

- 1 [A1r] Dat Regiment der ghesontheyt.<sup>1</sup>  
 2 Dit boecxkens leert hoe hem een mensche regieren sal  
 3 Door elcker maent van den jare. van eeten van drincken  
 4 Van ader te laten. en in baden hem bestieren sal  
 5 Op dat hi ghesont mach bliven *ende* niet vercrincken. [Hsn: man en vrouw in badtobbe]  
 6 Regimen sanitatis  
 7  
 8 [A1v.] Januarius.  
 9 Ante cibum vina tu sumas pro medicina  
 10 Februarius  
 11 Non minuas non balnearis mala ne patiarꝝ  
 12 Martius  
 13 Hic assature tibi sunt balnea q<sup>o</sup>qꝝ cure  
 14 Aprilis  
 15 Ut vivas sane nō minuas venam medianā  
 16 Maius  
 17 Carnes arescentes non sume sedqꝝ recentes.  
 18 Junius.  
 19 Sanus eris totus si fons erit tibi potus  
 20 Julius  
 21 Ut tua te vita non vitat balnea vita.  
 22 Augustus  
 23 Potio te ledit / te quippe minutio sedat  
 24 September  
 25 Tempore septēbris prodest agrimonia mēbr  
 26 October  
 27 Sumere qui potes / et musti pocula potes.  
 28 November  
 29 Hoc tibi scire datur / reuma novēbri curat.  
 30 Potio sit sana / atqꝝ minutio bona.  
 31 December.  
 32 Sane sunt membris res calide mense decēbr  
 33 Sit tepidus potus frigori cōtrarie totus  
 34  
 35 [A2r] Anglicorum regi cōscripsit scola solēnis.<sup>2</sup>  
 36 Ad regimen vite presens istud medicine<sup>3</sup>  
 37 Die scola van Parijs had ghesant.  
 38 Den machtighen Coninck van Engelant.  
 39 Dit teghenwoerdich boecxken van medecijne  
 40 Hoe hem een mensche regieren sal met blijden schijne. [hsn: man betaalt geld]  
 41  
 42 Si vis incolumem si vis te reddere sanum  
 43 Curas lique graves irascicorde pphanū

---

<sup>1</sup> U: A1r-v ontbreekt

<sup>2</sup> De hele Latijnse tekst in groter lettertype dan de Nederlandse tekst

<sup>3</sup> U: hoc medicin[al]e

44 Wildy *van herten* sterck sijn ende ghesont  
 45 Ende sonder siecten soe maeck ick u kont  
 46 Sijt vrolic ende wilt *zonder* sorghe sijn  
 47 Grote sorghe laet niet bi u tot morghe sijn  
 48  
 49 Triste cor ad mortis te cogit currere metas  
 50 Spiritus exultans facit ut tua floreat etas.  
 51 Een bedroeft herte doet den menich pijn swaer.  
 52 Ende brengt den mensche ter doet dats waer.  
 53 [A2v] Maer een blijde herte weel ghemoet  
 54 Es dat den jonghen gheest bloeyen<sup>4</sup> doet.  
 55  
 56 Triste cor / ira frequēs / mēs raro gaudia prebens  
 57 Hec tria cōsumūt corpora fine brevi  
 58 Een bedroeft herte / ende daghelijcschen toren.  
 59 Ende sinnen die haren vrede hebben verloren  
 60 Dese drie verteeren lijf ende bloet  
 61 Ende corten dat leven dat hem quaet doet.  
 62  
 63 Si medici desunt medicamina sunt tibi illa  
 64 Hec tria / mens leta / requies / moderata dieta  
 65 Hebdy gheen medecijns in u ghewelt  
 66 So laet dese drie u medecijn wesen ghetelt  
 67 Hebt goede rust / ende sijt vrolijck ghemoet.  
 68 Matighe dachreysen sijn u ooc goet  
 69  
 70 [hsn: ziekenkamer] In latere dextro somnū tuus incipiatur  
 71 Ad latū oppositum finis tibi proficiatur  
 72 Wilt ghi sijn een ghesont man  
 73 So neemt uwen slaep ter rechter sijden aen  
 74 A3[r] Ende op sijn luchter sijde sal hi vaten.  
 75 Sijnen slaep als hy sijn slapen wil laten  
 76  
 77 Post somnū mane vadas tu<sup>5</sup> mēbra movēdo.  
 78 Orna caput lavaq3 manū donec ipse calescūt  
 79 Na uwen slaep des morgens op staet  
 80 U leden ruerende hier en daer gaet  
 81 So langhe ghy u verwermet daer.  
 82 En wasschet dijn handen / ende kammet dijn haer.  
 83  
 84 Vestibus indutis bene dētes osq3 lavabis  
 85 Si vis esse sanus tunc ablue sepeq3 manus  
 86 Als ghy u des smorghens hebt ghecleet.  
 87 Ende u altemael hebt bereet  
 88 Wildi *zijn* welvarende ende ghesont  
 89 So wascht dicwil dijn handen ende *mont*

