

**Don Juan Manuel y la alimentación:
¿espejo de príncipes, *regimen sanitatis* o tratado de vicios y virtudes?**

Barry Taylor
(The British Library, United Kingdom)

1. Introducción

La vida literaria de don Juan Manuel se desarrolla en un arco que se extiende desde antes de 1325 (la *Crónica abreviada*) hasta después de 1337 (*Libro infinido*, *Libro de las armas*). La comida es un tema que aparece en tres momentos de esta trayectoria. El interés del autor se manifiesta en una de sus obras más tempranas (*Libro del cavallero e del escudero*, 1326-28), continúa en el *Libro de los estados* (1330) y sigue presente en una de sus obras más tardías (*Libro infinido*, 1336-37). Huelga decir que el asunto se desarrolla dentro del género de los “castigos” al que nuestro autor se dedicó en toda su producción escrita.

El propósito del presente estudio es analizar las ideas de don Juan Manuel sobre la alimentación y determinar a qué tipo de literatura pertenecen: espejos de príncipes, *regimina sanitatis* o tratados de vicios y virtudes. Así pues, conviene empezar con una antología de textos manuelinos sobre la comida, con una indicación de pasajes homólogos en otros textos que probable o posiblemente conocía nuestro autor.

2. Antología manuelina

En el capítulo 37 del *Libro del cavallero e del escudero*, escrito hacia 1326-28, don Juan Manuel da consejos a los que “crian et castigan a los moços que son de grant linage, asi commo de rreys o de grandes sennores”:

[1] ... Et sennaladamente los deven enformar en tres cosas: la primera, en amar et en temer a Dios; la segunda, que se paguen de estar siempre con buenas conpannas et non ser apartadizos; la terçera, que sean bien acostunbrados en comer et en beber (Ayerbe, 36)

En otro pasaje del mismo capítulo, puede ser de interés que cuando don Juan Manuel pasa revista a los pecados no utiliza la palabra “gula” sino una perífrasis:

[2] Et los siete pecados mortales son estos: orgullo [*soberbia*], envidia, malquerencia [*ira*], forçar lo ageno [*codicia*], luxuria, comer et beber desordenadamente [*gula*], et aver pereza de fazer bien. (Ayerbe, 43)

Se argumentará en las páginas que siguen que el autor castellano no entra en la tradición que contemplaba la comida como asunto moral; precisamente, el vocabulario que emplea puede ser indicio de esta tendencia. En el cap. 42 del *Libro del cavallero e del escudero*, don Juan Manuel ofrece un listado con diferentes tipos de peces, y termina con una nota sobre su carácter como alimento saludable:

[3] Mas sabet que los mejores et los mas sanos son los que mas bien en la mar do non ay çieno; et por su naturaleza son pequennos de cuerpo et que tienen scama et que an mucha sangre. Et de los que bien en los rrios, los mas sanos son los que an las mas destas sennales. (Ayerbe 55)

En el cap. 44 dice de los árboles y sus frutas:

[4] Et de los arboles ay unos que el su fructo se come todo; asi commo las figueras et los perales, et los mançanos et los menbriellos, et los morales et los sidrales. Ay otros que se come lo de dentro et non lo de fuera: asi commo los alfofigos et los almendros, et los nogales et los avellanos et los castannos, et los robres et las enzinas, et los alcornoques et los coscojos. [...] Otrosi, la fructa de los naranjos et de los limones es muy buena, pero usan mas de lo comer por el çumo que non por la fructa. Ay otros arboles que la su fruta se come lo de fuera et non lo de dentro; asi como los duraznales et los priscos, et los alvarcoques et las palmas. (Ayerbe, 57)

En cambio, cuando don Juan Manuel explica el reino de los animales y las aves (caps. 40-41), no hace comentarios sobre su conveniencia como comida.

Hacia 1330, en el capítulo 52 del libro I de *Estados*, trata la comida como un aspecto del buen uso de la creación divina:

[5] Otrosi, los primeros que ordenaron los ayunos fizieronlo por dos cosas: la primera por dar parte a Dios del tienpo ... la segunda por apremiar el cuerpo, que non cobdiçiasen tanto las locuras et los delectes de la carne. Mas agora en los dias de ayuno fazen mas menjares, et mas deleitosos, at aun comen viandas et letuarios¹ que naturalmente mueven las voluntades de las gentes et ayudan a desear et querer todo [el] contrario de aquello para que los ayunos fueron ordenados.² Pues otrosi la culpa non es de parte de los ayunos nin de los primeros que los ordenaron, mas es de parte de los que usan mal dellos. (Tate y Macpherson, en lo sucesivo TM, 91)

[6] Naturalmente es ordenado el comer, para rehazer lo que se desfaze del cuerpo de cadaldia por los trabajos, et por que [omne] pudiese bevir para servir a Dios. Mas los omnes non comen por esa entençion, mas comen tanto et tales menjares que los traen a grandes dolençias et a menguar mucho la vida, et aun desean et fazen por el comer muchas cosas que les son dannosas a las almas et a los cuerpos. Pues la culpa non es de parte del comer nin de Dios que lo ordeno naturalmente, mas de los que usan dello mal. (TM, 92)

[7] Otrosi el beber ordenolo Dio naturalmente para enraleçer la vianda, por que la pueda mejor moler³ el estomago, et pueda pasar por las venas para gobernar et mantener el cuerpo, para umicar⁴ et enfriar et escalentar el cuerpo segund le fuere mester. Mas los omnes non beven sinon por el plazer et por el sabor que toman en el veber, et fazenlo en guisa que muchos toman grandes yerros en los entendimientos et grandes dannos en los cuerpos et grandes movimientos, para fazer muchas cosas que non son serviçio de Dios. Pues la culpa non es de parte de

¹ El electuario en su forma clásica era un medicamento edulcorado con miel o productos similares. Para Juan Ruiz, *Libro de buen amor*, 1333d, parece ocupar un punto medio entre “medicina y dulcería”, por citar el título de la monografía de Pérez Vidal (1981). Juan Ruiz describe los electuarios que elaboraban las monjas: varios editores (entre ellos Blecua, 337) sospechan que los ingredientes activos de tales productos eran afrodisíacos. Para don Juan el electuario ha perdido su función médica para convertirse en objeto de consumo. Si don Juan Manuel hubiese concebido el electuario como medicina edulcorada, habría echado mano de ello para expresar el tópico de la instrucción mezclada con el placer en el prólogo de *El conde Lucanor* (cfr. Taylor 1999).

² Acerca de don Juan Manuel como *laudator temporis acti*, véase “Entonçe non era costunbre de criar los fijos de los reys con tan grand locura nin con tan grant hufana commo agora” (*Armas*; Ayerbe, 93).

³ *Moler*: “digerir”; cfr. *Partida* 2.7.5.

⁴ Terminología humoral (véase abajo).

Dios que lo ordeno, nin del beber, mas es de parte de los que non usan dello commo deven.

Otrosi el egendrar de los fijos ordenólo Dios naturalmente por que, pues los omnes non pueden durar, que finquen los fijos para mantener el mundo et para que Dios sea servido et loado dellos... (TM, 92)

Aquí se aprecia que para don Juan Manuel la comida, como el sexo, no consiste ni en un vicio ni en una virtud, sino más bien se trata de una cuestión racional o de moderación. Esto se ve, por ejemplo, en el siguiente fragmento del *Libro de los Estados* (cap. 57), dedicado a la figura del emperador, donde aparece la frase típicamente manuelina que une el alma con el cuerpo.⁵

[8] Deve primeramente guardar a Dios ... et despues las sus eglesias et las personas dellas.

Otrosi deve guardar a si mismo et a su onra et a su estado, et despues a su muger et a sus fijos ... et despues a los grandes omnes del inperio...

Et commo sabra mantener su enperio en justiçia et en paz.

Et commo se sabra parar a la guerra... et commo sabra sallir della.

Et commo sabra acresçentar su tierra.

Et commo sabra partir su aver.

Et commo sabra fazer en guisa que sea amado et reçelado de los suyos.

Et commo sabra tomar los plazerres que deve, asi commo en comer et beber, et dormir, et bestir, et trebejar,⁶ et caçar caças de montes [o] con aves, et cantar, et oir est[r]umentes, et todos los buenos plazerres et aguisados.

Et fazer todo esto de manera quel sea loado de las buenas gentes. (TM, 102)

Don Juan Manuel, posiblemente siguiendo la pauta de Gil de Roma (véase abajo), incluye el régimen dietético del emperador en el espectro de las responsabilidades de su estamento hacia Dios, hacia su familia y hacia el estado. El cap. 67 ofrece consejos sobre la vida de los hijos del emperador:

[9] Et desque fueren algun poco entendiendo, deven poner con ellos omnes buenos entendidos, de que oyan sienpre buenas rrazones et buenos consejos et aprendan buenas maneras et buenas costumbres. Et deven guisar que sean bien acostumbrados en comer et en beber, ca esto en poder es de lo fazer de aquellos que los crian.⁷

Et sobre todas la cosas del mundo los deven guardar del vino;⁸ ca çierto cred que del dia que el omne comiença a beber fasta que muere, que cadaldia lo quiere mas et lo a mas mester, et le enpeçe mas, si se non guarda de lo beber tanto quel pueda del venir danno. (TM, 123)

En un pasaje conocido del mismo capítulo, don Juan Manuel esboza el horario de los hijos, según el cual la comida principal se toma a mediodía:

⁵ Sobre cuerpo y alma en don Juan Manuel, véase Serés (14); Macpherson (1970).

