

Tacuinum Sanitatis



A finales de la Edad Media, príncipes y poderosos aprendían las reglas de salud e higiene de la medicina racional en el **Tacuinum Sanitatis**, un tratado sobre el bienestar y la salud muy difundido durante los siglos XIV y XV.

El tratado fue escrito en árabe por Ububchasyam de Baldach, también conocido como Ibn Butlân, médico cristiano nacido en Bagdad y muerto en 1068. **Propone seis elementos necesarios para el mantenimiento cotidiano de la salud: la comida y la bebida, el aire y el ambiente, el movimiento y el reposo, el sueño y la vigilia, las secreciones y excreciones de los humores, los movimientos o afectos del ánimo (la alegría, la ira, la vergüenza...).** Según Ibn Butlân, las enfermedades surgen de la alteración en el equilibrio de alguno de estos elementos, por lo que aconseja la vida en armonía con la naturaleza para conservar o recuperar la salud.

Las *Taqwin al-sihha* de Ibn Butlân se tradujeron al latín en Palermo, en la corte de Manfredo, rey de Sicilia de 1258 a 1266, con el título de **Tacuinum Sanitatis**. A finales del siglo XIV, este tratado será dotado en la Lombardía de un ciclo de ilustraciones muy desarrollado, punto de partida de un florecimiento de ejemplares que traspasó las fronteras de Italia. Buena prueba de ello es este códice de lujo, con todos sus folios iluminados, realizado en Renania. **Cada folio contiene una miniatura con una leyenda (en latín, con una traducción posterior al alemán) en la que se indica la naturaleza del elemento, características de lo que se considera mejor para la salud humana, beneficio que produce, perjuicio que puede causar y remedio para dicho perjuicio.**

En la confitería, llena de vasijas de colores y brillantes frascos de cristal, se pueden comprar deliciosos piñones recubiertos de azúcar mezclada con especias, una de las golosinas preferidas en la Edad Media. También se venden frutos secos, higos o uvas pasas, sobre todo las “grandes pasas de Gerasa”, cuyo consumo Ibn Butlân recomienda a los ancianos en invierno, ya que “son eficaces contra los dolores intestinales; fortalecen el hígado y el estómago y si queman la sangre, se puede remediar con el limón” (f. 54).

Ibn Butlân también aconseja el consumo de pan negro porque “alivia el estómago, aunque para que no provoque irritación, hay que acompañarlo de alimentos grasos”. Es el pan más común, puesto que el blanco estaba reservado para la mesa de los más privilegiados. El miniaturista ha pintado a tres



- Bibliothèque nationale de France, París
- Signatura: Ms. Lat 9333.
- Fecha: Renania, mediados del siglo xv.
- Tamaño: 355 x 225 mm.
- 216 páginas, todas iluminadas.
- Encuadernado en piel de color marfil estampada en seco.
- Estudio monográfico a todo color.

mujeres que, una vez preparada la masa, están introduciendo los panes en el horno (f. 61v). Otras miniaturas muestran la elaboración del queso, la pasta o la mantequilla; al marchante de sal, al de aves, al de aceite de almendras, al vendedor de salazones, al de velas, al de tejidos de seda...

La recogida de las cerezas, las granadas dulces, los albaricoques, las nueces, las castañas y un sinfín de frutos, hortalizas y verduras ocupan un gran número de folios de estas tablas de la salud, donde se explican los efectos beneficiosos y los perjuicios de cada elemento.

Ibn Butlân nos enseña también a disfrutar de cada estación de año, las consecuencias de cada tipo de clima, de los vientos, de la nieve; señala la importancia del bienestar espiritual y, por ejemplo, habla de las bondades de escuchar música, bailar, de una charla agradable...

Según el escudo de armas del inicio (f. Dv), poco posterior a su ejecución, este hermoso manuscrito habría pertenecido al conde Luis de Wurtemberg y a su esposa, Matilde, hija de Luis de Baviera, conde palatino de Renania.

Este códice no es sólo una interesante fuente de información de carácter médico, sino que además constituye una fuente iconográfica privilegiada para el estudio de la vida cotidiana en la Edad Media.



«casi-original»

de tirada única e irrepetible,
limitada a 987 ejemplares numerados
y autenticados notarialmente.



