

zeytē geschehen so behaltē sy sich gesund. Wer aber d  
selbē dīng vnordelichē vñ zū vnzeyten geprauchet der  
mūß von not wegen krank vñ süchtig werde. Vñ dē  
dīngē allē steet hernach geschribē. ¶ Item zū dē erstē  
vñdest du geschribē wie sich der mēsch vor dem essen  
halten sülle. ¶ Item darnach von dem schlaff wie sēnt  
der mēsch geprauchē sol. ¶ Item darnach vñ dē padē  
¶ Item vñ dē aderlassen zū welcher zeyt vñ zū welch  
er stund/vñ zū welcher ader einem yeglichen mensche  
für ein yeglichs siechē gesunt sey zū lassen.  
¶ Item von dem wüllen/prechē oder vñdeüen wenn  
es gesunt oder schad sey.

¶ Daz Capitel sagt wie man sich vor dē esse haltē sol.

**D**u solt wissen zū dem ersten daz der magē in  
dē menschen ist recht als ein hafē bey einem  
feür. So ist dī ye leber als das feür bey einem  
hafē. So man die kost wil sieden so mūß man daz feür  
vor anzünden. Also in der geleychnuß sol auch d mē-  
sch ee daz er zū dē tisch sigt die natur anzündē vñ sich be-  
wegē vñ ein weil hin vñ her spaciern od sunst mit eier  
messigen arbeit sich üben piß er wol er warmet vñ rot  
würt vñder dē anlicz damit würt er kuckē vñ enzün =  
det die naturlich werme vñ d magē würt begirig vñd  
lustig vñ die speiß bekōmt darnach dē mēsthē wol nach  
dem essen sol der mēsch mit arbeyten noch ser schlaffen



vñ springen wān das gar schad ist. er sol ein weil gar  
gemechlich sizē / vñ darnach wol sitlich hñ vñ her spa  
cierē geen. vñ von der ordnung von dem essen vñ dar  
nach spricht Auicenna. Es kōmt dem menschen vil ge  
suntheit dauon / die leblichen geyst werde dauō erkuck  
et / die natürllich wezme würt dauon enzündet. die geli  
der werde dauō gering / die pōsen dūnst vñ feuchtkeyt  
werden dauon auß getriben. Der mensch würt lustig  
vñ die ganz natur gesterckt. Vnd darumb so du zū de  
tisch wilt geen thū als hie vor geschribē ist so beheltest  
du die gesuntheit vñ langes leben.

**V**ō de essen vñ wie d̄ mensch essen sol.

**D**er gesuntheit wil pflegen d̄ sol ein gute ord  
nūg habē mit der speiſ die er nūczē wil / w̄ye  
das ist in welcher maſ / vnd zū welcher zeyt  
vñ wie vil / vnd das es wider die natur mit sey. wann  
es precht grossen siechtum. Darumb schreibt vns Qui  
cenna in dem pūch von der ordnung d̄ speyſe. Der mē  
sch sol mit ee die speiſ niessen piſ er begirig ist. vnd der  
magen sol vor ger einiget ſein vō der vordern speiſe dz  
ist das er zū stül gangen sey ee er zū dem andern mal eſ  
wann wer sach das der mensch eſ ee er natürllichen da  
zwischen zū stül ḡyeng so verunreynnt vnd vergifft d̄ye  
vord er speiſ die nachgeenden / vnd das die speiſ die na  
tur beschwären wurd vñ wer mit bekūmēlich. Auch so  
der mensch enpfindet das er lust vñ begir hat zū essen so  
sol er das essen nicht verz̄yehen / Vnd des gibt vrsach  
Auicenna vnd spricht / So der mensche hunger leydet



über lust dz ist so er dz esse verzeücht vnd im der hunger  
vergeet / so würt im dann der magen voller vñ einer  
feüchtikeit dz dān gar schedlichen ist Ein meister Rasis  
d spricht / so mā dz esse vzeücht piß d lust vergeet so wir  
det zehand die krafft d begird zū stört / vñ d mag würt  
voller pöser feüchtikeit . darumb sol mā eigentlich mer  
cken vñ versteen dz man zū einē mal nit zū vil eß das d  
mag nit zū vol werd / also das sich der mensch dene vñ  
d atem schwär werd wān es gar vngesunt ist Der mē  
sch sol mit lust aufhörē / das ist dz er sich mit fülle sol als  
die vnuer nuff tigen tier / wer aber sach dz d mensch en  
pfünde das er zū vil gessen vñ sich mit speiß od tranck  
überladē hett / so spricht Auicenna dz d selb mensch des  
nächstē tags darnach lang vasten vñ hungerig werdē  
sol / vñ lang schlaffē an einer stat die nicht zū vil warm  
od kalt ist . wer aber sach das er nicht geschlaffē möcht  
so sol er sich vast übe mit arbeit vñ sol ei wenig klars  
weins trinkē / vñ sol nit mer esse dān vor sei gewoheit  
ist gewesen . Ein meister d heist Almanfor d spricht . so  
d mensch enpfindet dz er zū vil gessē hat so sol er zū stüd  
ee sich die speyß in dē magen nyd gesetzt ob er mag obē  
auf wyd von im lassen varen / wer im das zū herte so  
trink er ei wenig warmes wasser so geet es dester lei  
chlicher wid vō im . vnd dise ler gibt auch Galienus in  
seinē puch genant regi . Es ist auch zū merckē als Almā  
for spricht / dz dz dē magern mēsthē die teglichē nūr ein  
mal essen gar schad sey / vnd den veysten menschen ist  
schad offt esse . doch sol mā darjn das mittel behalten



das weder zu vil noch zu wenig sey.