⁶ Por “trebejar” se entienden los juegos y los deportes. Véase don Juan Manuel [14].

⁷ TM (n. 57) remiten a: *Partida* 2.5.2; don Juan Manuel [1]; fray Gil de Roma 2.2.11.

⁸ Don Juan Manuel [14].

[10] Et desque ovieren comido... entrar en su camara si quisiere dormir;⁹ et sinon, estar y una pieça fasta que se asosiegue la vianda et se baxen los bafos que suben a la cabeça¹⁰...

Et en los días que fuere a caça deve [*¿léase deven?*] guisar que tarde un día mucho el comer, et otro que coma mas de mannana; et que las viandas no sean siempre unas nin de una manera adobadas, mas que prueve de todas. Pero la mayor parte del comer et lo que mas usare y primero, que sean gallinas¹¹ o capones et perdizes.¹² Et si algun día tardare mucho el comer et oviere grant fambre, es bien que coma un pedaço de pan; pero que non veva vino entonçe, nin en ninguna manera, fasta que yante et aya comido grant parte de la vianda. (TM,124)

También trata el tema del vino en la sección que dedica a la guerra (cap. 70):

[11] Et en el lugar do reçelo¹³ oviere deve se guardar sennaladamente de posar en aldea o en lugar que non sea fuerte [et] do aya mucho vino; porque las gentes¹⁴ que vienen cansadas, si mucho vino fallan, non se saben guardar commo les es mester et toman muchas vegadas por ello grandes yerros. (TM, 135)

En el cap. 82 se repite el tema del buen uso de la creación divina:¹⁵

[12] Sennor infante, vos sabedes que ningun omne non puede escusar en este mundo de tomar en el plazer... comer... beber... cosas naturales... que las faga omne en los tienpos et en la manera que pertenesçe... tome dellos lo que cunple para mantenimiento del cuerpo. (TM, 162-3)

Por último, no se puede dejar de señalar que el tema de la comida no se expone en el Libro II de *Estados*, dedicado al estamento clerical. Y en el *Conde Lucanor* (fechado en 1335) se encuentra tan solo una referencia (III 18), en la que don Juan Manuel pronuncia sentenciosamente:

[13] Usar malas viandas et malas maneras es carrera de traer el cuerpo et la fazienda et la fama en peligro. (Serés, 246)

Sin embargo, la obra manuelina que trata más extensamente el tema alimenticio es el *Libro infinido* (hacia 1336-37), dirigido a su hijo don Fernando. Como es bien sabido, el *Libro infinido* es en muchos aspectos un epítome del Libro I del *Libro de los estados* (véanse las referencias textuales que hace su autor, y los textos paralelos editados por Mota 2003). Sin embargo, creo conveniente destacar que sus consideraciones sobre la dieta no encuentran paralelos en la obra anterior.

[14] La primera cosa que vos consejo que fagades para ser sano [es] que tengades que la salud et la enfermedat et la vida et la muerte que todo esta en la voluntad de Dios...

⁹ *Poridat* [7].

¹⁰ “Bafos”: *Poridat* [1]; Fr Gil 2.2.12.

¹¹ *Poridat* [10]. Don Juan Manuel alude a la sanidad de la gallina como comida: “El cuerdo, de la bívora faze triaca; et el de mal seso, de gallinas faze vedegambre” (*Conde Lucanor*, III, 14; Serés 245).

¹² *Poridat* [9].

¹³ *Recelo*: “temor al ataque”.

¹⁴ *Gentes*: “tropas”.

¹⁵ Cfr. don Juan Manuel [5-7].

Otrosi, en pos esto, lo primero, guisat que seades muy tenprado en el comer et en el beuer, et en todos los finchamientos et en los vaziamientos.¹⁶ Otrosi vos guardat que non pongades vianda en el estomago fasta quel sintades desenbargado¹⁷ de lo que ante avia re ebido et ayades sabor de comer verdaderamente et non mintrosa. Otrosi vos guardat lo mas que pudieredes de andar despues de comer et de trabajar ningun trabajo,¹⁸ sennaladamente en el tienpo que fiziere calentura. Otrosi, guisat sienpre de trebejar o de pie o de cavallo ante de comer.¹⁹ Et por que yo entiendo que sienpre acaes io en el vuestro linage,²⁰ et pares e en bos que sodes mal dormidor, guisat sienpre de furtar et de rebatar lo mas que pudieredes del tienpo para dormir, ca yo se que vos sera mester.

Otrosi vos guardat de probar nin de usar muchas valentias nin ligerezas, nin fagades trabajar el cuerpo mas de quanto pudiere sufrir en buena manera.

Otrosi usat todas las viandas de carnes et de pescados, et de vianda de leche²¹ et de fructa et de ortalizas et de salsas et de spe ias et de confites²² et de las otras viandas que llaman en latin “licores”,²³ asi commo miel²⁴ et azeite et vino et sidra de ma anas et leche et vinagre.²⁵ Et todas estas cosas provat a las vegadas, por que [si] vos acaes iere que las [hayades] mester, que non lo falle la vuestra complision²⁶ nin los vuestros mienbros por cosa estranna. Mas el mayor uso de las viandas sea pan et vino et carne, con los menos adobes que pudieredes; et de las otras viandas, fazet commo se vos guisare.

Et si guisaredes de beber el vino muy aguado,²⁷ a lo menos que sea la meatad de bino et la meatad de agua; et que al comer, bevades lo que entendieredes que vos cunple; et que si non al comer, non bevades vino en ninguna manera, sinon agua,²⁸ si obieredes sed. Digo vos que si esto fizieredes, que vos fallaredes ende bien, et vos lo grades ere y[o] mucho, et sera una de las cosas por que vos ganaredes

¹⁶ Son de las seis cosas no naturales. Fray Gil, siguiendo a Aristóteles, recomienda la temperancia (1.2.1).

¹⁷ *Poridat* [5]; Arnau de Vilanova 192.

¹⁸ El ms. lee “trabajar ningun trabajo” pero en la frase siguiente se lee “trebejar o de pie o de cavallo”. Ayerbe (122.1) corrige en “trebejar” (es decir, “ejercitarse en las armas”, n. 18). Mota (130) imprime “trabajo” etc., que glosa “ejercicio”. Arnau de Vilanova 189: “per anar a peu, ho cavalcan”. Dom Duarte 382 habla de “acostumar o corpo a rrazoado trabalho de pee, ou de besta”. Según los médicos, la *exercitatio* es una de las seis cosas no naturales (véase abajo). Desde el punto de visto social, me parece superior la lección “trebejar” simplemente porque el trabajo físico no conviene al estamento noble. El trebejo/juego/deporte en cambio sí permitía al caballero demostrar su habilidad: “mando que saliessen alla todos los omnes de armas, et de caualllo et de pie, et mandoles que trebejassen et le mostrassen todos los juegos de armas et de trebejos” (*Conde Lucanor*, ex. 24; Ser s, 347, quien cita el *Libro de Alexandre* 125ab. ¹⁹ *Poridat* [1].

²⁰ Don Juan Manuel le dice a Juan de Aragón: “el cuydado es una de las cosas que mas faze al omne perder el dormir; et esto acaesce a mí tantas vezes que me enbarga mucho a la salud del cuerpo”, en el prólogo al *Libro del cavallero e del escudero* (Ayerbe, 9).

²¹ Cfr. dom Duarte 379. El tratamiento que dedica don Juan Manuel a la leche humana (*Estados* I, cap. 67; Cacho Blecua 1998, 217-21) asocia la nutrición con el linaje y la formación moral del niño.

²² Arnau de Vilanova: “no es profitosa cosa als dits corses usar de dites confeccions, majorment con más sien confites a delit que profit” (233).

²³ Aunque don Juan Manuel a veces echa mano de terminología docta (por ejemplo “anphorismas”, *Cavallero e escudero*, cap. 31; Ayerbe, 25), “licor” (lat n *liquor*) no parece ser un término científico latino (cfr. Logeion <https://logeion.uchicago.edu>). Aparece dos veces en Arnau de Vilanova “per raho de medicina solament, beu hom com reb en estiu alcuna liquor per assueujar la calor dels membres” (261; también 219). A juzgar por el texto presente, no parece referirse a un tipo de comida sino más bien a una consistencia.

²⁴ Arnau de Vilanova 255 prohíbe la miel.

