himlischen vrsachen oder
influentijs , oder von wegen der bösen dünste / so aus
den Cörpern gehen / vnd mit der luffte sich vermischen/
herfließen vnd entspringen / vnd seind solche fernerwerck
vnd rauchwerck ganz nütlichen zugebrauchen.

In stuben aber / kammern vnd gemachen / darin
nen kaminen oder schorsteine sind (dann solches ein her
lich trefflich ding ist / alle giftige bröden vnd dünste der
gemach zu reinigen vnd zuverzehren / In sonderheit da
viel personen zu handeln / aus vnd ein gehen müssen)
daselbs kan man in den kaminen ein gutes reines ferner
lein / von obgedachtem holze machen / oder auch von
Eichen holz/ Rosmarin strauch vnd holz/ sonderlich in
winters zeiten.

Der kaminen
vnd schorstei
ne nutz.

In den gemachen aber were es fürtrefflichen gut/
von einem guten Agtstein (wofern solcher vorhanden)
auff glüende kolen zustrewen / vnd einen sanfften rauch
zu machen / vnd man köndte (wo es die noth erforder
te) das rauchwerck von Agtstein des tages zwey oder
drey mal anstellen / vnd in den gemachen gebrauchen.

Rauch von
Agtstein.

Wolte man aber auch in der Apotecken ein lieblich
Rauchpüluerlein zurichten lassen / köndte solches auff
nachfolgende art zugerichtet werden / vnd wie gemeldt/
zum rauchwerck gebrauchen / würde sein lieblich riechē :

Puluis ad
suffiendum.
Rauchpul
uer.

- R. Ladani puri vnc. ij.
Baccarum Iuniperi vnc. iij.
Syracis calamitæ,
Benzoi ana vnc. j. S.

Ligni

Ligni aloës drachmas *vj.*

Succini drachmas *iiij.*

Trita per se, misceantur, fiat puluis grossus, signetur
Rauchpuluer.

Wenn man aber vnter die leute gehen / vnd mſe
verdecktigen personen / so insciuret / zuthun haben müſte /
ſol man allezeit von den kleinen folgenden Mundſüch-
lein / eins vmb das ander in dem mund halten.

Orbiculi sub-
linguales.

Mundſüch-
lein für böſe
luſt.

R **E** **C.** Theriacæ Andromachi opt.

Elect. de ouo fideliter dispésati, ana drach. *iiij.*

Pul. Rad. Angelicæ,

Zedoariæ ana drach. *j.* S.

Petafitis,

Ireos ana drach. *S.*

Garyophyllum,

Ligni aloës ana drach. *j.*

Rosarum rub. scrup. *ij.*

Galliæ moschatae debito etiam modo præp.
scrup. *iiij.*

Sacchari drach. *vj.* scrupulos *ij.*

Fiant cum Syrupo, de succo Scordij, Trochisci par-
ui, instar lupinorum, addendo si opus sit, aliquid
Tragacanthi, in aqua calendulæ & rosarum infusi,
vt melior fiat incorporatio, & inter formandum
inungatur manus oleo Garyophyllum, si sit in
promptu. Signetur

Mundſüchlein.

Es ist auch ein ſtücklein gutes Ziewers / Angelicken
wurk / Biolwurk in mund zu nemen / vnd zu zufewen /
vnd ſtets bey ſich zu tragen. Oder aber nachuerzeichne-
te wûrzlein / in ſtücklein zerschnitten / vnd in eſſig von
wein gebeiget / vnd darvon in mund genommen / wenn
man

man aufgehen wil / sehr gut für das gesinde vnd junge
vöcklein.

Diptam wurzel	} jeder gleich viel.
Angelicken wurz	
Pestilenz wurz	
Allandwurz	
Sibenel wurz	
Baldrian wurz	

Es ist auch gar nütlichen vnd gut / gepulverten reiß Aqua Beza-
nen Aztestein / mit einem weinessig vnd distillirten roß hartica ad sa-
senwasser zusammen wol sieden lassen / dann mit solchem ciem & ma-
wasser die hende vnd Puls / auch das angeficht sein lin nuū carpos.
de reiben vnd bestreichen / vnd wol die kleider mit dem Wässerlein
wasser besprenzen / ehe denn man aufgethet. Da man es zum angefich-
prefftiger haben wil / kan man zum Bornstein ein wenig te / henden
Zitwer vnd Eironen schalen thun / vnd damit sieden vnd Puls.
lassen. Wil man auch in der Apoteck solches wässerlein
verfertigen lassen / so mag man dasselbe auff nachfolgen-
de form vnd weise fleissig præpariren lassen.