.X.

*Mala acetosa completa feri 4 sic 12^o Et melius est ponticu Iuanicetu
confecti sncopi. Nominat articulo 4 neruo. Remo naci. cu vno citano Et
guant sanguinem stagnatu Conuincit flatu al colico estate adolescentibz
et regione meridionali*

*Wäre esstel Lieren mund trüchsen im andern grad die besten kommen als Ponto. Seind güt
für die orinaest, jechden den Glacsen mund Merit. Mögen corrigiert werden mit starkem
wein. machen also wäßerig gebleit. Fügen den löwerischen Summere zeit den Jungen
in warmen launden.*



.XII.

Siccomum Complō frag & sci 2º Elcō magnū & nigrū Iunāntū apyphēa
Itibz Noctū facit dolozen Itō et cito cōducitur ad malū Vemouet nocētē
cū trāfēra mōzē Quid chiant sanguīez mūdū Cōcēt magis sanguīez
Adoleſcentibz i uē et regione midionali et calide.

Maulbér sein kelt vund trüebén in ainndern grad. Die groſſen vund ſchwarzen ſeind die beſten. Sein giet für die anſangende geſchwer. ſchaden dem Magen. vund werden bald cor- rumpiert. werden doch corrigiert mit Triphera minor. Eit ain ſondere Compoſition in der Apoteker. Machen ain enrain gebliet. Auegen mer denen ſo heüet reich. In jungen fröelinge zeit in was



Galega Composita cal^o r^o sic r^o Ele^o grossu^o ex co^o huius^o confect^o uene^o fructu
 us odoram bonum Conferat sibi sem^o auget^o contra^o Morte^o not^o cordi^o Renus
 non^o in^o ferculis uictu^o Quid quod huius^o am^o Conferat fruct^o et huius^o
 sem^o hinc omibz^o regionibz^o

Galgenti ist warm im dritten vund trücken im andern grad. Der groß ist der best. Macht
 ein wolleschmacksen Münn. Störcht den kalten Magen. vund fördert die eselen. macht
 besagt dem herzen. Lörigier sie mit fülten speisen. Macht ein sekerst getreut. Siegt den
 seichten kallen allen. winters seichen vund in allen landen.



Kizon Complet fir + sic r² Plē margaritine albu quod crescit i rostru
 iunioru confect arbori sed + diffinitio Rostratu infert patientibus
 colicam et stupias Penō noni^u in alio et lacte et zucaro Quid quat nu
 timentu laudabile Coner calis + hinc omi etate hyeme + in omi b^{re}spio^{re}
 Reiß. ist kalt und trücken im andern grad Das weis so im bieden weisst ist das kostt siegt dem
 kranken ungesickten thogen besad den die das swimmen haben vund im leid vers topft. Lort
 giers mit st. mias und lichter. Macht ain giet gebliet. zimpf den warmen freiesten was alle
 sie seien. In winter vund in allen launden

Ventus occidentalis Wind von Nidergange.



Ventus occidentalis *Compl. tempate sit tē al' pmo Al' derlmaſ septentrionali*
Amantē dūpōm Nōmīnū nōt tmoū t fūgīōrī Vēnū nōtī tū caleſtione
et pānē Conſeſ pātē oī etate/ vērū/ orientali regionē

Ist temperiert treicken im arndern grad (sernst erst ten) Der ist der mittnacht Wind seiget ist der best.
 hierbey die dreyung schadt dem sittern wind froet. widerst tannet im mit wermen wind klaidern. siegt den
 hangenrichten. allen teiten. Im Vēnū wind uſſgang der sonnen.

Lec dulce Siesse Mälch.



Lec dulce Cople om̄ queni q̄ sit ipate cople. et man ad ca. Et
pecudina ima per et pulmo Notu sc brat et dolentibz caput
Renis not in passulis sine uicleris Quid quid mit metid bonu conu
tempatis adolefcentibz estate et indionalibz

Siesse Milch. siest iederman daruins das sie temperiert ist. ob sie gleichwol etwas wärmer ist.
die die Milch ist die beste ist der Brust und Lungen geschmeidt. Gedacht denen so sieber. hart und geist-
wee haben. Corrigiers mit Rosenlen dazins die Brust und Lungen gezogen. Macht hier geküet.
siest der temperierten in jungen Sommerzeiten wird in warmen Landen.