---

<sup>4</sup> U: groeyen

<sup>5</sup> U: tua

90  
 91 Intecto capite sub frigore ne gradieris.  
 92 Nec etiam sub sole tibi sunt hec inimica.  
 93 Met den blooten hoofde en gaet niet in die couden.  
 94 Wildi u ghesont leven langhe behouden  
 95 Noch in die grote heyte der sonnen.  
 96 Want si en sullen u gheen ghesontheit jonnen.  
 97  
 98 [A3v] Ne egritudinē hō īcurrat cavebit se a gula<sup>6</sup>  
 99 Ex desiderio poteris cognoscere cibum.  
 100 Hec tibi sunt signa subtiles in ore salive  
 101 Uut uwer begherten suldy wel weten  
 102 Ende keniten [sic]<sup>7</sup> wat spijse ghy sult eten  
 103 Dye rechte teyken zijn dit diet wel verstaet.  
 104 Als ghi suptijl speecsel in uwen mont ontfaet.  
 105  
 106 Tu nūq̄ comedes nisi stomachum noveris āte  
 107 Purgatū / vacuūq̄ cibo / quem sumpseris ante  
 108 Ghy en sult niet eten dat maeck ick u cont  
 109 Eer u maghe si leedich ende ghesont  
 110 Van der spijsen die ghi hadt ontfaen  
 111 Daerom en laet u niet verlanghen.  
 112  
 113 Non satis mandes / potiq̄ penuria assit.  
 114 Nō satia quātū potes / nimiū cave potum.  
 115 Mollia premitas / hīc fercula dura sequātur.  
 116 [A4r] Aen weecke spijse suldy iest [sic]<sup>8</sup> u eten beginnen  
 117 Ende dye grone spijse daer na wilt u wel versinnen.  
 118 Ende wilt u niet met spijse verladen  
 119 Noch oock met drincken na mijnen raden  
 120  
 121 Tu utaris medio modo vētre vacuato.  
 122 Avicēna docet caro calet spiritū q̄q̄ auget.  
 123 Spijse die ghi nut met maten  
 124 Dye ghi in uwen buyck wilt vaten  
 125 So Avicēna seyt dat dat vleesch aldermeest  
 126 Brenget hitte den lijve ende sterckt den gheest.  
 127  
 128 Sūt sitū atq̄ famēs moderata bonū medicamen  
 129 Quādo superfluūt importāt sepe gravamen  
 130 Laet dijnen hongher ende dorst met maten sijn  
 131 So wort verlenghet<sup>9</sup> dat leven dijn.

---

<sup>6</sup> U: Ne homo egritudinem incurrat cavebit se a gula. Regel ontbreekt in Duitse teksten.

<sup>7</sup> [U: kennen]

<sup>8</sup> U: yrst

<sup>9</sup> U: ghelanget

- 132 Es uwen dorst ende hongher te groot.  
 133 So verteerdy u lijf u leven ende u bloot  
 134  
 135 Cesses cibare desiderio aliquali  
 136 Stomachus replet nimiū prestat tibi luctus  
 137 Met eten suldi onder wijlen aflaten  
 138 Sommighe spijsen met goeder maten  
 139 Want een maghe te seer verladen  
 140 Brengt grote droefheyt menigher staden  
 141  
 142 [A4v] Tunc tempore [sub]<sup>10</sup> veris modicū prādere iuber .  
 143 Ac calor estatis dapibus nocet immoderatis.  
 144 In den meys tijt doet na mijn rade.  
 145 Wilt luttel eten tsij vroech oft spade.  
 146 Overvloedich eten in den somer  
 147 Door grote hitte doet grooten commer.  
 148  
 149 Autumni fructus sommos<sup>11</sup> dāt tibi luctus.  
 150 De mensa sume quantum vis tēpore pruine  
 151 Schuwet die yrste vruchten des herfs gheheel  
 152 Si crancken dat lijf ende maken siecten eens deel.  
 153 Ende alst is in den wintertijt comen.  
 154 So eet en drinckt vrij het sal [u]<sup>12</sup> vromen.  
 155  
 156 Hec bona sunt ova lōga / parva q<sup>o</sup>q3 nova:  
 157 Et gallinarum tibi sunt et non aliarum:  
 158 Langhe ende cleen eyer zijn goet ende claer.  
 159 Dye selve versch dye nemet waer.:  
 160 Ende dye sullen alleen sijn na mijn bemercken  
 161 Eyer van hinnen om ons verstercken.  
 162  
 163 Disuadentur edi renes nisi solius hedi.  
 164 Anser vult coctas herbas plaudē q<sup>o</sup>q3 vivens  
 165 [A5r] Gheen nieren en suldi eten.  
 166 Sonder van gheyten dat laet men ons weten.  
 167 Die gansch sonder groene cruyen en doeth haer bereyen niet  
 168 Maer alse leeft men in dat broeck weyen siet.  
 169  
 170 Boni sunt pisces si cū vino bene misces  
 171 Quod si non misces forsan dānum adipisces  
 172 Wildi met ghesontheyt dijnen visch ghaen eten.  
 173 So menget hem met wijn dat suldi weten  
 174 Maer doet ghijt niet ick segt verwaer  
 175 Het crenct u lijf ende brengt u leven in vaer