R. Aquæ rosarum odorif. lib. S.

Aceti rosacci vnc. ij.

Aceti florum Garyophyllorum cōplet. vnc. j.

Pul. Succini albi drach. iiij.

Ligni aloës drach. j.

Zedoariæ,

Angelicæ ana scrup. ij.

Cort. Citri drach. ij.

Bulliant aliquot ebullitionibus, in duplici vase, di-
ligenter obturato orificio vitri, colentur. Signetur

Wässerlein zum angeficht.

Über das / so habe ich auch seine knöpflein ver Noduli sape
ordnet / welche man allezeit bey sich haben / vnd daran olfaciendi in
riechen

constitutione riechen sol / wenn man außgehret / werden auff nachfol-
pessilent. gende weise zugerichtet.

Knöpflein
daran zu rie-
chen.

R. Pul. Cinamomi electis. drach. j. S.
Rofarum rub.
Ligni aloës,
Santali citrini,
Benzoi,
Storacis calamitæ ana drach. S.
Cort. citri scrup. ij.
Garyophyllorum scrup. j.
Spec. Diamufci dul. scrup. ij.
Galliæ moschataæ veræ scrup. j. S.

Puluerisentur grosso modo, fiant Noduli seu pu-
gilli duo vel tres. Signetur

Knöpflein daran zu riechen.

Das gesunde mag seine Knöpflein von eschen oder
wacholder holtz gedrehet / vnd durchlöcheret bey sich tra-
gen / darinnen ein schwemlein haben / welches in nach-
verzeichneten essig getunct worden ist / daran auch fleis-
sig riechen / sonderlich wenn sie außgesandt werden / was
züverrichten.

Da man auch zum vberflus bekommen köndte das
öhl von den krawer Reglein / oder weiß Aggestein öhl /
oder das öhl von Angelicken samen / oder von der Rau-
ten künstlichen außgezogen / vnd von diesen einen / oder
von alle zugleich / in reine baumwolle ein vier oder mehr
tröpflein fallen lassen / vnd dann solche baumwolle in
diese Knöpflein fleißig verwaren / vnd daran riechen /
were gar ein herrlicher / köstlicher / gesunder geruch : Aber
doch müste des öhls von dem Angelicken samen mehr
sein / als des andern. Da auch ein guter rechtschaffener
Theriack oder Nitridat vorhanden / köndte man solche
mit

Odoramenta
ex oleis.

Geruch von
getrüffelten
öhlen vnd
baumwolle.

mit dem grünen saffe von Kautenbletern / oder von
Angelicken kraut anzwiren / das es wie ein dünnes sälb-
lein were / vnd solches nachmals offte in die nasetöcher
streichen / sonderlich da man vnter das volck gehen mü-
ste / oder leute vmb sich haben / were gar ein fein herrlich
ding.

*Linimentum
ad nares.
Nasensälblein.*

R. Rad. Angelicæ,
Ostrutij,
Zedoariæ,
Granorum Iuniperi,
Pimpinellæ,
Diptami,
Tormentillæ,
Valerianæ ana drach. ij.
Macis,
Garyophyllorum,
Myrrhæ,
Cort. Aurant. ana drach. j.
Rosarum rub.
Florum Lauendulæ,
Fol. Rutæ ana p. ij.
Storacis calamitæ drach. ij.

*Acetum Aro-
maticum ad
preservan-
dum.
Wolriechen-
der essig zu
den schwem-
lein.*

Contundantur rad. grosso modo cum Aromatibus
& cort. Aurant. postea adde folia & flores, infun-
dantur cum aceto opt. Signetur

Wolriechender Essig zu den schwemlein.

Vm andern / so wil dieses für allen din-
gen von nöten sein / das ein jeder / souiel die præseruati-
on anlanget / sich mit essen vnd trincken wol halte / auff
das der leib nicht mit bösem vberfluß / feuchtigkeiten vnd
dünsten erfüllet werde / vnd dann die giffte der pestilens /
nicht anders als ein zunder das feuer sehet / an sich neh-
me.

*2.
Vita lex in
victus obser-
uatione.
Diet vünd
ordnung des
lebens.*

Fungi, boleti, vi excrementa terra, seu toxicum fugiendi.

