

**E**in yeglicher mensch ist geschaffen von vyer  
feuchtikeyt der element. das ist von erde/ vō  
wasser/ vō feür/ vñ von luft. vñ von de hat  
ein yeglicher mensch besunder varb/ gestalt vnd siten  
einer anders dem der ander. Von der erden ist d mē-  
sch schwarz vnd trucken. Von dem wasser ist der mens-  
sch kalt. feucht vñ weiß. Von dem luft ist der mensch  
warm vnd feucht vnd rot vnd schön. Von dem feür  
ist der mensch hayß vnd trucker vnd ist prauner varb  
als man hernach geschriben vmdet in yeglichem be-  
sunder. vñ von den vier elementē ist ein yeglicher mē-  
sch beschaffen. vnd welchs vnder den an dem mensche  
mer ist nach dem würt der mensch genaturt. Also/ hat  
er der erden mer so würt er ein melancolicus vñ würt  
gleich dem herbst vnd der erden natur hat er aber des  
wassers mer so würt er genant flegmaticus vnd würt  
gegliche dem winter vñ wassers natur. hat er des  
luftes mer so würt er ein sangximeus vnd würdt ge-  
leych dem Lengen vnd ist des luftes natur. hat er des  
feüres mer so ist er ein colericus vnd ist gesitt nach der  
natur vnd würt geleych dem summer. Von den vyer  
complexion von eygensthafften solt du mercken. **C** Zu  
dem ersten von der edeln sang wimea bey welche zeych  
en du die solt erkennen/ vñ darnach die andern.

**C** Von der edelen Sanguinea.



**I**n sang wimeus als vns schreybt Aristoteles  
ist ein mensch geschaffē vō dē vier elementen  
da des luftes natur mer ist dēn des menschen  
natur/ vñ ist warm vñ feücht/ vnd würt geleicht dem  
luft vñ lenczen. vñ ist d'ye edelst vnd allen complexen  
der mēsch d' der selbē natur ist der ist vō natur dz er lieb  
hat vñ lieb würt gehabt. Er ist milz zū erlichen dīngen  
er ist frōlich zimlich. er ist weiß vñ klüg auf erber sachē  
Er hat rote schöne farb vñ singt wol/ vñ ist leibig vñ  
vaist nit zū vil vñ ist kün vñ mütig zū gütē dīngē/ vnd  
ist gütig vñ lind an der haut vñ stett vñ vest an seinen  
sachen. er ist nit vertragen vnd redt nit vil/ er ist nicht  
schernig vnd mag wol vnkeüschē vñ begeret sein vil  
wann er ist warm vñ feücht/ er würt gern wol gelect  
vnd weiß vnd macht gar edle kīnd vnd mer sūn dem  
tōchter/ er bedarff wol güter hüt das er sich vil ser hütē  
vor allē grobē dīngē/ vñ besund vor allē hitzigen vnd  
feüchten dīngen.

#### ¶ Von dem Melancolico.

**I**n melancolicus ist ein mēsch geschaffē vōn  
vier elementē do d' erdē natur mer ist/ vñ der  
mensch ist kalt vnd trucken vñ würt geleicht  
der erdē vñ dem herbst/ vnd ist die vnedlest cōplex Der  
mensch der der selben cōplex ist der ist geren krank vnd  
geytig/ traurig vnd aschenfar/ treg/ vngetrew/ vnstet  
vertragen/ vnd hat allwegen einen pōsen magen. vnd  
ist vorcht sam. Er hat pōse begirde vnd hat erlich dīng  
mit lieb. Er hat einen plōden sin vnd ist vnweyß. vnd



hat herzes fleysth/er trinkt vil vnd isset wenig . Er mag mit wol gehelsen . Im ist vil not dz er sich hüt vor allen speisen vñ dinge die kalt vnd trucken seynd / Alle ding dye warmer vnd feuchter natur sind dye sind im gesund . als guter wein vnd gur gewürz .