²⁵ Vinagre: *Partida* 2.21.19; cfr. dom Duarte 379.

²⁶ “Complision” es la *complexio* humoral (véase abajo).

²⁷ *Partida* 2.7.6; 2.21.19; Duarte 379; Sancho 136; Arnau de Vilanova 197.

²⁸ Cfr. *Partida* 2.21.19; cfr. *Poridat* [7].

conmigo si yo sopiera que nunca bevedes vino si non quando comieredes. Et ruego vos et consejo vos et mando vos que si queredes el mi amor, que vos guardedes mucho del vino. Ca sabed que del día que omne nasce fasta que muere, seyendo sano et sin otro embargo, cada día se paga mas del vino et cada día lo ha mas mester et cada día le enpeçe mas.²⁹

Et sobre todas fructas,³⁰ vos ruego que vos paguedes mas de los figos,³¹ [ca] son los mas sin danno. (Mota, 129-132)

3. Obras conocidas por don Juan Manuel

3.1. *Gil de Roma*

Don Juan Manuel cita a Gil de Roma en el *Libro infinito* (cap. 4): “et si quisiéredes saber cuáles son las maneras et las costumbres de los buenos reys et de los tirannos, et qué deferencia ha entre ellos, fallarlo hedes en el libro que fitzo fray Gil de la orden de Sant Agostín que llaman *De regimine principum*, que quiere dezir “del governmento de los príncipes” (Mota, 138-39). Fray Gil escribió su libro en 1280 para el futuro Felipe IV de Francia. Me permito recordar en este punto que el sabio castellano no parece conocer ninguna obra literaria con una antigüedad menor a 60 años desde el momento en que él escribe (Taylor 2014a, 15), con lo cual el *De regimine principum* era una obra recientísima. Rubio (1960, 51) hizo unos comentarios modestos sobre la relación entre los dos autores; Bizzarri (2001, 75-77), en cambio, expone ciertas reticencias sobre la influencia de Gil de Roma en don Juan Manuel.

Así pues, se puede apreciar la estructura similar entre *El libro de los estados* y en *De regimine principum*, como por ejemplo en el ya mencionado cap. 57 del autor castellano, dedicado a la figura del emperador. Por su parte, el *De regimine principum* se divide en tres libros: el gobierno del hombre, de la casa (incluidos la mujer y los hijos del rey) y del reino. Aunque no detalla qué comidas son buenas o malas, fray Gil emite varias opiniones sobre la importancia de la alimentación para el gobierno del reino. El rey está bajo la obligación de alimentarse por bien del reino:

per conservació de la pròpia persona, quar com ell sia cap del regne per o seu deffalliment se poria levar mal de la gent (1.1.11 Pérez i Mingorance, 76)³²

Un probable error del traductor catalán confiere a la comida una importancia ausente del original latino:

Donques en la art o en la sciència de regnar e senyoregyar sia entesa principalment e finalment la salut del regne e de la senyoria, axí com en la art de mengyar o de medicina principalment és entesa la sanitat del cors natural (1.3.4, p. 253)

²⁹ Don Juan Manuel [9] usa casi las mismas palabras.

³⁰ En una preciosa nota, comenta Mota (132 n. 132): “El higo [...] gozó en la Edad Media –junto con las uvas– de mejor consideración médica que el resto de las frutas (que la tuvieron, por lo general, mala)”, citando a Galeno, el *Regimen sanitatis salernitanum*, y Maimónides. Tannahill: “Galen [...] claimed that his father had lived to be a hundred because he never ate it [fruit]” (155). En esta línea está don Duarte 380. El *Libro del caballero e del escudero* ofrece una visión más positiva de la fruta: don Juan Manuel [4]. Arnau de Vilanova 215-18 considera la fruta como una medicina: “con hom menugua fruyta per delit del bon saber, embargua hom conservament de sanitat” (215).

³¹ Don Juan Manuel [4].

³² Cito a fray Gil por la traducción catalana de Arnau Estanyol. La traducción tiene la ventaja de ser fiel, no glosada, y contemporánea con don Juan Manuel. Pérez i Mingorance (L-LXII) indica que el traductor está documentado entre 1332 y 1355. La edición de la versión castellana (Beneyto Pérez 2005) tiene las desventajas de incluir las glosas de Juan García de Castrogeriz y de tomar como su texto base el incunable de Sevilla 1494.

Cum ergo in arte regnandi et principiandi principaliter et finaliter intendant salus regni et principatus sicut in arte medicandi principaliter intenditur sanitas corporis naturalis decet reges et principes principaliter intendere et amare bonum regnum et commune. (Gil de Roma 1473)³³

Para fray Gil comer y beber son “deleitables” (1.2.4, p. 102) pero deben usarse “tempradament” (1.2.1, p. 91). Recomienda la vía media entre seguir los placeres (como beber y comer) y huirlos: el hombre que se abstiene totalmente de comer y beber no puede considerarse virtuoso.

Nós appel·lam aquell qui és insensible salvatge qui totes les delectacions corporals fuig, donques insesibilitat és fugir delectacions més que rahó no dicta. [...] quar aquell qui axí abstència de menyar e de beure, e de delectacions sensibles degudes, que ab tal abstinència la sua natura no pogués estar o durar, per tal com dreta rahó dicta lo contrari d’açó, ell no poria ésser dit virtuos. (1.2.15, p. 158)

Como don Juan Manuel, fray Gil de Roma dedica bastante atención al tema de la comida y la bebida en el contexto de la educación de los hijos del príncipe:

Capitol xi. En quantes maneres pecca hom envers lo mengyar e en qual manera los jóvens se degen haver envers ell.

[...] primerament nós direm en quantes maneres pot hom peccar envers la recepció del mengyar e en qual manera los jóvens se degen haver envers ell, quar envers lo mengyar s’esdevé peccar o deffallir en vi maneres: primerament, si hom lo pren e scalfadament o fortment; en après si’n pren massa; encara si’l pren legyament; encara més si’l pren desordonament; encara si’l pren massa delicadament o ricosament; encara, finalment, si’l pren massa estudiosament.

Donques primerament hom pecca envers lo mengyar si’l pren massa escalfadament o fortment, quar açò no solament nou³⁴ o fa damnatge a la ànima, per tal com aquell qui reeben lo mengyar massa escalfament e gulosament són fets golosos e no temprats; ans encara mou [*sic*] o fa dampnatge al cos, quar lo mengyar, pres amb massa glothonia, no és bé mastegat e, per consegüent, no és bé digest, quar natura ordena les dents a les coses animades, per ço que’l mengyar o la vianda per elles degudament trita pus leugerament reebés la operació o la obra de la calor natural e, per consegüent, pus leugerament fos covertida o girada en nudriment, axí com la lenya manudament trida pus leugerament és ensesa o affogada e convertida en foch [...]³⁵

En après pecca hom envers lo mengyar si’n pren massa en quantitat, quar açò nou e fa dampnatge a la ànima per tal com ret ella no temperada o desmesurada, e encara nou o fa dampnatge al cos per tal com empatxe deguda digestió [...]

Encara pecca hom si’l pren vilment o legyament,³⁶ quar són molts qui no saben péxer si mateys, los quals anvides o nuyl temps poden mengyar que les sues vestedures no sien ensuczades de suczura corporal, jatsia que, segons si, no sia peccat, emperò hom pecca envers ella si s’esdevé per dosordonació de la ànima, perquè, com legya manera de reebre vianda sia senyal d’alguna golositat o

³³ Es decir, el traductor usa “mengyar” (mod. *menjar*) para “medicandi”.

³⁴ El editor corrige por “mou”.

³⁵ Medicina humoral.

³⁶ *Partida* 2.7.5.

d'alguna desordonació de pensa o de la ànima, en la recepció del mengyar no solament deu hom esquivar forthelea e massa quantitat, ans encara deu hom esquiva legeha o viltat.

Encara més pecca hom envers mengyar per la desordonació del temps³⁷ axí com si massa abans de hora o massa desordonadament pren hom mengyar, quar per aytal recepció algú és fet gulós e no temprat o desmesurat, e encara és naffrat o pren dampnatge segons lo cos, quar, segons lo Philósoph, totes les obres naturals són mesurades per alguna fi o per algun terme. [...] si donques algú desordonament e fora de la hora ordona o usa pendre la vianda, segons lo demás, abans de la digestió de la primera vianda lo segons mengyar és pres, donques per açò és naffrat o dampnificat lo cos. Hora, donques, deguda e determenada, no solament per boneha de la ànima ans encara per sanitat del cos, deu hom observar en la recepció de la vianda.

Encara pecca hom envers la recepció de la vianda si són demanades viandes massa riques e delicades més que'l seu estament no requer. Quar delicament de viandes deu ésser pres segons la condició de la persona e segons l'estament de la nobleha d'ella, aquell, donchs, qui més que la condició de la persona e més que'l estament seu no requer demana delicades viandes pecca, per tal com açò ve d'alguna intemperància o d'algú vici.