Es solten aber fürnemlich gemieden werden allerley grobe vnd dawliche speise/ Item fische so nicht schuppē haben/ gense/ entvogel vnd allerley federwiltpret/ so auff vnd an den wassern sich enthet/ milch speise/ gedörretes vnd gereuchertes fleisch vnd fische/ faule vnd übel riechende kesse / sawer vnd süß kraut / reißken / kreisling/ buchschwemme/ dannen schwemme/ vnd wie man solche giftige schwemme vnd geschwür der erden mit mancherley namen zunennen pfleget / sollen als gifft gemieden werden. Item viel hüßten gemüs / rohe obft vnd allerley früchte vnd speise / so in pestilenszeiten gewachsen sind. In summa / es wil diß stück kürzlich darauff beruhen/ auff das man darauff gut achtung gebe/ das nicht im leibe cruditates (wie es die ärzte nennen) das ist/ vbermessige vngedawete feuchtigkeiten gesamlet werden / so der natürlichen dawunge hinderung thun / Oder aber obstructions, das ist / verstopffunge verursachen vnd zuwege bringen.

Speise.

Darumb denn am aller besten / das man zu solcher zeit etwas reines vñ speise/ so fein leichtlich zuverdawen/ gebrauchte/ auch des tages vber/ bey zweyen ordentlichen mahlzzeiten (darinnen nicht viel oder mancherley kost durcheinander gemengt vnd auffgetragen werde) fürbringen vnd bleiben lassen / auff das damit die messigkeit desto weniger verhindert werde.

Tranck.

Das getrenck aber / so in dieser zeit am bequemsten zugebrauchen/ sol sein ein fein klares vnd wolverlegenes bier / vnd ein feiner klarer / reiffer vnd reiner landwein/ Rheinwein oder Necklerwein. Unreines / trübes / starkes vnd sehr hitziges getrenck sol vermieden werden.

Nam vt turdus sibi cacat escam : ira

Es ist auch nichts ergers in dieser zeit (wie allbereit gedacht) dann den leib vbermessiger weise erfüllen vnd vber-

überschütten / es sey mit essen oder trincken. Also ist auch in dieser zeit sehr schädlichen / hunger oder durst leiden. Item / hefftige übermässige bewegung vñnd übung des leibes / daraus harte schweis vñnd grosse enderung des athems erfolget. Item viel vñnd hitziges baden. Sonderlich aber sol man sich hüten für grosser schwermütigkeit vñnd furcht / welche das hertz schwächen / vñnd in annehmung der gifte ursach geben.

*nor in glub
& belluatio-
nibus, inu-
mera nobis
creamus ma-
la.*

Es sol auch über dieses alles der leib stets offen sein / vñnd wo solches von natur oder durch sich selbst nicht geschieht / sol man der natur durch bequeme mittel helfen.

*Excretiones
vtilis.*

Zum dritten / nach dem man sich doch mit trincken vñnd essen nicht so wol halten kan / das man sich darneben nicht befahren müste / das nicht allezeit etwas von bösen feuchtigkeiten vñ überflüssen sich samleten vñ heuffen / Ist der nechste rath / das bey denen / so nicht durch arbeit vñnd dienstliche übung solche überflüss verzehren / bequeme reinigung vñnd purgationes, nach gelegenheit der Complexionen / alter vñnd kreffte im gebrauch zuhaben / Doch sollen in diesem fall geschwinde hefftige purgationes (vñnd so einen menschen hart an greiffen) nicht leichtlich gebraucht werden / vñnd vielerley wichtiger ursachen willen / so vñnd der kurg willen sekunder ich nicht erklären kan. Habe aber seine nachverzeichnete linde pillen verordnet / welche diejenigen / so der reinigung bedürffen / in der wochen ein mal oder zwey / oder in 10. oder 14. tagen auff's lengste / ein mal gebrauchen sollen / eines quentleins schwer auff ein mal / morgens früe / oder eine stunde für dem abendessen. Was aber junge leute sind / mag man nach gelegenheit ihres alters / weniger eingeben / als ein halb quentlein / eines dritten theils oder vierden theils eines quentleins /

3.
*De excretis
retentis.*
Die reinigung des leibes betreffende.

Nam effrenata si sint, humoribus violentius excitatis, spiritibusque vel confusis, vel exhaustis, corpus praeparant ad pestem. Sic sibi, quamuis arte praeparatum suendum.

Catapotia
communis.
Gemeine Pestilenz pillen.

Catapotia
D. Iohanni
Pontani, ad
arcenda pestis
contagia.
Linde Pestilenz pillen
D. Pontani.