#### ¶ Von dem Colerico .

**A**In Colericus ist ein mēsch geschaffē vō vier Elementē d̄ des feurs mer hat , vñ d̄ mensch ist heiß vñ truckē vō natur vnd würt geleychet dē feur vñ dē summer . vñ ist ein mittele cōplex mit zū vil edel/noch zū vil vnedel . Der mensch ist playcher varb vnd trinkt vil mer dān er ist . er ist kleyner gelyd vnd ist mager . vñ ist eines schnellen gzymigen zorns der ist im sthier hin . er ist kün vnd schnell mit allē semē dinge . vñ redt gar vil vñ ist vnuorchtam . vñ hat vil hars vñ das ist herzt . vnd die ober teil seines leibs sind im grösser dān die vnderen . Er ist milt zū erbern dingen vñ ist vnstett . Er begert vil zū helsen vnd mag wenig Im ist gar not das er sich hüt vor allē speysen dye hycig vnd trucken sind . So ist im gesunt alles das kalt vñ feucht ist .

#### ¶ Von dem flegmatico .

**A**In flegmaticus ist ein mēsch geschaffen von dē vier elementen do des wassers natur mer ist / vñ der mensch ist kalt vnd feucht vñ würt geleychet dem wasser vnd dem winter . der mensch ist wasserfar . vnd hat vil fleysthes . vnd hat kleine gelende . vnd ist zornig / Er yst vil vñ trinkt auch wenig



er ist treg vñ schlaffet vil vñ hat waiches har vnd be-  
geret nit vil zū vnkeusche vñ mag sein vil. Im ist gar  
not das er sich hūte vor allen dinge die kalt vñ feucht  
sind. Im seyn gesunt vñ nūtz alles dz haish ist vñ truckē  
von natur.

**C** Das ander pūch sagt von  
der ordnūg der gesuntheit.

**A** Vicenna d hoch meister beschreybt vns in dē  
pūch vō der sach d gesuntheit vñ der krank-  
heit vñ des todes vnd spricht. dz die leichnā  
d mēsthē zweier hād schedē vñ dtenig seyn. vñ d schedē  
iegliches hat sein vrsprung ett wē inwēdig / als so die  
natürlich feuchtkēyt der vier element da wir von ge-  
schaffen sind faul würt in den menschen vnd überflū-  
ig. das ist so der feuchtkēyt vñ des plūtes zū vil wir-  
det. da enpfacht der mensch ettwen vnd dick tōtlichen  
schaden dauon. **C** Die ander sach ist / so der natürlich =  
en feuchtkēyt die vier element von den der mensch ge-  
schaffen ist zū wenig ist. do auch solcher grosser schad  
vō kōmt / vñ das kōmt vō überiger hiez vnd keltē der  
leber vnd des magens / vnd von vngeordnetem leben  
mit vnmesstikēyt essens vnd trinkens / Vnd darumb  
ist not das der mensch der gesund wil kumen zū dē ende  
des sterbens das vns allen vngot aufgesetzt ist ordē-  
lich sich halte mit essen vnd mit trinkē / mit padē / mit  
aderlassen vnd andern dingen / vō den her nachgeschri-  
ben steet das sy ordenlichen vnd natürlichen zū rechten



zeytē geschehen so behaltē sy sich gesund. Wer aber d  
selbē dīng vnordelichē vñ zū vnzeyten geprauchet der  
mūß von not wegen krank vñ süchtig werde. Vñ dē  
dīngē allē steet hernach geschribē. ¶ Item zū dē erstē  
vñdest du geschribē wie sich der mēsch vor dem essen  
halten sülle. ¶ Item darnach von dem schlaff wie sēnt  
der mēsch geprauchē sol. ¶ Item darnach vñ dē padē  
¶ Item vñ dē aderlassen zū welcher zeyt vñ zū welch  
er stund/vñ zū welcher ader einem yeglichen mensche  
für ein yeglichs siechē gesunt sey zū lassen.  
¶ Item von dem wüllen/prechē oder vñdeüen wenn  
es gesunt oder schad sey.

¶ Dz Capitel sagt wie man sich vor dē esse haltē sol.

**D**u solt wissen zū dem ersten daz der magē in  
dē menschen ist recht als ein hafē bey einem  
feür. So ist dī ye leber als das feür bey einem  
hafē. So man die kost wil sieden so mūß man dz feür  
vor anzünden. Also in der geleychnuß sol auch d mē  
sch ee dz er zū dē tisch sigt die natur anzündē vñ sich be  
wegē vñ ein weil hin vñ her spaciern od sunst mit eier  
messigen arbeit sich üben piß er wol er warmet vñ rot  
würt vñder dē anlicz damit würt er kuckē vñ enzün =  
det die naturlich werme vñ d magē würt begirig vñd  
lustig vñ die speiß bekōmt darnach dē mēsthē wol nach  
dem essen sol der mēsch mit arbeyten noch ser schlaffen