Encara finalment pecca hom si cerca viandes appareylades massa estudiosament, quar en vils viandes pot algú mostrar si matex massa gulós si vol que ab massa gran estudi elles sien appareylades, quar aytals par que visquen per tal que menguen e que no menguen per tal que visquen com ells posen envers appareylament de viandes massa e massa cura. (2.2.11, pp. 455-58).³⁸

Las notas de esta antología manuelina indican que el escritor castellano y fray Gil comparten pocos aspectos de manera puntual. Sin embargo, en términos generales los autores comparten una visión más o menos cercana, y esbozo unas pocas notas al respecto: aunque fray Gil habla de los pecados, los efectos que describe afectan bien al cuerpo, bien al cuerpo y al alma. Los dos autores conciben la comida como parte de un sistema social. Las ideas de los dos sobre la comida se desarrollan especialmente con referencia a los hijos. Los dos son aristotélicos (fray Gil expresamente y don Juan Manuel de forma implícita) en sus actitudes hacia el placer y la medida.

3.2. *Las Siete partidas*

Don Juan Manuel se aprovechó de las *Siete partidas* en su *Libro de la cavallería* (Taylor 1984). Los paralelos entre la obra de aquel y la obra de Alfonso X, su tío, se señalan en las notas. La *Segunda partida* habla del rey, sus hijos y sus caballeros y habla acerca de cómo deben alimentarse todos ellos.

Cómo el rey debe seer mesurado en comer et en beber

En tiempo conveniente debe el rey comer et beber cada que lo podiere facer, asi que non sea temprano nin tarde, et otrosi que non coma sinon quando hobiere sabor, et de tales cosas quel tengan recio et sano, et nol embarguen el entendimiento, et esto que gelo den bien adobado et apuestamente [...]

Et del beber decimos que es una de las cosas del mundo de que el rey se debe mucho guardar, porque esto no se debe facer sinon en las sazones³⁹ que fuere

³⁷ *Partida* 2.21.19.

³⁸ Don Juan Manuel [14], "los menos adobes que pudieredes".

³⁹ *Poridat* [2, 9-12].

menester al cuerpo, et aun estonce muy mesuradamente [...]. El vino ha grant poder, et es cosa que obra contra toda bondat; ca él face á los homes desconocer á Dios et á sí mismos, et descubrir las poridades, et olvidar los juicios, et mudar et camiar los pleitos, et sacarlos de justicia et de derecho, et aun sin todo esto flaquece a home del cuerpo, et mengua el seso, et facele caer en muchas enfermedades, et morir mas aina que debrie. (2.5.2)⁴⁰

La actitud del rey Sabio hacia el vino es estrictamente práctica y no moral.

Qué cosas deben costumar los ayos á los fijos de los reyes para ser limpios et apuestos en el comer

[...] Et dixieron [los sabios] que la primera cosa que los ayos deben facer aprender á los mozos es que coman et beban limpiamente et apuesto [...] los homes non lo deben facer bestialmente comiendo et bebiendo ademas et desapuesto.

[...] Et apuestamente dixieron que les debien facer comer, non metiendo en la boca otro bocado fasta que hobiesen comido el primero, porque sin la desapostura que hi ha, podrie ende venir tan grant daño, que se afogarien á so hora. Et non les deben consentir que tomen el bocado con todos los cinco dedos de la mano, porque non los fagan grandes: et otrosi que non coman feamente [...] Otrosi dixieron, que los deben acostumar á comer de vagar et non apriesa, porque quien dotra guisa lo usa, non puede bien mascar lo que come, et por ende, non se puede bien moler,⁴¹ et por fuerza se ha de dañar et tornarse en malos humores,⁴² de que vienen las enfermedades. (2.7.5)

Este fragmento combina consideraciones sobre la urbanidad –derivadas en gran parte de la *Disciplina clericalis* (Solalinde 1934)– con unas consideraciones médicas que relacionan la digestión (‘moler’) con el sistema humoral.

Como los fijos de los reyes deben ser mesurados en beber el vino.

Costumar deben á los fijos de los reyes á beber el vino mesuradamente et aguado;⁴³ pues segunt dixieron los sabios si lo bebiesen fuerte ademas tornárseles hie en grant daño, porque face criar apostemas en las cabezas de los mozos que mucho vino beben, et caen por ende en otras grandes enfermedades [...] et demas fáceles ser de mal sentido et non bien costumbrados [...] Et aun sin todo eso, fáceles menguar las saludes et encortar la vida; et aun dixieron que los deben costumar que non beban mucho de una vegada, ca esto face mucho menguar el comer, et crecer en la sed, et face daño á la cabeza, e enflaquece el viso. Et otrosi non deben acostumarlos á beber vino mucho á menudo entre dia, ca esto es cosa que daña mucho a el estomago, no dejandol cocer la vianda, et por esta razon misma face mal á la cabeza. [...] Et demas face al home ser muy dormidor, et soñar malos sueños e romadizar⁴⁴ a menudo. Et dixieron otrosi que non deben beber luego que despertasen, porque quien lo usa cae por ello en grandes enfermedades, asi como en hidropesia et en dañamiento del cerebro. (2.7.6, citado por Haro, 13)

⁴⁰ Edición utilizada: Alfonso X (1807).

⁴¹ *Poridat* [6].

⁴² Sobre los humores, véase abajo.

⁴³ Don Juan Manuel [14] y nota.

⁴⁴ *Romadizar*: “roncar”.

La importancia dada por todos los autores al vino aguado es cuestión médica.

Que los caballeros deben seer mesurados en comer, et en beber et en dormir
Comer, et beber et dormir son cosas naturales sin que los homes non pueden
vevir,⁴⁵ pero destas deben usar en tres maneras: la una con tiempo;⁴⁶ la otra con
mesura; la otra apuestamente. [...] (2.21.19)

‘Cosas naturales’ es seguramente el opuesto a una referencia a las seis cosas no naturales (véase abajo). ‘Tiempo’ me parece un término médico; ‘apuesto’ un concepto de urbanidad; y ‘mesura’ un concepto universal en la literatura didáctica. Alfonso X continúa:

Et en aquella sazón [quando habien a guerrear], dábanles á comer carnes gruesas, porque comiesen dellas poco, e les abondase mucho, et les feciese las carnes recias et duras. Otrosi les daban á beber vino flaco et mucho aguado de manera que non les torbase el entendimiento nin el seso; e quando facien las grandes calenturas dábanles un poco de vinagre con mucha dagua porque les tirase la sed e non dexase acender la calentura en ellos porque hoviesen de enfermar: et bebiéndolo otrosi entre dia quando habien grant sabor de beber por que les acrescentasse la vida et la salut, et non gela tolliesse comiendo ó beviendo ademas.

En comparación con don Juan Manuel, el rey Sabio no entra en detalles de las comidas recomendadas o vitandas.

4. Otras obras aproximadamente contemporáneas a la vida de don Juan Manuel

4.1. *Poridat de las poridades*

El *Secreto de los secretos* (consejos apócrifos de Aristóteles a Alejandro) es un texto árabe que existe en dos ramas: A (alias la occidental, alias la breve, s. XI-XII^m) y B (oriental, extensa, s. XII^{ex}; Forster, 111). Aunque el texto de *Poridat* es temprano (a juzgar por el estilo) y se conserva en un ms del s. XIII, (Esc. L.III.2), no está nada claro que se tradujera en la corte de Alfonso X, como se afirma a menudo. El rey Sabio cita el *Secreto* en las *Siete partidas*, pero Bizzarri (1996, 105-7) cree que manejó el texto latino. No se puede suponer que don Juan Manuel conociera directamente el *Secreto* en cualquiera de sus versiones. Sin embargo, puede servir en el presente estudio como una muestra de la literatura dietética en tiempos de nuestro autor.

Capitulo del ordenamiento bueno en pensar del cuerpo.

[1] Conuiene uos que quando uos levantades de dormir que andedes un poco, e que estendades los mienbros estendimiento equal, e que peynnedes la cabeça, que el andar fazer uos a mejor comer, e el estender de los mienbros fazer uos a mas fuerte, e el peynnar fara salir los baffos que suben a la cabeça del estomago quando duerme el omne. E lauad uos en tienpo de uerano en agua fria e esforçar uos a el cuerpo, e guardar uos a la calentura natural, e conbredes mejor por ellos. E uestid pannos limpios e aguisat uos lo mas apuesto que uos pudieredes que uestra alma, e se alegrara con ello, e esforçarse a uestra natura. E fregat uestros dientes con corteza de arbol amargo e aspera, et fazer uos a grant pro. E alinpiar uos a los

⁴⁵ Stricto sensu, la comida y la bebida pertenecen a las seis cosas no naturales (véase abajo). Tanto Alfonso X como don Juan Manuel [6-7] usan “natural” en un sentido genérico.