¶ Wie der mensch sein complex sol erkennen

**E**s ist auch zu wissen das der mensch sein complex sol wissen vñ erkennen als vor eygēlich geschriben ist/ob er sey ein sangwintus so ist er warm vñd feucht/vñ so sol sein speis sein subtil vñ kalt von natur.

¶ Von dem Melancolico.

¶ Ist er ein Melancolicus so ist er kalt vñ trucken. so sol sein speiß vast feucht sein.

¶ Von dem Colerico.

¶ Ein Colericus ist hēzig vñ trucken/vñ bedarff gar wol das sein speiß kalt vñ feucht sey.

¶ Von dem flegmatico.

¶ Ein flegmaticus ist kalt vñ feucht/vñ der bedarff subtiler speis die warm sey vñ natur

¶ Von dem winter.

**I**n dē winter sol d mēsch niessē speis d ye vñ natur warm sind vñ stark/ Als rint fleisch schaff fleisch/schweynm fleisch/hytin vñd allerley willpret.

¶ Vñ dē Sūmer

¶ In dem Sūmer sol der mensch niessen leichte speise die kũl sind vñ natur. als latuckē vñ allerlei kraut. zige fleisch vñ lamb fleisch kalb fleisch/iung hemlin fleisch

¶ Von dē Lenzē

¶ In dē Lenzē sol mā messig sei vñ lustig truckē speiß vñ natur niessen.

¶ Vñ dē herbst

¶ In dē herbst sol d speis mit zu vil sei/vñ sũllē warm



sein vō natur als vor vō dē vier cōplexē vñ vō dē vier  
zeytē des iars eygēlich vñ besunder beschriben ist.

### ¶ Von der Speiß.

**W**ie vil ein mensch zū einē mal essen sol dz kan  
niemāt eygēlichē schreibē Aber als vns Ga  
lienus schreybt so sol sich d mēsch massē mit  
d speiß das ir mit zū vil sey dz sein natur mit dauō besch  
wert werd / das geschicht gar vil so der mensch treg ist  
vñ sich wer nach dē esse vñ den atem tief holt vñ pfnis  
stert vñ daz die natürllich werme mit geschwecht werde  
wā der mensch vil schadens dauon empfahet.

### ¶ Von den naturen der speiß.

¶ Die speiß der mensche sol mit zū vil hiezig sei vō na  
tur als pfeffer vñ vō solchē dinge die ser hiezigē / wā  
die vpreme die natürllichē fūchtigkeit zū ser do dz leben  
vast innē ist / vñ do grosser siechtum von kōmt.

### ¶ Von feuchter speiß.

¶ Wesserig vnd feucht speiß als milaun vñ ir gleich  
dye machen faul vñ prūdig dē mensche inwendig in dē  
leyb so man ir zū vil neüßt.

### ¶ Von kalter speiß.

¶ Die speiß die geleych kalt ist vō natur / als lactuckē  
vnd ir geleyche die tōten vñ schaden gar sere so man ir  
zū vil neüßt.

### ¶ Von der trucknen speiß.

¶ Speiß dye trucken sind von natur macht dye krafft  
der natur pläend vnd krafftlos.

### ¶ Von veyster speiß.



**C** Speiß die zū vil veißt sind / als veißt fleisch d'ye sch-  
w̄ymen in dē magē obē v̄n hinder die deūung.

**C** Von Süßer speiß .

**C** Speis die gar süß seyn als honig die verstopffē . d'ye  
aber pitter sind die speisen nicht.

**C** Von versalzenet speiß

**C** Speiß die versalzen sind die verpremmē v̄n zerstor-  
ent die andern speis v̄n machē dē magen zū nichten.

**C** Von geessigter v̄n saurer speiß.

**C** Speiß die geessiget v̄n saur ist so man te vil v̄n ge-  
wōlichē neüht macht schier altgeschaffē . der vorgesch-  
ribē speiß ist keine bekūmenlich dē menshē zū vil messē  
Mā sol sy temperierē also / Ein hüzige mit einer kalten  
vnd ein truckne mit einer feüchtē .