Wie auch dieses falls die gemeinen Pestilenz pillen / so die anders fleissig zugerichtet werden / billich auch zulo-
ben / vnd keines weges zuverwerffen seind.

R. Aloës opt. & elect. drach. iij.
Myrrhæ elect.
Rhabarb. opt.
Crociana drach. j.
Agarici trochiscati scrup. ij.
Spicæ Indicæ gr. viij.
Cort. Citri,
Rad. Tormentillæ,
Se. Acetosæ, ana scrup. j.
Succini albissimi præpar.
Santali Citrini scrup. S.
Boli armeni præpa. drach. j.

Omnia in tenuissimum puluerem contrita, exci-
pantur cum Syrupo Acetositatis Citri, & de succo
Scordij, fiat massa, ex qua formentur pillulæ in for-
ma pestilentialium.

Damit auch die natur der arznei nicht gewone/
dann eine arznei offte genüht / leichlich vmb der gewon-
heit willen wenig oder gar nichts außrichtet / Habe ich
neben den pillen / folgendes tränklein / in der wochen ein
mal / oder zwey mal / des morgens frü einen gute trunck /
bey nahe der helffte des verzeichneten tränkleins einzu-
nehmen angeordnet / ist ein schlecht / aber fürwar ein
trefflich arznei / man köndte auch nach gelegenheit der
Complexion ein wenig gute Rhabarbara darzu thun.

Potio Ca-
thartica
blanda.
Linde purgier
tränklein.

R. Rad. Polipodij querc. drach. iij.
Se. Carthami conquassati vnc. j. S.
Prunorum vnga. Vinosorum seu Dama-
scenorum nu. vii.

Fol. Senæ sine stiptibus mundat. vnc. j.

Fol. Verbenæ,

Galeginis, vel loco eius

Cardui benedicti ana M. S.

Scordei p. j.

Se. Citri drach. ij.

Zinziberis drach. j.

Garyophyllorum drach. S.

Flor. Borriginis,

Buglossæ ana M. S.

Fiat horum omniũ diligens decoctio, iuxta artem, ad tertias, in decocto pulli gallinacei, alterati, cum fol. Acetosæ, vel Aquæ simplicis. R. Calaturæ vnc. xij. adde Syrupi de Corticibus citri in hyeme, in æstate Syrupi Acetositatis citri, Syr. ex multipl. infusione rosarum, ana vnc. ij. Misce fiat potio.

Vnd nach dem auch zur purgierung vnd reinigung das aderlassen gehöret / ist dieses hierbey kürzlichen zu mercken / das man gleichwol mit solcher aderlaß nicht vnvorsöhener vñ dummer weis (wie offemals geschicht) zu plase / dieselbe bey allen Complexionibus zugebrauchen / sondern hierinnen guten vnterscheid halte. Dann wie droben kürzlich vermeldet worden / so siehet die præseruation darauff / das der leib / so viel übrige feuchtigkeiten hat / gereiniget vnd außgedrucknet werde. Wiedersumb die jenigen corpora, so wenig vbrige feuchtigkeiten haben / auch bey ihren natürlichen constitution mögen erhalten werden.

Derhalben / da vber das etwan das geblut vberflüssig / oder ein mensch blutreich were / derselbe mag nützlich das aderlassen gebrauchē / doch auch nicht zu übrig viel. Seind aber keine anzeigung der vbermaß des gebäts /
oder

De missione sanguinis.
Von der aderlaß zur præseruation.

oder das einer blutreich were / vorhanden / so ist fürwar
 mit der aderlaß nicht zu eilen / sondern es thut einer viel
 besser / das er es gar vnterwegen lasse. Es were denn
 sache / das sich einer sonsten darzu gewehnet hette / vnd
 befünde / das ihm das aderlassen zuvor auch recht ge-
 than hette / derselbe mag es vnuerhindert im namen
 Gottes gebrauchen.

4.
 Medicamen-
 ta præseruan-
 tia
 præseruatif
 mittel.

Zum vierden / wenn nun die leiber sein rein
 sind / entweder das sie von ihrer angeborner constituti-
 on wenig vberflusses samlen / oder derselben vorhanden /
 oder durch gute ordnung vnd fleißige regierung / solcher
 vbermaß allzeit abbruch thun / auch durch dienstliche
 übung derselbigen viel verzehren / oder durch bequeme
 reinigung hinweg nehmen vnd bringen / sind alsdann
 die Medicamenta præseruantia (derer vielerley von
 den ärzten fûrgeschlagen werden) mit zugebrauchen.