⁴⁶ *Poridat* [8-9].

dientes e la boca, et echaredes la flema, e fazer uos a la lengua escorrecha⁴⁷ e la uoz clara, e dar uos a sabor de comer. E echat en la nariz poluos pora purgar la cabeça, segunt perteneçe al tienpo en que fueredes, et fazer uos a muy grant pro en abrir las carreras çerradas del cerebro, e esforçara la cara e los sentidos, et fazer uos a tardar las canas.

[2] E usat cosas que huelan bien segun perteneçe al tienpo en que estades assy cada tienpo, que la buena olor gouierno es del anima espirital, et con ellos se esfuerça. E quando se esfuerça el anima, esfuerças' el coraçon [...]

[3] E prendet cada dia del lectuario del ligno aloe [...]

[4] E depues d'esto, ueet uestros rricos omnes, e fablat con ellos [...]

[5] E quando uos uiniere uoluntad de comer a la ora que los auedes usado, fazet trabaiar uestros mienbros con caualgar e con luchar e con saltar e con tales cosas que son cosas que uos faran grand pro, e tuellen la uentosidad, e alegran el cuerpo, e esfuerçanlo e enxuganlo, e ençiende la calentura del estomago, e desliense⁴⁸ los malos humores, e uiene la uianda sobre la calentura acendida del estomago.⁴⁹

[6] E trayan uos muchos conduchos adobados de muchas guysas, e comet de qual ouieredes mayor sabor e mayor voluntad de comer. E que sea el pan que comieredes bien liebdo⁵⁰ e bien cocho. Et adelantad lo que ouieredes a adelantar de la uianda, e tardat lo que deuedes assi commo si ouieredes de comer uianda que lexa e otra que estrinne. E si primero comieredes la que lexa e depues la que estrinne,⁵¹ fallar uos ende bien. E si lo fizieredes d'otra guisa, dannar uos a la vianda en el estomago. Otrosi si ouieredes de comer una uegada uianda que se muea⁵² ayna e otrosi que se muea tarde, conuiene uos de adelantar el que es rrefez de moler [...]

[7] Et conuiene uos que non tomedes tanto que uos fartades, que el mucho comer dannase el estomago e tarda el moler. E conuiene uos que uos guardedes de beuer agua mientra que comieredes fasta que lo ayades por uso, que el beuer del agua sobr'el comer esfria el estomago, e amata la calentura natural, e dannar la uianda en el estomago. E esto trae el mayor danno en el cuerpo que puede ser.⁵³ E si non uos pudieredes escusar por ninguna cosa por calentura del tienpo o por calentura del estomago o por calentura de las uiandas o por calentura de la natura, beuet el agua la mas fria que fallaredes e la menos que pudieredes. E depues que ouieredes comido, andat un poco sobre rropa blanda, e echat uos a dormir sobr'el lado diestro un rrato, e depues tornat uos sobr'el siniestro,⁵⁴ e conplit uestro dormir. E el dormir ante de comer enmagreçe el cuerpo e seca la humedad. E el dormir depues de comer gouierna et esfuerça e engruessa.⁵⁵

[8] E guardat uos de comer otra uegada fasta que sea uestro estomago bien librado de la otra uianda.⁵⁶

⁴⁷ *Escorrecha*: "fuerte".

⁴⁸ *Desleir*: "disolver" Bizzarri (2010, 312).

⁴⁹ *Poridat* combina los conceptos del ejercicio (una de las seis cosas no naturales), la comida y los humores.

⁵⁰ *Liebdo*: "Fermentado con levadura" Bizzarri (2010, 324).

⁵¹ La *repletio* y la *evacuatio* son de las seis cosas no naturales.

⁵² *Moler*: "digerir".

⁵³ Cfr. don Juan Manuel [14] y *Partida* 2.21.19.

⁵⁴ Arnau de Vilanova 201.

⁵⁵ Arnau de Vilanova 198.

⁵⁶ *Repletio* y *evacuatio*.

[9] Uerano: [...] toda cosa tenprada de las uiandas [...] pollos [...] perdizes [...] hueuos blandos [...] lechugas [...] çerraijas⁵⁷ [...] la leche de las cabras ...⁵⁸
 Estio: [...] e conuiene a omne de guardarse en el de toda cosa calient' de la uiandas e de los uinos e de las melezinas e de las espeçias, e guardarse de comer mucho por amor que non se amate la calentura natural... uiandas frias atal commo carne de bezerro, calabças con vinagre, pollos engrossados [...] de la fructa: maçanas agras, ciruelas agraduces, milgranadas agras y dulces [...]
 Octonno: Es tienpo frio e seco.⁵⁹ E creçe en el malencolia, e deuesse omne en el guardar de toda vianda que sea fria e seca. E deue comer las uiandas calientes e humidas: [...] pollos, corderos, uas dulçes, uino nueuo.
 Ynuerno: [...] Et deue omne comer uiandas calientes: [...] palominos,⁶⁰ carneros annales,⁶¹ espeçias calientes, [...] guardarse de la mançon⁶² et de la sangria si non fuere con grant coyta [...]
 [10] E por las cosas que se engruessa el cuerpo, e quel' dan humidat son que se tenga uiçioso e folgado. E que coma las cosas dulçes et saborosas, e las gallinas gruessas con agua e sal, e que beua la leche caliente commo se ordenna, e el uino dulce [...]
 E las cosas que fazen enmagreçer el cuerpo: [...] comer poco e beuer poco [...] comer conduchos ssalados e uinagrados e agudos e fritos; [...] bino grueso e nueuo [...] (Bizzarri 2010, 151-57)

En suma, la relación de esta sección de *Poridat* con el *regimen sanitatis* es evidente, y la medicina que enseña es explícitamente humoral.

4.2. Dom Duarte, *Leal conselheiro*

Dom Duarte, rey de Portugal de 1433 a 1438, sufrió melancolía a los 22 años; cuando se sanó, dio consejos prácticos en su *Leal conselheiro* (Piel 1942). El cap. 100 trata “De regimento do estamago”, “segundo a pratica que per mym passey [...] pera quem tal estamago tem que lhe creça freyma,⁶³ e algũa vez se destempera por ella” (Piel, 379-82; estudiado por McCleery 2009 y 2014). Dom Duarte coincide con don Juan Manuel en dos aspectos: ambos hacen mención textual de varios alimentos, y la crítica ha visto en los dos autores elementos autobiográficos, un procedimiento inusual en su tiempo. Dice:

Quando jantar, comer bem mastigado, e non beber mais de duas vezes ou tres, ao mais largo. E aquestas nom muyto sobejo em cada hũa, mas tanto de que razoadamente avoonta de se contente ou deva contentar. E o vinho, se o beber, seja razoadamente auguado [...] ⁶⁴

⁵⁷ *Cerraija*: mod. “cerraja” (lechuga).

⁵⁸ Arnau siempre relaciona la comida con la temporada.

⁵⁹ Terminología humoral.

⁶⁰ *Palomino*: “el pollo de la paloma” (Bizzarri 2010, 330).

⁶¹ *Annal*: “de un año”.

⁶² *mançon*: no lo explica Bizzarri. La frase “errom muytos querendosse logo purgar ou sangrar como som tristes” (*Leal conselheiro*, cap. 24; Piel, 89) sugiere que se trata de la purga.

⁶³ “acedia”.

⁶⁴ Don Juan Manuel [14] y nota.

De nata e de toda outra vyanda de leite, comer pouco ou nada;⁶⁵ e se a comer, seja sobre toda outra vyanda.⁶⁶ Nom beber sobr'ella, ou se no começo, coima bem d'al ante que beva. E todavya o comer da vyanda do leyte seja pouco, e poucas vezes. E esso medês de toda outra vyanda humyda, assy como cereijas, pessegos e ostras, e toda grossura⁶⁷ de carnes e de pescados.

Aquí dom Duarte se desvía de la medicina humoral, según la cual los sanguinos (húmedos y calientes) y flemáticos (húmedos y fríos) no deben usar la comida húmeda.

E do semelhante comer pouco, ou nada, e tam bem das muito frias e agudas, assy como vynagre, e lymon, e semelhantes.

En otro consejo dom Duarte sí sigue la medicina humoral: el melancólico (frío y seco) debería evitar la comida fría.

Dos ovos pera esto nom ha regla certa, por que a huñs aproveita, e a outros empeeçe.⁶⁸ E porem cada huñ huse de os comer como se delles sentir.

En conformidad con las seis cosas no naturales, dom Duarte incluye consejos sobre el sueño:

Despois de comer, ataa que passe hũa ora, nom dormir de dia. [...]
Sobre o dormir, ataa que passe hũa ora, nom beber por cousa que seja. [...]

Después alude a otros dos de seis cosas no naturales, la *repletio* y la *evacuatio*:

O estamago nom deve trazer desabotoado, nem froxo, mes igualmente sempre apertado.

Se ao jantar vir que come muyta carne ou pescado, ou lhe praz dello, sobejar em comer o pam.