---

<sup>10</sup> toegevoegd uit U

<sup>11</sup> U: summos

<sup>12</sup> toegevoegd uit U

176  
 177 Si pisces molles sint magni corpore tolles  
 178 Si fuerint duri parvi corpore mag valituri  
 179 Grote vischen ende weeck<sup>13</sup> van lijve.  
 180 Die sijn goet als *men* se wel co[e]kt *van*<sup>14</sup> goeden gherijve  
 181 Maer sijn si hart ende cleyn.  
 182 So sijn si altoos beter int ghemeyn  
 183  
 184 [A5v] [hsn: Man aan tafel met kruik]<sup>15</sup> Ne nimis egrotas ad singula fercula potes  
 185 Inter prandēdum tibi sit parumqꝫ bibendum  
 186 Ghy sult drincken tot elcker spijsse over den disch.  
 187 So moechdi bliven ghesont ende frisch  
 188 Over u maeltijt / ten ware dat ghi groot *verlanck* hadt  
 189 Suldi bi maten ghebruycken uwen dranck badt<sup>16</sup>  
 190  
 191 Si vitare velis morbos et vivere sanus  
 192 Non bibe non sitiens / nec comede tu snturat [sic]<sup>17</sup>  
 193 Wildi sieckheden vlyen ende van u verdrijven  
 194 Ende in goeder ghesontheit *blijven van* uwen lijve  
 195 So en wilt niet drincken sonder dorst  
 196 Noch en wilt oock niet eten sonder appetijt oft lost  
 197  
 198 Dat vinum purū tibi terna<sup>18</sup> comoda namqꝫ  
 199 Confortat stomachū cerebrūqꝫ facit tibi letū<sup>19</sup>.  
 200 [A6r] Corpora clarificat / acuit visum *et* lenit aures.  
 201 Augēt ingenium / puerum facit esse iocūdum  
 202 Menigherley profijjt bringt in die claer wijn  
 203 Ten yrsten maect hi vrolick die harsen dijn  
 204 Ende maect oock die maghe warm  
 205 Ende ledicht weder den vollen darm  
 206 Hi verlicht dijn lijf ende sterket ghesicht.  
 207 Hi scerpt dat verstant / hi maect die oren licht.  
 208 Hi maect oock vrolick dat jonge kint  
 209 Als dat den wijn met maten vint  
 210  
 211 Hoc dicit medo qui me bibit hūc ego ledō

---

<sup>13</sup> U: groot

<sup>14</sup> U: na

<sup>15</sup> U: hsn. man en vrouw aan tafel

<sup>16</sup> U: 'badt' ontbreekt

<sup>17</sup> U: nec saturatus

<sup>18</sup> U: ter

<sup>19</sup> U: letun

- 212 Stringit medo venā / et vocem reddit amenā  
 213 Die mede seyt so ick u segghe  
 214 Die my drinckt ick hem te bedde legghe.  
 215 Ick can oock stoppen die aderen verwaer  
 216 Ende make die stemme hel ende claer.  
 217  
 218 Lotio post mensam bina cōmoda tibi confert  
 219 Mundificat palmas / et lumina reddit acuta  
 220 Tweerley gaven crijchdy sonder last  
 221 Als ghi u handen na den eten wascht.  
 222 Si worden u reyn dats openbaer.  
 223 Het scherpt u ghesicht ende oghen claer.  
 224  
 225 [A6v] Salvia cū ruta faciūt tua pocula tuta  
 226 Adde rose florē minuit potenter amorem.  
 227 In uwen dranck savie met sap van ruyten.  
 228 Gheven uwen lijve grote virtuten  
 229 Daer toe rosebloeme.  
 230 Vermindert die liefde so ick goeme  
 231  
 232 Alleum fetorem depellit. variatq3 colorem  
 233 Clarificat vocem raucā/ crudū cibū facit coctū<sup>20</sup>  
 234 Dat loock verwandelt die verwe int aensichte  
 235 Het verdrijft den stanck met sinen ghewichte.  
 236 Een heysse stemme maket hel ende claer.  
 237 Het verteyrt dye spijsse / het coecxe oock gaer.  
 238  
 239 Salvia sal / vinum piper aleum petrosilinū  
 240 Ex his fit salsa si non sit mixtio<sup>21</sup> falsa  
 241 Savie sout / ende wijn.  
 242 Loock petrecelie souwe daer bi sijn  
 243 Daer uut wort een sausse goet.  
 244 Eest dat men dat na rechte doet  
 245  
 246 Crocus / ova / piper / plātago / salvia / papaver.  
 247 Ex his fit torta que fluxum sanguin aufert  
 248 Aenmerct wat men hier wil scriven  
 249 B[1r] Datmen daer met dat rode melesoen mach verdriven  
 250 Neemt weghebreede eulsaet ende safferaen  
 251 Met eyeren ende tsamen ghebacken eenen coeck daervan  
 252  
 253 Surge post epulas / somnū fuge meridianū  
 254 Aut brevis aut null fit somnus meridian  
 255 Staet op. verwandelt u als ghi hebt gheten  
 256 Schuwet den noenslaep dat moety weten.  
 257 Maer wildy slapen na u ghewoenheyt

