

mit schwäre schlaff vnd vörcht sich sere.

¶ Melancolicus

¶ Ein Melancolicus so er truncken wirt so ist er traurig vñ hebt an sein sünd oder vngangē dīng zū bewaimē.

¶ Von der ordnūg des schlaffs sagt dīz capitel.

Nach dē esse vñ trūckē so mā die ordelich gepraucht als vor geschriben stet die behalten heß gesuntheit. Es bedarff auch d mēsth der rü vnd des schlaffs/ Vñ wie man sich ordelich darj mē haltē sol vñndest du in disem capitel beschriben.

¶ Von dem nutz des schlaffs.

¶ Auicenna vñ Almanfor schreybē vns vō dē wachē vñ vō dē schlaffē vñ sprechē dz d schlaff vil nūtz ist vñ vil hilff thūt dē leichnā d menschē so mā sey ordelich gepraucht/er benymt d sel ir arweil vñ macht sy subtil vñ Flüg vnd scherpffet die vñūst/vnd tūt rüē die enpfintlichen krafft/macht milt die arweil des leichnās. Auch macht er gūte deūūg/ vñ macht die natürlīch krafft mechtig / vnd macht dē leichnā veyst vñ warm vō natur Auicenna spricht das d erschlauff sey vil nūzliche alten lewten / wann d ye alten der natürlīchen feuchtikeyt wenig haben / d ye bringt w yder vñ behelt in jnen d schlaff. vñ dauō spricht Auertois/dz alles würckē d natur in en leichnā ist deūūg vnd feucht machen. vnd das wache v zert die selbe/vñ zeucht die inwendigen natürlīche werme an i die glied so behebt sy d schlaff in wedig

¶ Das man mit zū vil schlaffen sol

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

Avicenna vñ Almanfor

¶ Almanfor spricht/ zū vil schlaffē vñ übermaß ist mē
gūt vnd macht dē leychnā truckē vnd mager vñ voller
flüsse die do heissen flegma vnd er kelten dē leychnam
vnd darūb ist zū vil schlaffen mit gūt.

¶ Mit zū vil wachen.

¶ Vil wachen über maß ist schendlich wān es enzündet
die natürliehen wezme zū vil/ vnd zerstört vnd vderbt
die natürliehen feuchtigkēyt/ vnd vderbt die gütē gestalt
des angesichtes des mensche/ vnd macht dē leyb zū vil
trucken vnd krank / vnd meret die roten colera. vnd dz
geschicht dē magern leütē.

¶ Auicenna vnd Almāfor schreybē vō dē schlaff d sol
messigklich mit zū vil vñ zū rechter zeyt geschehē.

¶ Zū welcher zeyt mā schlaffen sol

¶ Almāfor spricht / dz d mensch mit schlaffē sol nach dē
essē piß dz er empfindet dz sich die speis auß dē magē ge
sendet hab/ vñ piß d mensch empfindet dz die schwaren als
er nach dem essen schwär vñ trägt würt sich gemödet
hab. vñ darūb ist nütz dz d mensch d schlaffen wil so er
ein weil sitzt nach dē essē dz er dān ei wenig hīn vñ her
spacieren gee ee er schlaff so setzt sich die speis destee.

¶ Das man des tags mit schlaffen sol.

¶ Auicenna spricht. des tags schlaffen sey schendlich
wān d selb schlaff macht feuchtig vnd macht pöse varb
vñ schadet dem milcz vnd dem geäder. vñ macht auch
treg vnd gar vnlustig zū essen.

¶ Schlaffen nach dem essen.

¶ Galienus spricht/ zū stund schlaffē nach dē essē betrü

bet das haubt vñ schadet im vil ser. mag aber d mēsch
des schlaffes mit geraten so sol er zū dem m̄ynsten zwū
stund nach dem essen peyten.

Auff welche seyten man sich legen sol

Auicenna spricht. dz mā dē schlaff sol anhebē auf d
rechtē seyte darauf sol mā ein weyl schlaffen/vnd dar-
nach der mensch vmbwendē auff die linck en seyten vñ
auch darauf schlaffen.

Auff dē pauch schlaffē wer es getūn möcht wer gar
gesundlich wān vō dem schlaffen die natürlich werme
gemert vñ gesterckē würt.

Das man auf dem rug ken mit schlaffen sol.

Auff dē ruck en schlaffen ist mit gūt sund schodlich vñ
schickt dē mensche dz er geneygt vñ enpfenglich wirt
pöser feuchtikeyt oder siechtums /als apoplexa/daz ist
d gech tod vñ h̄yrentöbig /dz d mensch auff vert auf dē
schlaff vñ schreyet als ein vnsmiger vñ dz einē men-
schen gedunckt ett woz wöll in extruckē vñ mag mit ge-
redē/vñ dz kōmt alles vō dē plūt des menschen dz sich
samlet vmb dz hertz/vñ möcht ein mēsch vō stund da-
von vergeen. darumb sol sich ein yeglich er mēsch dar-
vor hūten. wann das ist sach das sich manigs mensch
gesund schlaffē legt vñ würt tod gefundē

Von dem schlaff.

Auicenna d gross meister gibt ein gemeine nütze re-
gel vō dē schlaff vñ spricht So d mēsch schlaffē wil so
sol er das haubt vñ den hals vnd sich sunst überal gar
warm zū deckē/vñ die prust vñ dz haubt sülle höher li

gen dann die nydern teil des leibes. vñ das macht gar
güte deüung in dem magē.

¶ Von dem schlaffen.

¶ An der summen schein schlaffē ist pōß / vñ an dē mon
schein noch vil pōßer

¶ Das capitel sagt nun wie man den
leichnam purgieren vñ reinigen sülle.

Dlich haltē sülle mit esse vñ trincken vñ schla-
ffen. Darnach ist nützlich zū wissē wie mā dē
leichnam reinigen vñ vō dē überflüssikeytē lären vñ
euacuiere sülle. Als mit laxatiue dz ist mit austreibē
der argney mit padē mit aderlassen / Von dē hernach
von yēdē besunder geschriben steet. Vñ zū dē erstē von
der erzney die do heyst laxatiua.

¶ Von dem laxiere

Die natur des leichnās beleibt vñ würt behaltē
i irē lebē des wesens piß zū d zeit die niemāt
übertrētē mag / als wir alle sterbē sülle vnd
müsē. so mā sich ordelich haltet in dē dimgē on die d ley-
chnā mit gelebē mag / als an esse trinckē vñ schlaffē So
nunden mensch ordenlichen lebet democh beleibet der
natur ettwas über das mit verzert würt vnd dz samlet
sich zū zeöten von zeÿten in dem menschen / vñ so es mit
auf getribē würt vñ die natur gereyniget so kōmt der
leychnā dauō in siechtum. Vnd darüb spricht Auicēna
dz ein ieglicher mensch zū etlichē zeÿtē in dē iar als im
mayē sol ein laxatiue nemē dz seiner nat bekümelich ist