

Regimen sanitatis
Salernitanum

Textus:

Das medizinische Lehrgedicht der
Hohen Schule zu Salerno

ed. P. Tesdorpf/Th. Tesdorpf-Sickenberger, 1915



Illustratio medicinalis Salernitana

(saec. XIII, Vienna)

I

Praefatio

Anglorum regi scribit schola tota Salerni:
si vis incolumem, si vis te reddere sanum,

curas tolle graves, irasci crede profanum,
parce mero, cenato parum, non sit tibi vanum

surgere post epulas, somnum fuge meridianum,
non mictum retine, nec comprime fortiter anum:
haec bene si serves, tu longo tempore vives.
si tibi deficient medici, medici tibi fiant
haec tria, mens laeta, requies, moderata diaeta.

II

Regulae diurnae

Lumina mane manus surgens gelida lavet aqua,
hac illac modicum pergat, modicum sua membra
extendat, crines pectat, dentes fricet. ista
confortant cerebrum, confortant cetera membra.

lote, cale, sta pranse vel i, frigesce minute.
fons, speculum, gramen, haec dant oculis relevamen;
mane igitur montes, sub serum inquirito fontes.

III

De somno meridiano

Sit brevis aut nullus tibi somnus meridianus.
febris, pigrities, capitis dolor, atque catarrhus:
haec tibi proveniunt ex somno meridiano.

IV

De vento in ventre retento

Quattuor ex vento veniunt in ventre retento:
spasmus, hydrops, colica, vertigo, quattuor ista.

V

De bono medicamine

Aut sitis atque fames moderata bonum medicamen.
cumque superfluitant important saepe gravamen.

VI

De bibendo

Tu rex, quando bibis, numquam haustu satiaris,
saepe parum bibe quod satis est nec te sitis urat.
quod satis immo quod minus est sapientia curat.
quantuncumque potes parce post balnea potes.

VII

De cena

Ex magna cena stomacho fit maxima poena.
ut sis nocte levis, sit tibi cena brevis.

VIII

Quomodo tibi comedandum est

Tu numquam comedas, stomachum nisi noveris esse
purgatum vacuumque cibo, quem sumpseris ante.
ex desiderio poteris cognoscere certo;
haec tua sunt signa, subtilis in ore diaeta.

IX

De cibis melancholicis

Persica, poma, pira, lac, caseus et caro salsa
et caro cervina, leporina, caprina, bovina:
haec melancholica sunt, infirmis inimica.

X

De cibis valituris

Ova recentia, vina rubentia, pinguis iura,
cum similia pura, naturae sunt valitura.

XI

De cibis nutritivis

Nutrit et impinguat triticum, lac, caseus infans,
testiculi, porcina caro, cerebella, medullae,
dulcia vina, cibus gustu iucundior, ova
sorbilia, maturae ficus uvaeque recentes.

XII

De vinis

Vina probantur odore, sapore, nitore, colore.

si bona vina cupis, haec quinque probantur in illis,
fortia, formosa, fragrantia, frigida, frigida, frigida.

XIII

De vino candido et rubeo

Sunt nutritiva plus dulcia candida vina.
si vinum rubeum nimium quandoque bibatur,
venter stipatur, vox limpida turbificatur.

XIV

Antidotum contra venenum

Allia, nux, ruta, pira, raphanus et theriaca,
haec sunt antidotum contra mortale venenum.

XV

De aere

Aer sit mundus, habitabilis ac luminosus,
nec sit infectus, nec olens foetore cloacae.

XVI

De potatione

Si tibi serotina noceat potatio vini,
hora matutina rebibas, et erit medicina.
gignit et humores melius vinum meliores.
si fuerit nigrum, corpus reddit tibi pigrum.

vinum sit clarumque vetus, subtile, maturum,
ac bene lymphatum, saliens, moderamine sumptum.

XVII

De cervisia

Non sit acetosa cervisia, sed bene clara,
de validis cocta granis, satis ac veterata.
de qua potetur stomachus non inde gravetur.