---

<sup>20</sup> U: coctunt

<sup>21</sup> U: mixio

- 258 So laet hem cort sijn oft twordt u leyt  
 259  
 260 Quatuor ex somno veniunt tibi meridiano.  
 261 febr pigricies<sup>22</sup> capit dolor ydrops atq̄ catarri  
 262 Die cortse / snoffe / watersucht / traechheit  
 263 Hooftsweer / dese comen dicwil ghereyt  
 264 Uten slape dye smiddacchs [sic] ghedaen wordt  
 265 Hier om *vergrammen* die meesters als dit wel *verstaen* wordt  
 266  
 267 Non urinam retine / nec cogas fortiter anū.  
 268 Nec vētū retine / nutris morbū veteratū  
 269 U water en wilt niet houwen te langhe.  
 270 Noch uwen stoelganck en perst niet te strange  
 271 Noch en wilt niet inhouden die quade winden  
 272 Want si dat lichaem in veel ghebreken binden<sup>23</sup>  
 273  
 274 [B1v] Quatuor ex vēto veniunt in ventre retento.  
 275 Spasmū / ydrops / colica / v'tigo sunt quoq̄zista  
 276 Vierderley siecten *den menschen in den lijve springhen.*  
 277 Onderwijlen dye verhoudt die quade winden  
 278 Die cramp / swellinghe ende watersucht mede.  
 279 Ende colica. oft beermoeder. comt oock ter stede.  
 280  
 281 Non comedas crustā colerāq̄z gerit adustam  
 282 Caseus et cepe veniunt ad prandia sepe.  
 283 En eet niet dye kursten van *den brode verbrant*  
 284 Want het maect coleram / *ende* het bloet quaet te *hant*  
 285 Kесе ende anyuyn moechdi ter tafel draghen.  
 286 Want die matelick gheten en *connen* niet scaden  
 287  
 288 Si comedis cerusum triplex donū tibi detur  
 289 Testa purgat stomachū / nucleus lapidēq̄z repellit  
 290 Et de succo suo sanguis bonus generatur  
 291 Eet ghy criecken oft kersen des seker sijt.  
 292 Drierley profijt crijehdi in der tijt  
 293 De steen reynicht die maghe / *dat* sap goet bloet maect  
 294 Die kern *den* steen verdrijft / welck pijn die doot smaect.  
 295  
 296 [B2r] [hsn.herhaling tp] Ventre repleto balneū intrare caveto  
 297 Sed cum decoctus fuerit cib ipsum habeto.  
 298 Wildi schuwen dijns levens schaden  
 299 So en sult ghi niet met vollen buycken gaen baden  
 300 Maer als die spijse is in dye maghe int *vertyeren.*  
 301 Dan gaet vrolick baden sonder verseeren.  
 302