E no beber astreite seu regimento; e de fruyta, pouca ou nada.⁶⁹

Reconoce que no todas las comidas convienen por igual a todo el mundo:

He determinado que algũas vyandas per virtude special aproveitam, e empeeçem a cada hũu homem.⁷⁰

Ofrece más consejos sobre la *repletio*:

E sse foi de comer sobejo, comer pouco e tarde, e algũa vyanda seca, assy como pam torrado, e beber pouco, e vynho menos⁷¹ auguado. [...] E enquanto se sentir empachado de ssobegioõe⁷² de vyanda, nunca coima outra nehũa pera o correger,

⁶⁵ Cfr. don Juan Manuel [14], positivo, y Arnau de Vilanova 249, negativo, en su apreciación de los productos lácteos.

⁶⁶ En Arnau de Vilanova el principio de la combinación de las comidas es fundamental.

⁶⁷ Arnau de Vilanova 244.

⁶⁸ *Poridat* [9], positivo; Arnau de Vilanova 248 ambivalente.

⁶⁹ Don Juan Manuel [14] y nota.

⁷⁰ En Arnau de Vilanova los diferentes efectos dependen explícitamente de la complejión del enfermo.

⁷¹ "A no ser que esté aguado".

⁷² "Exceso".

por que nom ha hi melhor meezynha que sofrer tanto o comer que elle per sy se correga, cobrindosse e aqueentandosse em razoada maneira, segundo o tempo for. E acostumar o corpo a rrazoado trabalho de pee, ou de besta.⁷³
 De xv em xv dias, ou de mes em mes, he muyto boo filhar pirollas⁷⁴ comunes [...] Entendo que seja boo pera taaes estamagos provocarem cadahũu anno vomyto duas vezes, hũa despois de pascoa, por a contynuaçom passada do pescado, a outra no setembro, por a fruyta do veraão, se a continua muyto de comer. [...] E sse per myngua de ssono o estamago destempera, per dormyr sem comer nem beber e sem outra meezynha se correge.

En suma, el enfoque de don Duarte es más específico que el de don Juan Manuel porque se dirige especialmente al melancólico. Su deuda con los *regimina sanitatis* es evidente: McCleery (2009, 170) señala la presencia de tales obras en su biblioteca. Como don Juan Manuel, no trata el tema alimenticio en términos morales. A modo de apunte, puede ser de interés que don Duarte poseía y citaba dos espejos de príncipes que trataban la comida de manera práctica: Gil de Roma y el *Secretum secretorum* (McCleery 2014, 183). En comparación con el autor castellano, hace más hincapié en la relación entre comida y salud: quizás así se explica por qué varios críticos le han considerado hipercondríaco (opinión rechazada por McCleery 2009, 163), aunque en realidad no hace más que seguir el *Regimen sanitatis*.

4.3. Castigos de Sancho IV

La versión original de los *Castigos de Sancho IV* (1292) dice poco de la comida, y siempre la relaciona con los vicios y las virtudes.

E para mientes a todas aquellas cosas que son malas e feas e lixosas e dannosas para la carne e fallarás que todas son malas para el alma. Mala costunbre para el cuerpo es comer e beuer lixosa mente e más de lo que deues. Ca así commo esto es malo para el cuerpo, bien así es pecado para el alma. Otrosí es malo para el cuerpo dormir más de lo que debes. (Bizzarri 2001, 75-76)
 Guárdate que te non vezcan⁷⁵ cosas sabrosas e fermosas, ca aquéllas son las que fazen caer al omne en mal lazo. Las aues non caerían en la red que les arman sinon fuese por el çeuo que les y echan, ca tan grande es el sabor que toman de comer aquel çeuo que se non guardan con cuyta déllo [...] Otrosí el pescado con glotonía de comer traga el anzuelo e non lo siente fasta que le traua en la garganta e así está preso. (Bizzarri, 76)

4.4. Arnau de Vilanova, *Regimen sanitatis ad regem Aragonum*

El *Regimen sanitatis ad regem Aragonum* de Arnau de Vilanova puede servir como representante de su género. El texto más temprano del género es el *Regimen sanitatis salernitanum*, influido por el sistema de humores de Galeno y la medicina árabe. El texto de Arnau, dirigido a Jaume II (suegro de don Juan Manuel) hacia 1305-1308, consiste en una extensa lista de alimentos que resultan beneficiosos o perjudiciales para la salud.

Como estudia Carré (2017), las dos traducciones tempranas al catalán y su presencia en bibliotecas privadas de todo tipo demuestran que el texto gozó de una circulación más allá de la profesión médica. Arnau estructura su obra sobre los humores

⁷³ Don Juan Manuel [14] y nota.

⁷⁴ “Píldoras” (McCleery 2009, 165).

⁷⁵ *Vežcan*: “tienten”.

y las seis cosas no naturales: por consiguiente, la comida debe coordinarse con el sueño y el ejercicio. En conformidad con el género del *regimen sanitatis*, Arnau da un catálogo de alimentos y bebidas, e indica en qué temporada resulta más conveniente tomarlos. Ciertas comidas son buenas para todos los hombres de complexión templada, como por ejemplo la gallina (Carré 2017, 245).⁷⁶ El autor prohíbe muy pocos alimentos taxativamente (el esturión 251, la piel de los peces 253, el pescado salado 254, la miel 255). Los malos efectos de ciertas comidas se pueden mitigar al combinarlas con otros alimentos: leche, huevos 248; mantequilla y queso 250; higas 221; frutos secos 231; legumbres 212. Las hortalizas, por último, no se deben tomar crudas (233).

Ciertas recomendaciones se dirigen al estamento real: “joc de pilota, ho joc aureal ho luyta en neguna manera no pertany a rey, car menyspreament és de la sua persona” (189); además, Arnau distingue entre comida del pueblo y comida para la mesa del rey (193), pero sin ofrecer más detalles.

Se aprecia la falta de lenguaje moral, como se puede apreciar su mención al consumo excesivo de alimentos: “aquells qui s’estudien a reebre e a pendre multitud de menjars... o moren abans de vellesa o lur vellesa és acuytade e molt sutza e viuen ab grans passions com esdevé sovín a aquells qui habiten en les parts de septentrió” (196).

5. La cuestión del género literario

De los textos no manuelinos citados en este estudio, algunos se pueden adscribir fácilmente a cierto género; otros resultan más difíciles de identificar. El *Regimen* de Arnau de Vilanova pertenece claramente a la literatura médica. En el otro extremo, el tratado de Gil de Roma es obviamente un espejo de príncipes, aunque llama la atención que muestra más interés por el tema alimenticio que la generalidad de los espejos (cf. Berges 1938). Las *Siete partidas* sobrepasan los límites genéricos esperables en un código legal. Irina Nanu (2013) ha relacionado la *Segunda Partida* con el género de los espejos de príncipes. También se utilizó en tratados de caballería, entre ellos el *Libro de la cavallería* de don Juan Manuel (Taylor 1984). Por su parte, el género literario del *Leal conselheiro* de dom Duarte no está claro: quizás debería simplemente describirse como una miscelánea. Los *Castigos* de Sancho IV, en cambio, son un tratado de vicios y virtudes (véase, por ejemplo, la secuencia de los capítulos 22-31).

El estatus genérico de *Poridat* resulta bastante oscuro. Para aclarar la cuestión hace falta un recorrido por la historia de la transmisión del texto. En árabe, según Forster (39) se copia especialmente en el contexto de los espejos de príncipes o tratados políticos (de los 19 mss., la mitad pertenece a este contexto). La segunda posición la ocupan los siete mss. sobre religión o filosofía, seguidos por solo cuatro códices que colocan el *Secreto* en el contexto de la medicina o ciencias secretas. En último lugar, solo 3 mss. pertenecen al género de *adab* (‘belles lettres’).

Los manuscritos en castellano son, claro está, mucho menos numerosos que los árabes, pero es posible hacer ciertas comparaciones. La *Poridat* coincide con textos sapienciales en cuatro mss. (Esc. L-iii-2, Esc. h-iii-1, BUS 1763, BNE 6545), y aparece acompañado en tres de ellos con los *Buenos proverbios* (Bizzarri 2010, 41): L-iii-2, h-iii-1, BUS 1763 (*facticio*). En el ms. L-iii-2 el texto ha sido reordenado para yuxtaponer el material sobre Aristóteles y Alejandro que ofrecen los dos textos (Walsh, 360).⁷⁷

De estas divagaciones se puede concluir que la *Poridat* se halla en el contexto de la literatura sapiencial, concretamente en el contexto de los consejos de Aristóteles a Alejandro. No circula con textos científicos o médicos. Por lo que se refiere a don Juan

⁷⁶ Se cita por la antigua traducción catalana (Carré 2017).

⁷⁷ Esta disposición se refleja en el *Llibre de doctrina* hecha para Jaime I o II (Taylor 2014b, 99).

Manuel, esto nos permite deducir que para él y sus contemporáneos la *Poridat* era un espejo de príncipes.