XVIII

De dapibus

Temporibus veris modicum prandere iuberis;

sed calor aestatis dapibus nocet immoderatis.
autumni fructus caveas; ne sint tibi luctus.
de mensa sume quantum vis tempore brumae.

XIX

Remedia ebrietatis amorisque

Salvia cum ruta faciunt tibi pocula tuta.
adde rosae florem, minuit potenter amorem.

XX

Remedium nauseae

Nausea non poterit quemquam vexare marina,
antea cum vino mixtam si sumpserit illam.

XXI

De bona salsa

Salvia, sal, vinum, piper, allia, petroselinum,
ex his fit salsa, nisi sit commixtio falsa.

XXII

Ablue manus

Si fore vis sanus, abluere saepe manus.
lotio post mensam tibi confert munera bina,
mundificat palmas et lumina reddit acuta.

XXIII

De pane

Panis non calidus, nec sit nimis inveteratus,
sed fermentatus, oculatus sit, bene coctus,
modice salitus, frugibus validis sit electus.
non comedas crustam, choleram quia gignit adustam.

panis salsatus, fermentatus, bene coctus,
purus sit sanus, quia non ita sit tibi vanus.

XXIV

De carne porcina

Est caro porcina sine vino peior ovina:

si tribuis vina, tunc est cibus et medicina.
ilia porcorum bona sunt, mala sunt reliquorum.

XXV

De musto

Impedit urinam mustum, solvit cito ventrem,
hepatis emphraxin, splenis generat lapidemque.

XXVI

De potu aquae

Potus aquae sumptus fit edenti valde nocivus,
infrigidat stomachumque cibum nititur fore crudum.

XXVII

De carne vitulina

Sunt nutritivae multum carnes vitulinae.

XXVIII

De diversis avibus

Sunt bona gallina et capo, turtur, sturna, columba,
quiscula vel merula, phasianus, orthygometa,
perdix, frigellus, orix, tremulus, amarellus.

XXIX

De piscibus

Si pisces molles sunt magno corpore tolles,
si pisces duri, parci sunt plus valituri:
lucius et perca, saxaulis et albica, tinca,
gornus, plagities cum carpa, galbio, truta.

XXX

De anguilla

Vocibus anguillae pravae sunt si comedantur.
qui physicam non ignorant, haec testificantur.
caseus, anguilla, nimis obsunt si comedantur,
ni tu saepe bibas et rebibendo bibas.

XXXI

De ovo

Si sumas ovum, molle sit atque novum.

XXXII

De pisa

Pisam laudare decrevimus ac reprobare:
pellibus ablatis est bona pisa satis:
est inflativa cum pellibus atque nociva.

XXXIII

De lacte

Lac ethicis sanum, caprinum post camelinum;
ac nutritivum plus omnibus est asininum,
plus nutritivum vaccinum, sic et ovinum.
si febriat caput et doleat, non est sanum.

XXXIV

De butyro et sero

Lenit et humectat, solvit sine febre butyrum.
incidit atque lavat, penetrat, mundat quoque serum.

XXXV

De caseo

Caseus est frigidus, stipans, grossus quoque durus.
caseus et panis, bonus est cibus hic bene sanis.
si non sunt sani, tunc hunc non iungito pani.
ignari medici me dicunt esse nocivum,

sed tamen ignorant cur nocumenta feram.
languenti stomacho caseus addit opem,
si post sumatur terminat ille dapes.
qui physicam non ignorant, haec testificantur.

XXXVI

De prandendo et bibendo

Inter prandendum sit saepe parumque bibendum.
ut minus aegrotas, non inter fercula potes.
ut vites poenam, de potibus incipe cenam,

singula post ova pocula sume nova.

XXXVII

De nuce, de piro, de pomo

Post pisces nux sit, post carnes caseus adsit.
Unica nunc prodest, nocet altera, tertia mors est.
adde potum piro, nux est medicina veneno.
fert pira nostra pirus, sine vino sunt pira virus.

si pira sunt virus, sit maledicta pirus.
si coquas, antidotum pira sunt, sed cruda venenum.
cruda gravant stomachum, relevant pira cocta gravatum.
post pira da potum, post pomum vade faecatam.

