

Das Regimen setzt mit einer Erläuterung von fünf Arten der Melancholie ein (Z. 15–31), die nach ihrem Ursprung unterschieden werden, wie dem Adressaten als gemeinsames Wissen (Z. 13) in Erinnerung gerufen wird. Vier Arten der Melancholie entstehen jeweils unmittelbar aus einem der vier Körpersäfte; eine fünfte, nicht natürliche Form der Melancholie entsteht, wenn die Körpersäfte durch *adustio* verderben. Dabei sind Varianten zu unterscheiden, je nachdem, welche Körpersäfte und ob gröbere oder feinere Bestandteile betroffen sind. Am schlechtesten ist jene Form, die von der *adustio* der feineren Bestandteile der schwarzen Galle herrührt; sie bringt einen *humor melancholicus* hervor, der den menschlichen Körper auszehrt.

Der erste Teil des Regimen ist diätetischen Vorschriften gewidmet (Z. 32–66), die entsprechend dem Ursprung der Melancholie im konkreten Fall anzupassen sind, um deren Eigenschaften entgegenzuwirken. Die Ernährung des Melancholikers soll für Feuchtigkeit sorgen und zur Gewichtszunahme führen, doch Nahrungsmittel vermeiden, die Verstopfungen der Organe und Gefäße bewirken. Von blähenden Lebensmitteln, gebratenem Fleisch, Fischen aus stehenden Gewässern, Wasservögeln, Innereien von Wassertieren, Milchprodukten und stark gesalzenen (oder gepökelten) Speisen wird abgeraten; zu verzehren sind hingegen gekochtes Fleisch, Geflügel wie Hühner, Tauben, Wachteln, Fasane und Reiher, kleine Meeresfische, Hammelfleisch, gekochte Kräuter und Gemüse sowie weichgekochte Eidotter; als Gewürze können Fenchel, Borretsch, Petersilie und gemahlener Zimt verwendet werden. Besondere Aufmerksamkeit gilt dem Brot, das aus feinem Mehl, mit dünner Kruste, wenig gesalzen, nicht allzu stark gebacken und zwei oder drei Tage alt sein soll. Obst fördert die Melancholie, ist also abzulehnen. Der Autor resümiert am Ende dieses Abschnitts, dass alles zu vermeiden ist, was den *calor naturalis* des Patienten vermindert, so auch Gemütsbewegungen wie Zorn, Furcht, Traurigkeit und übermäßige Freude. Zu empfehlen ist hingegen moderat Erfreuliches und Erheiterndes.

Als zweiter Abschnitt schließt sich das *regimen medicinale* an (Z. 67–165), das mit einem Rezept für Pillen beginnt, die der Patient nach Bedarf zu je fünf, sieben, neun oder elf Stück einnehmen kann. Sie sollen eine Erneuerung des *processus adolescentie* bewirken, mithin die Regenerationsfähigkeit der Jugend wiederherstellen. Als nächstes nennt der Autor Abführpillen, die er in seinem Werk schon einmal beschrieben habe. Das Rezept ergänzt er durch Anordnungen zur Einnahme und Hinweise aus medizinischen Autoritäten zu Inhaltsstoffen