---

<sup>22</sup> U: pigritie

<sup>23</sup> U: blinden

303 balnea post mēsaꝝ crassant / *sed* āte macrassant.<sup>24</sup>  
 304 Humida pinguescunt / nā arida sepe calescūt  
 305 Baden na den [e]ten maken eenen vet van lijve.  
 306 Maer baden voer den eten / doen u magher blijven  
 307 Want vochticheyt is van vetheyt een oorsake.  
 308 Ende magherheyt comt uter hittee [sic] wrake  
 309  
 310 [B2v] Si fornicaris / vel balneum si visitasti.<sup>25</sup>  
 311 Non debes scribere si vis lumen retinere  
 312 Hebdi ghebadet of bi vrouwen gheweest  
 313 So segghen dye meesters also men leest  
 314 So en suldi daerna niet scriven  
 315 Wildi van goeden ghesichte bliven.  
 316  
 317 Reuma / dolor capitis oculos fluxus vulnera plaga  
 318 Dens esus venter repletus balnea vitētur  
 319 Sidi hiesch oft hebdi lopende oghen  
 320 Hebdi den snop oft sidy ghewont:  
 321 Oft eenen stinckenden adem wilt u niet poghen.  
 322 In dye stove te gaen wildi sijn ghesont  
 323  
 324 Balnea fervida / somni pauci / pocula grandia  
 325 Hec tria lipposos sepe parant tibi oculos  
 326 Wy lesen van drierley saken.  
 327 Dye veel fipende<sup>26</sup> oghen maken.  
 328 Een die veel drincket boven maten  
 329 Heete baden ende luttel slapen.  
 330  
 331 Balneo peracto non *immediate* cibato  
 332 Dimittas potū expertis est bene notum.  
 333 [B3r] Wanneer ghi sijt in den baden gheganheden  
 334 So en moechdi u niet te haeste laten *verlanghen*  
 335 Om eten. noch om drincken wantet quatet [sic] is  
 336 Want diet besocht hebben haren raet is  
 337  
 338 Alleū / nux et ruta / pira / raphan *et* tiriacum  
 339 Hec sunt salubria contra mortale venenum.  
 340 Loock noeten. rute ende peeren.  
 341 Rodijs. driakel en mach niemant deeren  
 342 Want so ons scrifturen lerende sijn.  
 343 So sijnse goet teghen dootlic venijn  
 344

---

<sup>24</sup> Regels 303-308 staan in Duitse tekst tussen regels 251 en 252.

<sup>25</sup> U: regel 309-316 ontbreken; hsn. ontbreekt deels

<sup>26</sup> U: idem; wellicht: 'sipende'



345 [hsn: spelende kinderen] Si fluxū pateris<sup>27</sup> / nisi hec caveas morieris  
 346 Cōcubitū potū nimiū / cū frigore motū.  
 347 Is dat ghi rode melisoen lydest  
 348 So ist u goet dat ghi dese dinghen vermijdest.  
 349 Met vrouwen te converseren noch veel drinckende wesen  
 350 Noch met coude ghaen wildi ghenesen  
 351  
 352 [B3v][hsn: aderlating] His fest minuas ut sano corpore vivas.  
 353 Martini blasij Philippi Barthlomei.  
 354 Wildi langhe leven ende sijn ghesont.  
 355 So laet u aderen sjaers viermaels *dat* doe ick u cont:  
 356 Als *omtrent* Martini Philippi<sup>28</sup> in *den* mey bi tijden  
 357 *Ende* Blasij Bartholomei en set niet besijden  
 358  
 359 Estas ver dextra / autumnus hiēsꝓ sinistrā  
 360 Incidunt venam morbosō sanguine plenā  
 361 In den mey in des somers tijden.  
 362 Sal men aderen laten in die rechter sijden.  
 363 Maer in *den* herfst *ende* in *den* wintertijt.  
 364 Sal een yghelic laten die luchter sijt.  
 365  
 366 Ante diē quintū / post vicesimū quoꝓ quintū  
 367 Ate vitanda est quasi mors fleubothomia  
 368 Vijf *dagen* voor die nieu maen suldi bemercken  
 369 *Ende* vijf daeghen daerna om u te verstercken  
 370 En sal niemant gheen aderen laten *van* *sijnen* lijve<sup>29</sup>  
 371 Maer salt schuwen als doots beclijve<sup>30</sup>.  
 372  
 373 [B4r] Sāguinē nō minuas nisi luna sit quinqꝓ dierū<sup>31</sup>  
 374 In luna plena nō tāgatur tua vena.  
 375 Niemand en sal sijn aderen laten by vlaghen.  
 376 Voer dat die maen is oudt vijf daghen.  
 377 *Ende* als die maene vol is *ende* ront daer by.  
 378 Soe en suldi niet laten *ten* ware *dat* *van* noode sy.  
 379  
 380 Luna vetus veteres / iuvenes novaꝓ req'rit  
 381 Lot<sup>32</sup> calesce pranse sed frigescendo minute  
 382 Als die mane jonck is dats voor *den* jonghen goet