XXXVIII

De cerasis

Cerasa si comedas, tibi confert grandia dona:
expurgant stomachum, nucleus lapidem tibi tollit
et de carne sua sanguis eritque bonus.

XXXIX

De prunis

Infrigidant, laxant, multum prosunt tibi pruna.

XL

De ordine iusto

Persica cum musto vobis datur ordine iusto.
sumere sic est mos: nucibus sociando racemos
passula non spleni, tussi valet, est bona reni.

XLI

De ficibus

Scrofa, tumor, glandes, ficus cataplasmate cedunt,
iunge papaver ei confracta foris tenes ossa.
pediculos veneremque facit, sed cuilibet obstat.

XLII

De esculis

Multiplicant mictum, ventrem dant escula strictum.
escula dura bona, sed mollia sunt meliora.

XLIII

De musto

Provocat urinam mustum, cito solvit et inflat.

XLIV

De cervisia

Grossos humores nutrit cerevisia, vires
praestat et augmentat carnem generatque cruorem,
provocat urinam, ventrem quoque mollit et inflat.

XLV

De aceto

Infrigidat modicum, sed plus desiccatur acetum,
infrigidatur, maceratur, melan: dat, sperma minoratur,
siccatur infestat nervos et impinguit siccatur.

XLVI

De rapis

Rapa iuvat stomachum, novit producere ventum,
provocat urinam, faciet quoque dente ruinam.
si male cocta datur, hinc torsio generatur.

XLVII

De diversis carnibus

Egeritur tarde cor, digeritur quoque dure.
similiter stomachus, melior sit in extremitates.
reddit lingua bonum nutrimentum medicinae.
digeritur facile pulmo, cito labitur ipse.

est melius cerebrum gallinarum reliquorum.

XLVIII

De feniculo

Semen feniculi fugat et spiracula culi.
bis duo dat marathrum, febres fugat atque venenum

et purgat stomachum, lumen quoque reddit acutum.

XLIX

De aniso

Emendat visum, stomachum confortat anisum.
copia dulcoris anisi sit melioris.

L

De diversis remediis

Si cruor emanat, spodium sumptum cito sanat.
gaudet hepar spodio, mace cor cerebrum quoque moscho,
pulmo liquirita, splen capparitis stomachumque galanga.

LI

De sale

Vas condimenti praeponi debet edenti.
sal virus refugat et non sapidumque saporat;
nam sapit esca male quae datur absque sale.
urunt persalsa visum spermaque minorant
et generant scabiem, prurimum sive rigorem.

LII

De gustatu

Hi fervore vigent tres: salsus, amarus, acutus.
alget acetosus, sic stipans ponticus atque.
unctus et insipidus, dulcis: dant temperamentum.

LIII

De vippa

Bis duo vippa facit, mundat dentes, dat acutum
visum, quod minus est, implet, minuit, quod abundat.

LIV

De diaeta

Omnibus assuetam iubeo servare diaetam.
approbo sic esse, nisi sit mutare necesse.
est Hippocras testis, quoniam sequitur pestis.

fortior est meta medicinae certa diaeta:

quam si non curas, fatue regis et male curas.
quale, quid et quando, quantum, quoties, ubi dando,
ista notare cibo debet medicus diaetando.

LV

De caule

Ius caulis solvit, cuius substantia stringit:
utraque quando datur; venter laxare paratur.

LVI

De malva

Dixerunt malvam veteres quia molliat alvum.
malvae radices rasae dedere faeces,
vulvam moverunt et fluxum saepe dederunt.

LVII

De mentha

Mentitur mentha, si sit depellere lenta
ventris lumbricos stomachi vermesque nocivos.

LVIII

De salvia

Cur moriatur homo, cui salvia crescit in horto?
contra vim mortis non est medicamen in hortis.
salvia confortat nervos manuumque tremores
tollit et eius ope febris acuta fugit.

salvia salvatrix, naturae conciliatrix.

LIX

Remedia paralyticorum membrorum

Salvia, castoreum, lavendula, primula veris,
nastur, athanasia: sanat paralytica membra.