5.1. *Las bases teóricas de la dietética, I: los humores*

Don Juan Manuel no expone sistemáticamente el sistema humoral, pero su concepto del cuerpo está claramente influido por la doctrina médica de los humores. Según Galeno, a quien siguió Avicena, el cuerpo humano consistía en una mezcla de cuatro humores: sangre, cólera, flema y melancolía. Aunque los cuatro estaban presentes en el hombre, sin embargo solía predominar uno solo. De ahí la concepción de cuatro complejiones: el hombre sanguíneo (húmedo y caliente), colérico (caliente y seco), flemático (húmedo y frío), melancólico (frío y seco). La comida en sí misma no contenía ninguno de estos humores, pero al ser ingerida estimulaba su creación en el cuerpo. La buena salud dependía de un equilibrio entre los humores, propiciado por la ingestión y digestión de alimentos sanos y equilibrados. En palabras de fray Gil de Roma, “sanitat és en les humors” y “sanitat és deguda egualtat de les humors” (1.1.11, p. 74).

Todos los textos sobre comida que se han reseñado en el presente estudio utilizan de forma más o menos completa el vocabulario del sistema humoral, especialmente la *Poridat* y el *Regimen* de Arnau de Vilanova (ver notas); también las *Partidas* se refieren textualmente a los humores al hablar de la digestión (2.7.5).

Don Juan Manuel alude al sistema humoral (ver notas), y se refiere someramente al “pequeño mundo del hombre”: “Vien asi como el ayre et el fuego et el agua et la tierra son quatro elementos, asi el omne a en si quatro humores; que son la sangre et la colera et la flema et la malenconia” (*Cavallero e escudero*, cap. 38; Ayerbe 1989, 41; cf. Rico 1986, 85-90, 313-14).⁷⁸

Hartnell (2019) propone que el sistema humoral guardaba relación con el sistema estamental:

Given that different types of people were thought to have different humoral dispositions and temperaments, each man and woman was thought to have a fundamentally different gustative capability and constitution, which were also linked to their position in society. [...] Different physiologically distinct individuals needed warming up, such as the aged or congenitally cowardly, as well as the furnace-like bodies of important royalty, whose constantly stoked heat reflected and maintained their high social rank. These people should instead seek nourishment from humorally warming and dry foods: nutmeg, cinnamon, lemon, venison and red wine, among many others. (212, sin referencias)

En efecto, Gil de Roma sugiere tal conexión:

Encara pecca hom envers la recepció de la vianda si són demanades viandes massa riques e delicades més que'l seu estament no requer. Quar delicament de viandes deu ésser pres segons la condició de la persona e segons l'estament de la nobleha d'ella, aquell, donchs, qui més que la condició de la persona e més que'l estament seu no requer demana delicades viandes pecca, per tal com açò ve d'alguna intemperància o d'algú vici. (2.2.11, p. 451)

⁷⁸ Los otros usos de *humor* en la obra de don Juan Manuel no se relacionan con el sistema humoral: “las yervas et las plantas –asi como las reptilias– estas cosas se pueden engendrar de la umor de la tierra” (*Estados II*, cap. 7; TM, 229); “quiso Dios que naturalmente oviessen las mugeres aquellos humores sobejanos en los cuerpos” (*Conde Lucanor*, V; Serés, 275).

Peccatur circa sumptionem cibi si querantur cibaria nimis lauta et delicata ultra quam eius status requirat. Delicatio enim ciborum accipienda est secundum conditionem persone et secundum statum nobilitatis eius. Qui ergo ultra quam conditio persone exigit et ultra quam eius status requirat delicata cibaria querat deliquit, quia hoc est ex aliqua intemperantia vel ex alio vicio provenit.

Existiera o no tal relación, don Juan Manuel, tan sensible a la jerarquía estamental, no se refiere a ella.

5.2. *Las bases teóricas de la dietética, II: las seis cosas no naturales*

Nuestro autor [14] usa terminología que alude a las seis cosas no naturales. Olsen (40) explica así el sistema:

The *Isagoge*'s categorization of the parts of medicine, which had great influence on medical thinking in the Middle Ages, begins with a separation of theoretical and practical spheres. Theoretical medicine consists of three divisions: *res naturales* (those things which constitute the body, such as elements, humors, faculties, spirits); *res non naturales* (those things which affect bodily health, such as air, food and drink, exercise); and *res contra naturam* (diseases, the causes of disease, the sequels of disease). Practical medicine also has three parts: the correct use of the nonnaturals (that is, a regimen of health), the use of drugs, and surgery.

Las seis cosas no naturales estaban en la base de la medicina humoral. Eran: *aer, cibus et potus, repletio et evacuatio, exercitium seu motus, somnus et vigilia, accidentia seu motus animi* “ut sunt gaudium ira tristitia et similia” (Sigo la fraseología de Arnau de Vilanova 1474: f. [1]r.). Arnau dedica un capítulo a los baños, que considera “aspectes complementaris de la segona cosa no natural, l’exercici” (Carré 2015, 40). La presencia de seis cosas no naturales se aprecia en dos pasajes del *Libro de los estados*:

Sennor infante, vos sabedes que ningun omne non puede escusar en este mundo de tomar en el plazer; [et los plazer] son de dos guisas: los unos, que an a tomar por fuerça natural mente; e los otros son por acaesçimiento. Los que omne a de tomar natural mente son asi commo en comer et en veuer et en dormir et en vannos et en cosas que pertenesçen para vaziamiento o fenchimiento del cuerpo. [...] Otrosi, los plazer que los omnes toman et vienen por acaesçimiento son asi commo en oyr estrumentos et cantares, et caçar con aves o con canes, et cavalgar et trebejar et bestir et labrar.⁷⁹ (cap. 82; TM, 162).

Otrosi, deve guardar a si mismo, que es el su cuerpo, en el comer et en el beuer et en el dormir et en el folgar et en el trabajar et en el andar, et en todos los fenchimientos et vaziamientos del cuerpo. (cap. 62; TM, 114)

Es evidente que don Juan Manuel se refiere a la mayoría de las seis cosas no naturales, pero no a todas: *cibus et potus* = “en el comer et en el beuer”; *repletio et evacuatio* = “en todos los fenchimientos et vaziamientos del cuerpo”; *exercitium seu motus* = “en el folgar et en el trabajar”; *exercitium seu motus* = “en el folgar et en el trabajar et en el andar”; *accidentia seu motus animi* = “acaesçimiento”. Incluye “vannos”, que Arnau cuenta entre los *exercitia*. Solo falta *aer*.

⁷⁹ TM (1974) remiten a *Partida* 2.5.21. *Labrar*: “construir”: “en el labrar ay plazer et ay mucho vien. Ca las labores, quier sean monasterios o eglesias ... quier fortalezas o casas ...” (*Estados* I, cap. 82; TM, 164).

El primero de estos textos puede estar deturpado. Encontramos allí la oposición “natural mente” y “por acaesçimiento”. La alusión a las seis cosas no naturales parece obvia. Don Juan Manuel atribuye correctamente “oyr... et trebejar et bestir et labrar” a los *accidentia*. Pero parece decir que “comer et en veuer et en dormir et en vannos et en cosas que pertenesçen para vaziamiento o fenchimiento del cuerpo” son naturales mientras que la idea recibida era que eran aspectos de las seis cosas no naturales.

6. Conclusiones

En materia de alimentación, como en casi todo lo que escribe, las fuentes de don Juan Manuel no están claras. Las observaciones que emite fácilmente pueden ser fruto de sus propias experiencias. Ciertas de sus recomendaciones y prohibiciones tiene su paralelo en otros textos, pero en otros casos parece razonar de manera independiente. Carré (2015; 2017) demuestra bien cómo “la difusió dels regims de sanitat traspassa aviat les fronteres de la medicina, ja que les pautes per conservar la salut que estipulen arriben a molts altres tipus de contextos i textos” (2017, 34).

De los textos estudiados en este artículo, solo hay pruebas seguras de que fray Gil (sin lugar a dudas) y las *Siete partidas* (utilizadas en el *Libro de la cavallería*) eran conocidos por don Juan Manuel. Los otros textos se han citado solo como ejemplos de su género. El escritor castellano comparte el mismo detallismo en sus comentarios sobre los alimentos que el *regimen sanitatis*, la *Poridat* y la obra de dom Duarte. Comparado con otros autores, don Juan Manuel no apoya sus argumentos sobre la comida en consideraciones médicas, y esto precisamente esto lo diferencia de Arnau de Vilanova. En contraste con los moralistas (Sancho IV), tampoco concibe el uso de la comida como manifestación del pecado de la gula. Por otro lado, no presenta la comida como una forma de complacer al superior social, a diferencia de las *Partidas* y los tratados de cortesía (Grossel 1996; Alvar & Alvar Nuño 2020). La relación más estrecha que presenta nuestro autor es con los *specula principum* – *Poridat* (si se acepta nuestro argumento sobre el género de *Poridat*) y con Gil de Roma, donde los consejos sobre alimentación se integran en una visión del papel que desempeña el príncipe dentro de su estamento en la sociedad feudal. Como dice este último, el rey debe alimentarse bien, “per conservació de la pròpia persona, quar com ell sia cap del regne per o seu deffalliment se poria levar mal de la gent” (1.1.12; Pérez i Mingorance, 76).