---

<sup>27</sup> U: pateris

<sup>28</sup> U: philip

<sup>29</sup> U: live

<sup>30</sup> U: becliven

<sup>31</sup> dierur

<sup>32</sup> U: Lote

- 383 Als si willen laten van *hem* haer bloet  
 384 Maer als si sijn tot haren ouder comen  
 385 So sullen si laten als die maen is afghenomen.  
 386  
 387 [hsn: sterrenbeeld ram] Aries  
 388 Nil capiti faties<sup>33</sup> Aries cum luna refulget  
 389 Brachia nō minuas et Balnea certius intres  
 390 [B4v] Non tanges aures nec barbā radere debes  
 391 Als die maen is int teeken *van aries*  
 392 So en suldi aen u hoeft *niet* doen sijt seker des  
 393 Maer in u *armen* suldi laten  
 394 Ende dan int bat ghaen het sal u baten  
 395 Ghi en sult oock niet rueren die ooren dijn.  
 396 Noch scheeren dijnen baert ins teekens schijn  
 397  
 398 [hsn: sterrenbeeld stier] Taurus  
 399 Arbor plātatur cū luna Taurum habebit  
 400 Edificare potes / iā spergas semine terram  
 401 Sed medicus timeat cū ferro tāgere collum.  
 402 Ghi sult die bomen planten als in dit teyken fier  
 403 Die mane is dwelck heet dye stier  
 404 Dan suldi ooc sayen *ende timmeren*  
 405 Noch den hals met aderlaten belemmeren.  
 406  
 407 [hsn: sterrenbeeld tweeling] Gemini.  
 408 Brachia nō minuas cū lustrat luna Gemellos  
 409 C[1r] Ungues in manibus cū ferro tu neq̄ scīdas  
 410 Als die mane *dat* teyken gemini beschijnt  
 411 So en laet in u *armen* niet ter aderen wat u pijnt  
 412 Noch aen u *handen* en wilt u naghelen niet snijen  
 413 Wilt ghi u in ghesontheyt verblijen  
 414  
 415 [hsn: sterrenbeeld Kreeft] Cancer  
 416 Pectus / pulmo / iecur in Cancro non minuatur<sup>34</sup>.  
 417 Potio sumatur securius perge viator.  
 418 In den creeft aen longhe en lever en laet niet.  
 419 Noch aen die borst want dat en baet niet.  
 420 Ghi moecht ooc sonder sorghe drincken *dranck*.  
 421 En dan suldi vrij wandelen over dlant.  
 422  
 423 [hsn: sterrenbeeld Leeuw] Leo  
 424 Cor gravat stomachum cum luna cernit leonem:  
 425 [C1v] Non vestes facies / nec ad *convivia* vadas  
 426 Aen u herte noch maghe en laet *niet* bi *mijnen* rade:  
 427 Als die mane is in *den* leew het is u schade

---

<sup>33</sup> U: facias

<sup>34</sup> U: minuantur

- 428 Gheen nieuwe cleeder en doet dan aen.<sup>35</sup>  
 429 Werscappen ende maeltijden wilt dan oock schuwen.<sup>36</sup>  
 430  
 431 [hsn: sterrenbeeld Maagd] Virgo.  
 432 Lunam in tenēs virgo uxorem ducere noli  
 433 Detur semen terre / caveas intrare caribdim.  
 434 In virgo sult ghy u hoeden wel.  
 435 Om te trouwen een wijf tot houwelick spel.  
 436 Men mach wel sayen in dat velt  
 437 Opt water noch te schepe te gaen<sup>37</sup> u niet en stelt  
 438  
 439 [hsn: sterrenbeeld Weegschaal] Libra  
 440 Luna intrās librā. nemo genitalia tangat  
 441 [C2r] Aut renes nates. nil tunc in corpore curat  
 442 Als in den waghē is die maen  
 443 Soe laet dijnen heymelijken achterwaghē in vreden staen  
 444 Ende doet niet uwen lenden noch oock den nieren dijn  
 445 In dier tijt suldi ooc sonder baden sijn.  
 446  
 447 [hsn: sterrenbeeld Schorpioen] Scorpio  
 448 Scorpio augmētāt morbos in parte pudenda  
 449 Vulnera ne cures / caveas ascendere naves  
 450 Scorpio in die schamelheyt die pijn vermeeret  
 451 Daerom en suldi daer *niet* meesteren wantet verseert  
 452 Ghi en sult ooc niet te water varen  
 453 Wildi u lijf ende leven bewaren  
 454  
 455 [hsn: sterrenbeeld Boogschutter] Sagittarius  
 456 Luna nocet femori per partes motu sagitte.  
 457 Carpe viam tutus / sed tamen caveas remigare<sup>38</sup>  
 458 Den dyen schaet die maen snel  
 459 Als si in Sagittarius is verstaet dat wel.  
 460 [C2v] Wandelen over dlant dan sekerlick doet  
 461 Maer op dat water te varen en is niet goet.  
 462  
 463 [hsn. sterrenbeeld Ram] Capricornus  
 464 Capra nocet genibus ipsam cum luna tenebit  
 465 Fundamēta ruunt nihil est quod durat in ipso  
 466 Als ghi in capricorno die maen siet  
 467 Aen u knien te meesteren bestaet niet<sup>39</sup>.