LX

De ruta

Nobilis est ruta, quia lumina reddit acuta.
auxilio rutae, vir, quippe videbis acute.
ruta viris coitum minuit, mulieribus auget.
ruta facit castum, dat lumen et ingerit astum.

cocta facit ruta de pulcibus loca tuta.

LXI

De cepa

De cepis medici non consentire videntur.
cholericis non esse bonas dicit Galienus,
phlegmaticis vero multum docet esse salubres,
praesertim stomacho, pulchrumque creare colorem.

contritis cepis loca denudata capillis
saepe fricans poteris capitis reparare decorem.
appositas perhibent morsus curare caninos.
si trita cum melle prius fuerint et aceto.

LXII

De sinapi

Est modicum granum, siccum calidumque sinapis,
dat lacrimas purgatque caput tollitque venenum.

LXIII

De viola

Crapula discutitur, capitis dolor atque gravedo;
purpuream violam dicunt curare caducos.

LXIV

De urtica

Aegris dat somnum vomitum quoque tollit adversum
illius semen colicis cum melle medetur.
et tussim veterem curat, si saepe bibatur.
frigus pulmonis pellit ventrisque tumorem
omnibus et morbis subvenit articularum.

LXV

De ysopo

Ysopus est herba purgans a pectore phlegma.
ad pulmonis opus cum melle coquatur ysopus,
vultibus eximium fertur reparare colorem.

LXVI

De cerefolio

Suppositum cancris tritum cum melle medetur,
cum vino potum poterit sedare dolorem.
saepe solet vomitum ventremque tenere solutum.

LXVII

De enula

Enula campana reddit praecordia sana.
cum succo rutae si succus sumitur huius,
affirmat ruptis nil esse salubrius istis.

LXVIII

De pulegio

Cum vino choleram nigram potatum repellit;
sic dicunt veterem suptum curare podagram.

LXIX

De nasturtio

Nasturtii succus crines retinere fluentes
illius asseritur dentisque curare dolorem.
et squamas succus sanat cum melle perunctus.

LXX

De chelidonia

Coecatis pullis hac lumina mater hirundo,
Plinius ut scribit, quamvis sint eruta reddit.

LXXI

De salice

auribus infusus vermes succus necat eius.
Cortex verrucas in aceto cocta resolvit.

pomorum succus, flos, partus destruit, eius.

LXXII

De croco

Confortare crocus dicatur laetificando,
membraque defecta confortat hepar reparando.

LXXIII

De porro

reddit fecundas permansum saepe puellas.
isto stillantem poteris retinere cruorem.

LXXIV

De pipere

Quod piper est nigrum, non est dissolvere pigrum.
phlegmata purgabit digestivamque iuvabit.
leucopiper stomacho prodest tussique dolori
utile, praeveniet motum febrisque rigorem.

LXXV

De auditu

Et mox post escam dormire nimisque moveri:
ista gravare solent auditus, ebrietasque.
metus, longa fames, vomitus, percussio, casus.
ebrietas, frigus, tinnitum causat in aure.

LXXVI

De luminibus

Balnea, vina, Venus, ventus, piper, allia, fumus,
porri cum cepis, lens, fletus, faba, sinapis,
sol, coitus, ignis, labor, ictus, acumina, pulvis:
ista nocent oculis; sed vigilare magis.

feniculus, verbena, rosa, chelidonia, ruta:
ex istis fit aqua, quae lumina reddit acuta.

LXXVII

Remedia dentis doloris

Sic dentes servas: porrorum collige grana.
ne careas thure cum hyoscyamo simul ure.
sicque per imbotum fumum cape dente remotum.

LXXVIII

De raucitate

Nux, oleum, frigus capitis anguillaque, potus
ac pomum crudum faciunt hominem fore raucum.

LXXIX

Remedia rheumatis

ieiuna, vigila, caleas dape, valde labora,
Inspira calidum, modicum bibe, comprime flatum:
haec bene tu serva, si vis depellere rheuma.
si fluat ad pectus, dicatur rheuma catarrhus:

ad fauces bronchus: ad nares esto coryza.