Derhalben habe ich neben andern auffgezeichnet
 feine kûchlein / vnd ein puluer / welche beyde herrliche
 præseruatia sind / vnd baldt auch sollen angemeldet
 werden. Vnd von den kûchlein mag man des morgens
 frû eins oder zwey auffessen / den kindern aber eins ge-
 ben / Vnd das kôndte man allemorgen / oder vmb den
 andern oder dritten morgen (nach der sachen gelegen-
 heit) thun vnd brauchen.

Descriptio-
 nes Alexite-
 riorum, qua
 pestis conta-
 gia arcere
 possunt.
 Confectio in
 rotulis.
 Kûchlein so
 da præserui-
 ren.

R. Rad. Helenij,
 Petasitis ana drach. iij.
 Bulliant vnica ebullitione in aceto rosaceo. q. s.
 Postea bene exiccentur. Deinde
 R. Rad. Doronici.
 Pimpinellæ,
 Angelicæ,
 Tormentillæ ana drach. j. S.

Fol.

Fol. Diptami Cretici, excussa lanugine drach. ij.

Se. Citri,

Cardui benedicti,

Acetosa ana drach. j.

Succini albissimi,

Corall. rub. præpa. ana drach. S.

Spec. Liberantis,

Latitiæ Gal.

Diamargarit. frigid. ana drach. S.

Boli armeni veri præparati drach. v.

Ligni aloës drach. j.

Zacchari albissimi lib. ij. vnc. j. drach. iiij. dissoluti
in aqua rosarum, & Cardui benedicti, q. s. fiat Con-
fectio in rotulis. Signetur Præseruatif kûchlein.

Da man auch zur hand hette einen guten recht^{Syrupi in pe-}
schaffenen Syrup oder safft von Citrimatopffel/vnd ein^{ste.}
wenig von dem kraut des safftes Scordei oder Galegi-^{Säfte zur}
nis darunter vermischete/ vnd den kindern des morgens^{præseruation}
frûe von solchem vermischten safft ein löffel voll oder^{für die kinder.}
zweene eingeb/ were ein gut trefflich præseruatif.

In manglung solcher sâffte / kôndte man nach fol-
gende geringe arñney zurichten lassen/ vnd darvon mor-
gens einen löffel oder zweene vol lassen eingeben/ fürnem-
lich in warmer zeit.

Nemet guten weissen Hutzucker j. pfund / thut dar-
zu eine quart guten scharffen weinessig / vnd eine halbe
quart rosenwasser / siedet diese stück alle zusammen/ biß
sie werden wie ein geleutert honig/ doch das man es sein
scheumie / vnd wie gesagt/ brauche.

Man mag auch den kindern / so noch nicht sonder^{Sie kinder.}
lichen erwachsen sind / von guten Muscaten blât / wel-
che in einem guten weinessig einen tag vnd nacht erwei-
chet/

chet / nachmals wider getrucknet / vnd gepuluert / dara
 zu auch ein wenig Tormentill wurzel gepuluert / vers
 mischen / mit einem stücklein brods des morgens einge
 ben / vnd zu zeiten neben den küchlein vnd præseruatif
 wässerlein ein wenig / als ein drittheil eines quentleins /
 von dem püluerlein also trucken einnemen lassen. Alte
 leute aber sollen solches puluers j. quentlein schwer morg
 gens nüchtern einnemen / vnd solches ein mal / zwey oder
 drey mal vngesehr in der woche thun / dann es gar fein
 præseruiert. Das herliche præseruatif wässerlein aber
 sol man jungen leuten des morgens einen löffel zween
 oder drey voll eingeben / ist gar eine krefftige arkney.

Puluis admo
 dum efficax
 ad præser-
 uandum.
 Præseruatif
 püluerlein.

R. Boli armeni veri præpar. drach. j. S.

Terræ lemniaæ veræ drach. j.

Rad. Zedoaria,

Helenij ana scrup. ij.

Pimpinellæ,

Petasitis,

Tormentillæ ana drach. S.

Se. Citri,

Acetosæ,

Coriandri præpar. cum aceto, ana scrup. j. S.

Cort. Citri,

Ligni aloës ana scrup. j.

Succini albissimi præpa. drach. j. S.

Cornu cerui præp. drach. S.

Se. Anisforum,

Carui ana drach. j. S.

Cinamomi,

Fol. Scordei mundati & pul. ana drach. ij.