---

<sup>35</sup> U: doet aen in dien

<sup>36</sup> U: wilt oock dan vlien

<sup>37</sup> U: 'te gaen' ontbreekt

<sup>38</sup> [U: idem; Du: remigrare]

<sup>39</sup> U: bestaen vliet

468 Dan en suldi oock niet *timmeren* bi *mimen* [sic] rade.  
 469 Want dat en duert niet dat waer u schade..  
 470  
 471 [hsn: sterrenbeeld Waterman] Aquarius  
 472 Tangere crura cave cū luna tenebit aquosam  
 473 Inere tunc plantas excelsas erige turres  
 474 Als in aquario dye mane staet.  
 475 Soe is den schenen eenich letsel quaet  
 476 [C3r] Dan suldi dye bomen planten enen ghedichten  
 477 Ende hoghe turren muechdi richten<sup>40</sup>  
 478  
 479 [hsn: sterrenbeeld Vissen] Pisces  
 480 Piscis habens lunā noli curareq3 pedem.  
 481 Carpe viam tute / potio sumatur salubris  
 482 In *den* visschen es heylsaem ende goet.  
 483 Dranck in te nemen die dat doet  
 484 Maer aen dye voeten te porren is seer quaet.  
 485 En sonder sorghe wildi over tvelt ghaet  
 486  
 487 De anni mensibus [2 hsn: windrichtingen]<sup>41</sup>  
 488  
 489 [C3v] Januarius.  
 490 In Jano claris calidisq3 cibus potiaris  
 491 Atq3 decens potus post fercula sit tibi notus.  
 492 Ledit enim medo / tunc potatu bene credo.  
 493 Ba[l]nea<sup>42</sup> tutus intres / et venā scindere cures  
 494 In Januario neemt warme en claer spijsen  
 495 Ende drinckt matelick na goeder wijsen  
 496 Die mede let dan ghedroncken / maer ghi moecht baden  
 497 En laet ter aderen sijdijs in staden  
 498  
 499 Februarius.  
 500 Noscitur<sup>43</sup> occulta febris februario multa  
 501 Potibus et escis si cante vivere velis  
 502 Tunc cave frigora: de pollice funde cruorem.  
 503 In Februario comt die cortse haest onversien  
 504 Ende veel<sup>44</sup> ander siecten<sup>45</sup> vaet mijn bedien.  
 505 Daerom vliet dye coude dat is seer goet

---

<sup>40</sup> U: dan rechten

<sup>41</sup> U; hsn. zon en maan

<sup>42</sup> U: Balnea

<sup>43</sup> U: Nascitur

<sup>44</sup> U: toegevoegd 'meer'

<sup>45</sup> U: siecheyden

506 Ende van uwen dume so laet dat bloet:  
 507  
 508 Martius.  
 509 Marcius humores pādīt generatq3 dolores.  
 510 Venā non tāgas / radices sedule mandes  
 511 [C4r] Die Meert openbaert die vochticheyt van smenschen lijve  
 512 Ende brengt veel weeden ende smerten by tijden.  
 513 En laet gheen aderen / maer eet wortelen die *zijn* u goet.  
 514 Daerom eet sallaet ende hebt goeden moet.  
 515  
 516 Aprilis  
 517 Se probat in vere aprilis vires habere.  
 518 Cuncta renascūtur pori tunc aperiuntur.  
 519 In quo calescit recens sanguis q°q3 crescit.  
 520 In den April siet *men* al dinck uter eerden spruten.  
 521 Die sweetgater worden gheopent bij des tijts virtuten.  
 522 Doer welcken varsch bloet verwarmt ende wast.  
 523 Ende aderen laten is goet is dat u past  
 524  
 525 Maius  
 526 Mayo secure laborare sit tibi cura  
 527 Scīdatur vena / et balnea dantur amena  
 528 *Cum* varijs rebus sint fercula cum speciebus  
 529 In den Mey te arbeyden en mach niet schaden  
 530 Laet u aderen en wilt vrolick baden.  
 531 *Dijn* spijsse laet met menigerley groen<sup>46</sup> cruyden bereyden.  
 532 Dat sal u gheheel van siecten scheyden.  
 533  
 534 Junius  
 535 In Juno gentes perturbat medo bibentes.  
 536 [C4v] Atq3 novellarū fuge potum cervisearum.  
 537 Lactuce frondes ede / ieunus non bibe fontes  
 538 In junio die mede gedroncken en is niet goet.  
 539 Ende wacht u voor jonck bier / want dat verseeeren doet.  
 540 Lactukenbladeren suldy dan eten.  
 541 Nuchteren water gedroncken is quaet wilt niet vergheten  
 542  
 543 Julius  
 544 Qui vult solamē iulio prebet hoc medicamē.  
 545 Venam nō scindat / nec ventrē potio ledat  
 546 Somnū compescat / et balnea cūcta pavescat  
 547 Prodest recens unda aleū cū salvia munda.  
 548 Wildi in in [sic] Julio op gheen siecten achten  
 549 So en laet gheen aderen en van veel drinckens wilt u wachten  
 550 Luttel slaept en wilt in gheen baden gaen.  
 551 Dit wilt onderhouden<sup>47</sup> wildi sonder schade gaen