LXXX

Remedia fistulae

Auripigmentum, sulphur, miscere memento,
his decet apponi calcem: commisce saponi.
quattuor haec misce. commixtis quattuor istis
fistula curatur, quater ex his si repleatur.

LXXXI

Remedia capitis doloris

Si capitis dolor est ex potu, lympa bibatur,
ex potu nimio nam febris acuta creatur;
si vertex capitis vel frons aestu tribulentur,
tempora fronsque simul moderate saepe fricentur;

morella cocta nec non calidaque laventur;
istud enim credunt capitis prodesse dolori.

LXXXII

De anni temporibus

Temporis aestivi ieiunia corpora siccant;
quolibet in mense confert vomitus, quoque purgat
humores nocuos, stomachi lavat ambitus omnes.
ver, autumnus, hiems, aestas dominantur in anno.

tempore vernali calidus fit aer humidusque,
et nullum tempus melius fit phlebotomiae.
usus tunc homini Veneris confert moderatus.
corporis et motus ventrisque solutio, sudor,
balnea, purgetur tunc corpora cum medicinis.

aestas more calet sicca et noscatur in illa
tunc quoque praecipue choleram rubram dominare.
humida, frigida fercula dentur, sit Venus extra,
balnea non prosunt, sint rarae phlebotomiae:
utilis est requies, sit cum moderamine potus.

LXXXIII

De humanis ossibus, dentibus venisque

Ossibus ex denis bis centenisque novenis
constat homo; denis bis dentibus ex duodenis;
ex tricentenis decies sex quinqueque venis.

LXXXIV

De quattuor humoribus in humano corpore

Quattuor humores in humano corpore constant:
sanguis cum cholera, phlegma, melancholia.
terra melan: aqua phleg: et aer sanguis, chole: ignis.

LXXXV

De genere sanguinico

Natura pingues isti sunt atque iocantes,
semper rumores cupiunt audire frequentes.
hos Venus et Bacchus delectant, fercula, risus,
et facit hos hilares, et dulcia verba loquentes.

omnibus hi studiis habiles sunt et magis apti.

qualibet ex causa nec hos leviter movet ira.
largus, amans, hilaris, ridens rubeique coloris,
cantans, carnosus, satis audax atque benignus.

LXXXVI

De genere choleric

Est humor cholerae, qui competit impetuosus.
hoc genus est hominum cupiens praecellere cunctos;
hi leviter discunt, multum comedunt, cito crescunt.
inde magnanimi sunt, largi, summa petentes:

hirsutus, fallax, irascens, prodigus, audax,
astutus, gracilis, siccus croceique coloris.

LXXXVII

De genere phlegmatico

Phlegma vires modicas tribuit lotosque brevesque.
phlegma facit pingues, sanguis reddit mediocres.
otia non studio tradunt, sed corpora somno.
sensus hebes, tardus motus, pigritia, somnus.

hic somnolentus, piger, in sputamine multus.
est huic sensus hebes, pinguis, facie color albus.

LXXXVIII

De genere melancholico

Restat adhuc tristis cholerae substantia nigrae,
quae reddit pravos, pertristes, pauca loquentes.
hi vigilant studiis, nec mens est dedita somno,
servant propositum, sibi nil reputant fore tutum.

invidus et tristis, cupidus dextraeque tenacis,
non expers fraudis, timidus luteique coloris.

LXXXIX

De humorum coloribus

Hi sunt humores, qui praestant cuique colores.
omnibus in rebus ex phlegmate fit color albus.

sanguine fit rubens; cholera rubea quoque rufus.
corporibus fuscum bilis dat nigra colorem;

esse solent fusci quos bilis possidet atra.

XC

De abundantia sanguinis

Si peccet sanguis, facies rubet, extat ocellus,
inflantur genae corpus nimiumque gravatur,
est pulsusque frequens, plenus, mollis, dolor ingens
maxime fit frontis et constipatio ventris

siccaque lingua, sitis et somnia plena rubore,
dulcor adest sputi, sunt acria dulcia quaeque.