En otro contexto, el del manejo del *Barlaam* en el *Libro de los estados*, María Rosa Lida (210) llamó a don Juan Manuel “moralista de máxima ortodoxia y mínimo ascetismo”. En una carta a Américo Castro, lo definió “con el punto de vista ascético reemplazado por el sapiencial, por el de la conducta prudente *dentro* de la sociedad” (Conde, 194; el énfasis se encuentra en el original)⁸⁰. Esta imagen de nuestro autor se refleja en el tratamiento que da al tema alimenticio: para él, la comida es un placer natural, no sujeto a la ira de Dios sino a la medida.

⁸⁰ Debo esta referencia a la gentileza de Guillermo Serés.

Obras citadas

- Alfonso X, *Las siete partidas del Rey Don Alfonso el Sabio, cotejadas con varios códices antiguos por la Real Academia de la Historia, II, Partida segunda y tercera*. Madrid: Imprenta Real, 1807.
- Alvar, Carlos & Alvar Nuño, Guillermo. *Normas de comportamiento en la mesa durante la Edad Media*. Madrid: Sial-Pigmalión, 2020.
- Arnau de Vilanova. *Regimen sanitatis ad regem Aragonum. Sine loco*, ca. 1474, Bayerische Staatsbibliothek, 4 Inc s a 1925, Münchener Digitale Bibliothek.
- Ayerbe, Reinaldo ed. Don Juan Manuel, *Cinco tratados*. Madison: Hispanic Seminary of Medieval Studies, 1989.
- Beneito Pérez, Juan. *Glosa castellana al “Regimiento de príncipes” de Egidio Romano*. Madrid: Centro de Estudios Políticos y Constitucionales, 2005.
- Berges, Wilhelm. *Die Fürstenspiegel des hohen und späten Mittelalters*. Leipzig: K. W. Hiersemann, 1938.
- Bizzarri, Hugo O. “Difusión y abandono del *Secretum secretorum* en la tradición sapiencial castellana de los siglos XIII y XIV.” *Archives d’Histoire Doctrinale et Littéraire du Moyen Âge* 63 (1996): 95-137.
- Bizzarri, Hugo O. ed. *Castigos del rey don Sancho*. Madrid: Iberoamericana, 2001.
- Bizzarri, Hugo O. “El concepto de ciencia política en Juan Manuel.” *Revista de Literatura Medieval* 13/1 (2001): 59-77.
- Bizzarri, Hugo O. ed. Pseudo-Aristóteles, *Secreto de los secretos; Poridat de las poridades*. Valencia: Universitat de València, 2010.
- Blecua, Alberto ed. Juan Ruiz, *Libro de buen amor*. Madrid: Cátedra, 1992.
- Cacho Blecua, Juan Manuel. “Nunca quiso mamar lech de mugier rafez: notas sobre la lactancia, del Libro de Alexandre a Don Juan Manuel.” En Vicente Beltrán ed. *Actas del I Congreso Internacional de la Asociación Hispánica de Literatura Medieval, Santiago de Compostela 1985*. Barcelona: PPU, 1988. 209-224.
- Carré, Antònia. “Del Regiment de sanitat a la literatura. El cas d’Arnau de Vilanova.” *Anuario de Estudios Medievales* 45/1 (2015): 233-262.
- . ed. Arnau de Vilanova, *Regiment de sanitat per al rei d’Aragó; Aforismes de la memòria*. Barcelona: Edicions Universitat de Barcelona, 2017.
- Conde, Juan-Carlos ed. *Vna lagvna svmergida: epistolario de Américo Castro & María Rosa Lida de Malkiel*. Salamanca: SEMYE & SEHLL, 2019.
- Forster, Regula. *Das Geheimnis der Geheimnisse: die arabischen und deutschen Fassungen des pseudo-aristotelischen Sirr al-asrār, Secretum secretorum*. Wiesbaden: Reichert, 2006.
- Gil de Roma, Aegidius Romanus. *De regimine principum*. [Augsburg], 1473.06.27. [BSB-Ink A-40 - GW 7217 - ISTC ia00087000] Münchener Digitale Bibliothek.
- Grossel, Marie-Geneviève. “La table comme pierre de touche de la courtoisie à propos de quelques chasteiements, ensenhamen et autres contenances de table.” En *Banquets et manières de table au Moyen Age*. Aix en Provence: C.U.E.R.M.A., 1996. 179-195.
- Haro Cortés, Marta. ““Et non andedes tras vuestra voluntad en comer ni en beber ni en fornicio”: de gula y lujuria en la literatura sapiencial.” En Nelly Labère ed. *Être à table au Moyen Âge*. Madrid: Casa de Velázquez, 2010. 51-62.
- Hartnell, Jack. *Medieval Bodies: Life, Death and Art in the Middle Ages*. London: Profile Books & Wellcome Collection, 2019.
- Logeion. Base de datos. Enlace: <https://logeion.uchicago.edu> [consulta: 15/08/2021],

- Lida de Malkiel, María Rosa. *La idea de la fama en la Edad Media castellana*. México/Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 1952.
- Macpherson, Ian R. “Dios y el mundo – the Didacticism of *El conde Lucanor*.” *Romance Philology* 24 (1970): 26-38.
- McCleery, Iona. “Both ‘Illness and Temptation of the Enemy’: Melancholy, the Medieval Patient and the Writings of King Duarte of Portugal (r. 1433-38).” *Journal of Medieval Iberian Studies* 1/2 (June 2009): 163-178.
- . “Wine, Women and Song? Diet and Regimen for Royal Well-Being (Duarte of Portugal, 1433-38).” En S. Katajala-Peltomaa & S. Niiranen eds. *Mental (Dis)order in Later Medieval Europe*. Brill: 2014. 177-96.
- Mota, Carlos ed. Don Juan Manuel, *Libro infinido*. Madrid: Cátedra, 2003.
- Nanu, Irina. *La Segunda Partida de Alfonso X el Sabio y la tradición de los specula principum* [Tesis doctoral]. Universitat de València, 2013.
- Olsen, Glending. *Literature as Recreation in the Later Middle Ages*. Ithaca, Cornell University Press, 1982.
- Pérez i Mingorance, Josep-Andreu. *El Regiment de prínceps de Gil de Roma traduït per Arnau Estanyol. Tradició manuscrita i edició crítica*. [Tesis doctoral]. Barcelona, Universitat Autònoma, 2014.
- Pérez Vidal, José. *Medicina y dulcería en el Libro de buen amor*. Las Palmas: Instituto Canario de Etnografía y Folklore, 1981.
- Piel, Joseph ed. *Leal conselheiro o qual fez Dom Eduarte Rey de Portugal*. Lisboa: Instituto para a Alta Cultura, 1942.
- Rico, Francisco. *El pequeño mundo del hombre*. Madrid: Alianza, 1986.
- Rubio, Fernando. “De regimine principum de Egidio Romano en la literatura castellana de la Edad Media.” *Ciudad de Dios* 172 (1960): 32-71.
- Serés, Guillermo ed. Don Juan Manuel, *El conde Lucanor*. Barcelona: Círculo de Lectores, 2006.
- Solalinde, Antonio G. “Una fuente de las *Partidas*, la *Disciplina Clericalis* de Pedro Alfonso.” *Hispanic Review* 2, (1934): 241-42.
- Tannahill, Reay. *Food in History*. Frogmore: Paladin, 1975.
- Taylor, Barry. “Los capítulos perdidos del *Libro del cavallero et del escudero* y el *Libro de la cavalleria*.” *Incipit* 4 (1984): 51-69.
- . “El hígado de don Juan Manuel: una imagen de placer y provecho en *El conde Lucanor*.” *Actes del VII Congrés de l’Associació Hispànica de Literatura Medieval, Castelló de la Plana, 1997*. Castelló: Universitat Jaume I, 1999. III, 447-58.
- ed. Maestre Pedro, *Libro del consejo e de los consejeros*. San Millán de la Cogolla: Cilengua, 2014a.
- . “Les formes breus sapiencials.” En Lola Badia dir. *Història de la literatura catalana*, II. Barcelona: Enciclopèdia Catalana/Barcino/Ajuntament de Barcelona, 2014b. 109-17.
- TM: Tate, Robert B. e Ian R. Macpherson ed., Don Juan Manuel, *Libro de los estados*. Oxford: Clarendon Press, 1974.
- Walsh, John K. “Versiones peninsulares del *Kitāb ādāb al-falāsifa* de Hunayn ibn Ishāq: hacia una reconstrucción del *Libro de los buenos proverbios*.” *Al-Andalus* 41 (1976): 355-84.