---

<sup>46</sup> U: 'groen' ontbreekt

<sup>47</sup> U: onthouden

- 552  
 553 Augustus  
 554 Quisq's sub augusto vivat moderamī iusto  
 555 Raro dormitet / estum coitum quoq3 vitet  
 556 Balnea non curet / nec multa comestio durat  
 557 [C5r] Nemo laxari debet nec flebothemari.  
 558 Wildy in doostmaent ghesont<sup>48</sup> leven  
 559 Veel slapens / hitte / *ende oncuysheyt / moety begheven*  
 560 Veel etens ader laten moety vermijden  
 561 Ende schuwet medecinen te nemen in dien tijden  
 562  
 563 September  
 564 Fructus maturi septembris sunt valituri  
 565 Et pira cū vino / panis cū lacte caprino.  
 566 Atq3 de urtica tibi potio fertur amica  
 567 Tunc venā pandes / speties<sup>49</sup> cū semīe mādes.  
 568 In september die ryste<sup>50</sup> [sic] vruechten vierich sijn.  
 569 Broot met gheytenmelck ende peeren met wijn  
 570 En drincken van netelen / ende laten bloet  
 571 Wilbraet / gansen / voeghelen / dees dinghen zijn dan goet.  
 572  
 573 October  
 574 October vina prestat / carnē atq3 ferinā.  
 575 Nec nō aucinā / caro valet et volucrina  
 576 Quānis sint sana / tamē est repletio vana.  
 577 October die maent gheeft nieuwen wijn.  
 578 Wilbraet / gansen voghelen die ghesont om eten sijn  
 579 [C6r] Maer te veel daer af gheten is onghesont  
 580 Daerom houdt maet tot alder stont  
 581  
 582 November  
 583 Hoc tibi scire datur reuma novēbri curat'.  
 584 Queq3 nociva vita / tibi sīt moderata dieta  
 585 Balnea cū venere / tibi nullū cōstat habere  
 586 Potio sit rara vana / atq3 minutio bona  
 587 In novembre schuwet alle dinghen die u schaden.  
 588 Matighe dachreysen zijn goet / maer met oncuysheit baden  
 589 Is quaet / ende veel drinckens is niet niet [sic] bequaem  
 590 Maer die ader te laten is aenghenaem.  
 591  
 592 December  
 593 Frigus vitetur / capitalis vena scindetur  
 594 Lotio sit rara / sed vasis potio cara

---

<sup>48</sup> U: in ghesontheit

<sup>49</sup> U: spes

<sup>50</sup> U: yerste

595 Sit tepidus potus frigori cōtrarie<sup>51</sup> totus.  
 596 In december sijn heete dinghen goet.  
 597 Schuwet coude wildi sijn behoet  
 598 Die hoofadere moechdy laten slaen  
 599 Laet dijnen dranck law sijn eer hi ter tafelen sal gaen.  
 600 Weenich suldi u hoofd wasschen ende u lijf.  
 601 Soe sult ghi reyn houwen dijn leven *even* stijf  
 602  
 603 [C6v] Hunc Parisienses dei causa cōposuere.  
 604 Cui laus et honor pariter per secula cūcta.  
 605 Dit boexsken is god ter oeren<sup>52</sup> volmaect  
 606 Van den meesters *van* Parijs in wijsheden ghestaect  
 607 Ter liefden den engelschen coninck vol eeren  
 608 Hoe hi *hem* hebben soude ende *van* siecten verweeren<sup>53</sup>  
 609 So verre alst god gave de<sup>54</sup> dat wel macht heeft  
 610 Want elck mensche door gods cracht<sup>55</sup> leeft:  
 611 Nochtans elck moet *hem* in noode helpen  
 612 Wilt hy *dat* god sijnen commer stelpe.  
 613 Die drie in personen ende een int wesen is  
 614 Alst hem belieft men haest ghenesen is.  
 615 Hy moet *van* ons ghelooft ende ghedanct sijn  
 616 O heere laet doch ons lof in u ontfanck sijn: [hsn: herhaling B3r]  
 617  
 618 [C6v] Inpressum [sic] Hamtwerpie [sic] per me Jo || hannen de Doesborch op dye ||  
 619 Lombaerde veste || by die camer || porte. || [drukkersmerk NAT IV.8 zonder de randen]<sup>56</sup>

---

<sup>51</sup> U: contrarius

<sup>52</sup> U: eeren

<sup>53</sup> U: gheweeren

<sup>54</sup> U: die

<sup>55</sup> U: craft

<sup>56</sup> Impressum Traiecti iuxta forūAnserū || retro macellū captivorꝝ per me Joannē || Bernardi Anno dni M<sup>o</sup>.CCCC<sup>o</sup>.xv.<sup>o</sup> hsn. Drukkersmerk Jan Berntsz]