XCI

De abundantia cholerae

Accusat cholerae dextrae dolor, aspera lingua,
tinnitus vomitusque frequens, vigilantia multa,
multa sitis pinguisque eiectio, tormina ventris,
nausea fit morsus cordis, languescit onexia,

pulsus adest gracilis, durus veloxque, calescens.
aret amaretque os, incendia somnia fingunt.

XCII

De abundantia phlegmatis

Phlegma supergrediens proprias in corpore leges,
os facit insipidum, fastidia crebra, salivas,
costarum, stomachi simul occipitisque dolores,
pulsus adest rarus, tardus, mollis quoque inanis.

praecedit fallax phantasmata somnus aquosa.

XCIII

De abundantia melancholiae

Humorum pleno dum faex in corpore regnat,
nigra cutis, durus pulsus tenuisque urina,

sollicitudo, timor, tristitia, somnia tetra.
coacescunt ructus, sapor et sputaminis idem.

levaque praecipue tinnit vel sibilat auris.

XCIV

De phlebotomia

denus septenus vix phlebotomum petit annus.
Spiritus uberior exit per phlebotomiam:
spiritus ex potu vini mox multiplicatur
humorumque cibo damnum lente reparatur.

lumina clarificat, sincerat phlebotomia
mentes et cerebrum, calidas facit esse medullas,
viscera purgabit, stomachum ventremque coercescit,
puros dat sensus, dat somnum, taedia tollit,
auditus, vocem, vires producit et auget.

XCV

De phlebotomandi tempore

Tres insunt istis, Maius, September, Aprilis,
et sunt lunares, sunt velut Hydra dies.
prima dies primi postremoque posteriorum,
nec sanguis minui, nec carnis anseris uti.

in sene vel iuvene, si venae sanguine plenae,
omni mense bene confert incisio venae.
hi sunt tres menses: Maius, September, Aprilis.
in quibus eminas, ut longo tempore vivas.

XCVI

Quo tempore tibi non est phlebotomandum

Fridida natura, frigens regio, dolor ingens,
post lavacrum, coitum, minor aetas atque senilis,
morbus prolixus, repletio potus et escae,
si fragilis, vel subtilis sensus stomachi sit,

et fastiditi, tibi non sunt phlebotomandi.

XCVII

Quid debes facere, quando vis phlebotomari

Quid debes facere, quando vis phlebotomari,
vel quando minuis, fueris vel quando minutus?
unctio, sive potus, lavacrum, vel fascia, motus,
debent non fragili tibi singula mente teneri.

XCVIII

Quid phlebotomia efficit

Exhilarat tristes, iratos placat, amantes
ne sint amentes, phlebotomia facit.

XCIX

Quomodo phlebotomare

Fac plagam largam mediocriter, ut cito fumus
exeat uberius liberiusque cruor.

C

De phlebotomia et phlebotomato

Sanguine subtracto sex horis est vigilandum,
ne somni fumus laedat sensibile corpus.
ne nervum laedas, non sit tibi plaga profunda.
sanguine purgatus non carpas protinus escas.

CI

Quid interdictum est phlebotomato homine

Omnia de lacte vitabis minute,
et vitet potum phlebotomatus homo.
frigida vitabis, quia sunt inimica minutis.
interdictus erit minutis nubilus aer.

spiritus exultat minutis luce per auras.
omnis apta quies, est motus valde novicus.

CII

Quando phlebotomare necesse est

Principio minuas in acutis, peracutis.
aetatis mediae multum de sanguine tolle,
sed puer atque senex tollet uterque parum.
ver tollat duplum, reliquum tempus tibi simplum.

CIII

Quid quo tempore phlebotomandum est

Aestas, ver, dextras: autumnus hiemsque sinistras.
quattuor haec membra: cephe, cor, pes, hepar vacuanda.
ver cor, hepar aestas, ordo sequens reliquas.

CIV

De salvatella

Dat salvatella tibi plurima dona minuta:
purgat hepar, splenem, pectus, praecordia, vocem;
innaturalem tollit de corde dolorem.