Spec. El. de gemmis drach. j. S.

Zacchari ad pondus omnium, fiat puluis suauissi-
 mus & efficacissimus. Sigr. Præseruatif püluerlein.

R. Pomum integrum vnum recentiss. Citrinum, Distillatum
 discinde in frusta, cum substantia tota, seminibus præstantissi-
 etiam ipsis contulis, adde tandem rad. Tormentil- mum.
 læ cōtularum vnc. iij. Maceris in aceto Garyophyl- Distilliret
 laceo per noctem macerata drach. iij. Conser. flo- wasser zur
 rum Garyophyllorum complet. vnc. ij. Zedoaria præservati-
 conditæ drach. ij. Aquæ rosarum odorif. lib. j. on. NB.
 Scordei, Cardui benedicti ana libr. S. Fiat horum E cerni cor-
 diligens distillatio iuxta artem. Signetur nu recenti,
aqua elici-

Wässerlein zur præseruation.

Schwangere frawen/ dieweil sie voller feuchtigkei- tis
 ten stecken/ vnd derwegen des giffis desto eher fehtig/ sol- aduersus om-
 len in der zeit (so es möglich) aus der bösen lufft sich nem maligni
 machen. Da sie es aber auch / so wol als andere / nicht morbi perni-
 endern können / das sie weichen mögen / sollen sie im ciem.
 namen Gottes folgende latwerge zubereiten lassen / vnd Sie schwang-
 daruon einnemen. ere weiber.

Nemet Borrageu zucker vs. lot/ eingemachte Dac Opiata pro
 teln ohne kern/ Neglein blumen zucker/ jedes ij. lot. ein pregnantib.
 gemachte Muscaten nuss j. quent. zubereiten Coriander Latwerge
 ij. quent. eingemachte Zitwerwurk anderthalb quent. für schwang-
 rote zubereitte Corallen / Tormentill wurk / jedes auch ere weiber.
 j. quent. Solches alles zu einer Latwerge zusammen
 gemischer / Vnd von dieser Latwerge mag ein schwang-
 gere person des morgens nächtern einer Muscaten nuss
 groß zu sich nemen. Vnd von solchen schlechten din-
 gen / vnd feinen linden Remedijs, so zugebrauchen
 dienstlichen / vnd am aller sichersten / laß ichs auff diß
 mal beruhen / denn sonst in allen büchern viel feiner
 herrlicher præseruativen mit höchstem fleis verordnet
 sein.

Modella seu
curatio.

Das ander teil dieses tractetleins/ von der Curation/ gar fürhlichen.

Φαγματιον.

Præfagia.

Febris pestilentialis nunquam periculo vacat, omnia enim horrendissima in peste fieri possunt.

Hæc febris curatu omnino difficilima, & vt plurimum desperata, nam (vt bene dicebat Galenus 3. de præfag. ex pulsibus cap. 3.) Quam excogites medicinam ad putredinem, quæ cor occupauit? Verum ne miseri ægrotantes, ab omni præsidio destituantur, pij erit medici eos suscipere.

I.
Alui lenitio.

Der leib sol
stulfertig
sein/ oder da-
zu bewegt
werden.
Linde zepff-
lein.

Linde elyfir.
Linde purg-
rung mit ei-
nẽ trencklein.

De vena se-
ctione.

Von der
aderlaß.

Einnehmung
der schwig-
lauwergen.

S Duuel die Curation belanget/ ist fürnem-
lich darauff acht zuhaben (das wenn nach Got-
tes gnedigem willen einem die pestilens anstößet)
das der leib stulfertig vnd offen sey / Vnd in manglung
solcher offnung sol man mit einem linden zepfflein / lin-
den Elyfirlein / oder auch andern linden mitteln (als
mit dem saffe von rosen/ oder einem tranck von dem lin-
den verordneten purgierträncklein / des in der præserua-
tion gedacht) der natur eine hülffe thun.