Pains opus Complé tal in 2^o Et qui minisist fursuere et stene p
 nothem an coctionem huic aptempat uentum Non^{te} iduat primatu
 et stabiem Femo notu cu copanagio iutuos Quid quat mufinetu bonu
Conuat omibz complombz etatibus tyabz et regionibz — latus
 Caiig. ist warm in andern grad. Der am wenigsten Reizen sort. vnd vber nacht getrainden ist der
 best. Er furdert den stuelgung. Machet heissen vnd rauchen. Corriget in mit anderer saullen
 speis. Macht guet gebluet. Fuet allen leuten zu jederzeit vnd in allen landen.

Carnes porcine Schweine Fleisch.



Carnes porcine Complet sunt in primo huius in fine et alio in 7. Et aialum
castitatum expiratorum hunc presat talis et sic corporibus et maialens
in nulli et copiose nutrit hunc in 10. Placit et tenui dicta utetibus Venis
in admittit arachis calefacientia exultantia Quid huius nutritibus copiosi
et huius Comit talis huius antipno et midionalibus

Schweine Fleisch: ist kalt im ersten und feigt im trindt des andern gradel. Sonst im dritten der vor
schneitner arbeitsamen Schwein. Schwein Fleisch ist besser. ist gut den warmen trücken und magern
seilt. dann es hevet sehr wol. schadet dem plegmatischen Magen. wird darin so mäßig legen. Corvi
giers mit gewürz. damit es desto weniger oder lies rieche. Macht vil leichts gestüets. süet den warmen
Zürnen im körpelt und in warmen landen.



Vnum atrium atrium Compl ca 12^o Ele amule hundu Humane. Stet
 uenena et peripue frā Nam sedat appetitū capiti Remā ner. cū atomis
 muzis Quid quā colām atrium Conuē mag frā despitue uere septemā

Gelber wein. ist warm und trücker in andern grad. Der aines hars alle wird saurer. ist der best.
 ist güt für Gifft vnd sonderliche kältte. Er stillt den lüst der es geliesen wereh. Darmit corrigier
 in mit sauren kütten. macht sesarffe Gallen. sücht mer den allten im gleich und kälten lauden.

V' l'ir et glaciers. Schnee vund Eys.



N'w et glaciers Compte frigida et hui m³? Et ex aqua dulci et bona
Amia meliorat digfoez Notu tu^{tu} tuffim amonet Vemo nar. bbodo antea
 modum Quid quat deficatorz m³etare + palis? Concu magis talia
 iuuicibz estate indians regionibus

Schnee vund Eys. seind kalt vund seist. die in dritten grad vñ sißem wasser oncs guetern kommen
 seind die besten. sie bestern die Dörfling/bringen den Guesten. Darinb trinckh allweg et was wenig
 darvor. sie trincknet den Leib vund bringen den Seelag. siegen mer den warmen eringen. Sißm
 seisten vund in warmen laß den.

Luctatio Kintgen.



Luctatio Completo. Et post eundem fine senni leuitas hinc tempo scitibz non
plene hincibz Noni induat peribz et qz ruptura uene hinc not cu
so no post balnea Conu mag calis et hinc hincibz uere et crustantis et
omibz regionibz ii

Das Kintgen. ist gut wann der Mensch leigt und sich darnach wüdt. Ist gut den starcken
 aber denen nit die vollen freistücken sein. Es zerbrechen zu zeiten die Adern in der brust daron.
 Darum soll man nach dem bad darauß schlaffen. Es sieget mer den warmen freisten Kintgen
 im gleyß vund allen launden.



Índice de imágenes:

Pasas, f. 54r (portada) • Melocotones, f. 2v (detalle) • Manzanas ácidas, f. 6v; Moras, f. 7r • Melones insípidos, f. 19r; Galanga, f. 29v • Arroz, f. 44r; Viento del oeste, f. 55v • Leche dulce, f. 57r; Pan «opiro», f. 61v • Carne de cerdo, f. 72v; Vino, f. 85v • Nieve y hielo, f. 87r; Combate, f. 93v • Coles, f. 20r (detalle dorso)