Im fall aber/ das einer nicht verstopffe / auch son-
sten nicht viel übriger böser feuchtigkeiten bey sich hette/
sol man bald im anfang/ da noch kein zeichẽ vorhanden/
vnd der mensch blutreich vnd jung / die Median bey tag
oder nacht/ am rechten arm schlagen lassen. Wo er aber
nicht blutreich / sol man das aderlassen vnterwegen las-
sen/ vnd dafür alsbald ein Antidotũ gebrauchen. Hette
aber der francke zur ader gelassen/ sol man ihm von dem
folgenden Electuario curatiuo, vngesehrlich vber eins
stunde nach der aderlaß .j. quentlein schwer / mit einem
tränck

trüncklein rechsaffenen / vnd ja fleißig distillireten
Cardobenedicten wasser sein warm eingeben / ihn zude-
cken / das er schwiße / ist gewißlich ein trefflich arhney in
solcher krankheit. Vnd dieweil solche feuche hefftig vñ
schnell / muß man auch mit der curation nit seumig sein.
R. Pul. fol. Scordei subtilis. triti drach. vj.

Pul. rad. Zedoariæ,
Angelicæ,
Garyophyllatæ,
Tormentillæ,
Diptami vulgaris ana drach. ij.
Gentianæ drach. j. S.
Crocī drach. j.
Camphoræ scrup. j.

Theriacæ Andromachi drach. iiij. Cum Syrupo
de succo Scordei, vel Acetositatis citri, fiat Electua-
rium curatiuum in forma meliori.

Gemein Curatif latwerge.

Jungen leuten / als kindern vber 4. jahr / möchte
man von dem puluer (so auch zu der præseruation geord-
net) ein halbes quentlein schwer / mit Cardobenedicten
wasser eingeben. Andern aber / so erwachsen / mehr zule-
gen / vnd j. quentl. schwer eingeben. Wolte man aber
noch eine krefftigere Latwerge machen lassen / die man
Electuarium curatiuum pretiosum nennen möchte /
vnd gleichfalls gebrauchhen / wie die erste / mag solche
auff nachverzeichnete weise zugerichtet werden. Vñ mag
in warheit sagen / das ich schier nicht wüßte / was krefft-
tiger wieder die pestilens giffe zugebrauchhen sein möchte.

R. Rad. Tormentillæ drach. iiij.
Diptami albi,
Angelicæ ana drach. ij.

Sequuntur
Antidota.

Electuarium
curatiuum
primum.

Die erste ge-
meine curatif
latwerge.

Electuarium
curatiuum
pretiosum.

Die andere
krefftige vnd
thwere cura-
tif latwerge.

Succini

Succini albifs. præpa.
Camphoræ ana drach. ij.
Fragmentorum Hyacinth. præp.
Fol. Auri puri cum succo Acetosit. citri præ-
pa. ana drach. j.
Fragment. Smaragdi veri & non adulterini
præpar.

Cornu monocerotis, vel Ceruini ana scrup. j.
Puluerisentur subtilissimè seorsim, & tandem com-
misceantur, aspergantur aliquoties, Aqua Cardui
benedicti, in qua radices petasitis & zinziberis
prius ebullierint: postea addatur

Theriacæ optimæ vnc. j. S.

Et cum Syrupo de succo Scordei fiat Electuarium
curatiuum pretiosum. Signetur

Die thewre Curatif latwerge.

*Electuarium
curatiuum
tertium.*

*Curatif lat-
werge für die
armen.*

Wolte man aber noch zum vberflus auch ein ander
Curatiuum haben / das nicht zu viel gestünde / möchte
man auch das dritte auff nachfolgende weise / für arme
gemeine leute / vnd gesinde zurichten lassen.

R, Electuarium de ouo drach. iiij.

Mythridati boni,

Theriacæ veteris ana drach. ij.

Pul. rad. petasitis drach. j.

Tormentillæ,

Nucis Vomicae, exteriore cortice ablato,

Diptami Cretici, excussa lanugine ana drach. S.

Boli armeni præparati scrup. ij.

Caphuræ gr. viij.

Incorporentur omnia cum Syrupo de succo Scor-
dei, vel Acetositæ citri, fiat mixtura. Signetur

Die dritte Curatif latwerge.

Es möchten auch solche leutlein / wenn sie einen
rechtschaffenen Theriac haben könnten / desselbigen ein
quentlein schwer alleine zu sich nemen / mit einem guten
gedistillirten wasser / als da ist / Cardobenedicten was-
ser / Eiserhart wasser / Oder zu kalter zeit mit einem
trüncklein gutes weins. In manglung der gebrandirten
wasser / mag man diesen Essig zurichten.

*Theriaca e-
nim & My-
thridatico,
nihil equi-
parandum.*

Nemet ganze Raute/

Eiserhart kraut/ jedes j. gute hand voll.

Pestilenz wurk/

Angeliken wurk/ jeder j. lot.

Cardobenedicten samem ij. quent.

oder jedes alles gleich viel.

Essig zur cur
ration.

Das kraut mit einer scheren groblichen zerschnitten / die
wurzeln aber vnd den samem groblichen zerstoßen / dann
in ein glas gethan / guten scharffen weinessig darüber
gossen / wol verstopfft / vnd zum gebrauch hingefast /
dann in der not ein trüncklein daruon genommen / an-
gezeigte Curatif latwergen / Theriac oder Mithridat
darmit zertrieben. Es ist auch solcher essig für sich als
leine zugebrauchen sehr dienstlichen. Darauff sol man
den francken vnd insicirten / winters zeit / in ein gewerms-
tes bette legen / vnd eines schweisses erwarten lassen.
Da auch jemand / che er schwizete / den schweissiranc
von sich brechen würde / sol ihm derselbe zum andern
mal gegeben werden. Vnd wo er solchen abermal von
sich bricht / zum dritten mal geben / Blich er denn zum
dritten mal nicht bey ihm / so ist gar keine hoffnung zur
gesundheit.

Wie man sich nun ferner nach dem schweis halten
sol / auch wie man den insicirten stercken / speisen / vnd
der principal glieder wol warnemen sol / Item die Apo-
stemata,

stemata, Carbunkel/ beulen vnd blattern curiren/ vnd
allen zufellen begegnen sol/ dessen sind alle bücher voll/
So hat auch der hochgelarte Herr Doctor Pontanus
seligen/ im andern tractetlein (so ich mit in der verdeutschung
des büchleins de Conseruanda valetudine/
des Herrn stadthalters Ranzouij Cap. 49. eingebracht)
dauon auffürlichen bericht gethan/ dahin ich zu ferner
nachrichtung den gütigen Leser wil gewiesen habe. So
hat auch von solchen hendeln einen sehr herrlichen Tractat
der hochgelarte vnd achtbare Herr Doctor Johan
Schröter geschrieben/ vnd in Druck gegeben/ da man
ferner nachschlahen kan. Dieses tractetlein ist von dem
Herrn Doctor seligen/ nur zu einer kurzen anleitung
gestalt/ was man in eil thun sol. So ist es auch an
dem/ wenn man sich mit der præseruation
recht helt/ istts allezeit besser vnd gewis-
ser præseruiret/ denn
curiret.

F I N I S.

Leipzig/
Bey Hans Steinman.

I 5 8 5.

inter us amtuar aiepo
ratione rj
recepimus qd conentari
s qui sunt infra decem
stiauat i archidiacon
archidiacon castrensis
comes concessit que no
lars s playcos distomit
ten hoc non debz aliqte

duacces qz ig
norantia eos
excusat si uo
saenter ordines
recepit no dis
pensaretur ai
eis ut e ordinao
nes sic s e e p
i fi

Ut aliares s
simple stiaau
mus ppoia dig
nitas est pte q
me fit nomen
generale adoes

qalacom j de v sig qmuis fiant sic s telet am
ar d j de lico egro ca i q ff de stiaau ho qui strem
oy stur l v s casum s hec i telligas qn pailpum
adntalem stiaam puenit quo promouit non pot
scaro qn sine culpa et tunc no debz addi afflictio
pse de lico egro ca amurat sic s de et ai i aucti
t an puiis puer d acceptio usq ad xuy anni
cto isla admiam et xx q i ca r xxv q v pui r i q
maritore s e ut no est qpos r puer d qntu ad
rj rones qui seruire no pot r de plen ff i archi
u ar q i stiaue n ptinet ad archid xv i q vii

Suppletur me minor scissa r r latoris s r r etios
don't illo puenias ad etiam

piat quod ma
lu e no e ei ole
diendum xi
qui qui rest
at st d uilia
nus no sp si
new dubumit
pcepam p lo
nu oledienae
excusatur apdo
licet i mitate sic
malum xxv
q i quid culpa
tur scandalo
ar nichil cum
scandalo facendi
i xv di illa xvvi
reg iur qui stand
renue nisi cum pr
dalo sepe cessat rige
deb ar xi q iij qu
niam pntem s p
ee ad cautelam qv q
duore i r i fi ff de
n i fec q bona s lo
ten no grad elegia
m q iij sicut excell
di non loco et e m

Sia rpe et j ordi
electione xciij
geno qz de glicion
ij di metropolitano
tangit ouib approl
qsentur ad quos u
to r e de ane p stan
q i fi v x et viij q
dicas qd i tali casu
r nte suffiat quod n
qd maior r q omes