**C** Was speiß dē menschen gesunt seyn.

**C** Dem menschen sind gesunt die nachgeschribē speiß  
jungs geiß in fleisch / junges lamb fleisch / v̄stch / kalbfl-  
eysth die v̄d d' milch kūmē / hūner v̄n coppaun / rephūner  
v̄n aller ley gefügel dz gewōnlich ist zū esse / v̄n suppen  
aüß rāmē fristhē stamigē v̄n sandigē wasser v̄n wāy-  
che a'yr / waigim prot wol gehöfelt / zil massē gesalzen  
v̄n wol gepachē dz eines tags oder zweyer alt seyn das  
ist gesunt . Du solt hie merckē ein gemeine ler . die mey-  
ster in d' arznei sprechē gemeilich . ob ei mēsch lust hat  
zū esse v̄st speiß v̄d vorgeschriben steet die mit ge-  
suntlich ist v̄n schw̄ymet enpor in dē magē der sol dar-  
nach esse speiß die n̄ydruckēt schoppent . als kās / vnd  
pyren so schadet es mit so fere .

**C** St aber ey-  
der pitter sind  
fimenlich ist a  
esse darnach

**V** On t  
heyt  
meiß

alt v̄n mit nee  
wain gemitt  
licher gestoch

**W**

**F** d'  
de

la machē o  
gar n̄yckit  
speiß solt d

den wein k  
ist sach d ge

**A** Kū  
se n  
wil  
in so da des



### **V**ō pitter speys

**I**st aber eyn mensch dz gern speys neüßt die v̄salzē oder pitter sind od̄ mit essich die der natur auch mit bekūmenlichē ist als vor geschriben ist / der sol niessē v̄nd esse darnach süsse speiß als öpffel schadet es mit.

### **V**on dem wein.

**V**on dē wein dē du trinkeñ solt dz er gesunt heyt behalte dē mensche / v̄o dē schreiben die meister. Galienus v̄n Auicenna. der sol seyn alt v̄n mit new̄ / wolgeschmack lauf v̄n klar oder eyn wenig gemisctet mit frische wasser das rañ v̄n new̄ lichen geschöpft v̄n des mit zū vil sey.

### **W**ie du wein in dem winter trinkeñ solt.

**I**n dē winter solt du demē wein mit kalt trinckē wān er vil schedlich ist v̄n zerplāt dē mensche in wēdig v̄n erkeltet die natur. du solt in la machē / od̄ sunst ei gemaine ler solt du hie merckē d̄ye gar nūtzlich ist die vns schreibt galienus v̄n spricht. die speiß solt du gar wol v̄n klein zū peißē in dē mund. v̄n den wein klein recht als einē fade h̄m̄ schlindē. das ist sach d̄ gesuntheit v̄n des lang lebens.

### **W**ie man sich halten sol so man des morgens auffsteet.

**A**ristotiles schreibt zū dē künig Allexand̄ diese nachgeschribē ler v̄n spricht. O Allexand̄ wilt du gesunt seim v̄n beleibē so volg meier ler. so du des morgēs auß dē pedte wilt geen so solt du



ransen/vn dem e gelid gleich vn sitlich werden vn str =  
ecken/vn dem altert vn erkückt sich die natur vn die leb  
liche geyst. darnach so du auf gesteeft so solt du dich fl-  
eische dz du dich übest dz du die überflüssikeyt d natur vn  
dir tilgest/dz du zu de müd auß reüspest vnd zu d nasen  
vn dem zungen schabest mit eme messer, vnd dich zu de  
stül vn mit dem harz übest/ so du das getüst so solt du  
dich fleissen aber zu ransen / vnd em wenig hm vnd her  
spaciere/dise ding stercke vn lustige dir dem leib Dar  
nach solt du dem har wol kemme dz zeucht dir die pose  
dünt auß de haubt. Darnach solt du wasche dem hed  
müd nasen vn augē / In dem Summer mit kalte wasser  
vnd in de winter mit laem wasser. dz antlicz hend vn  
füß in de summer wasche mit kalte wasser dz bringt gü  
ten lust vn begird zu essen Darnach solt du die zen reibe  
mit eme lustige lein yn tuch dz rösch sey vnd demenaf-  
löcher wol reynigen vnd dich salbe mit edler salb. vnd  
lustige kleyd anlegē / vnd wolrichende ding schmecken  
das erfreuet die sel in dem leyb. vn krefftiget de leichnā  
Darnach solt du dich veremē vnd versönen mit got de  
herrē vn im fleißig klich dienē als pillich ist vn dich de-  
mütig klich gegē in in andacht erzeygē. Darnach solt  
du hm vn her spaciere an gute lust. so du dz getüst vnd  
dich i de dinge also geübt hast so thū darnach dz du ge-  
wölich pfligst zu tün piß du lustig werdest zu esse. vnd  
wā dir nū lust kömt zu esse vn die natur begirig würt  
so solt du dich vor etwas arweyten vnd üben vnd er-  
warmen ee dz du zu de tisch sigest als hie vor geschry-



ben steet/vn wēn du dān begirig pist zū essen so solt du  
es fürtez mit lenger verziehen.

**W**as man zū dem ersten essen sol.

**A**uicenna schreibt ein nützlich lere welcher ley speys  
mā zū dē erste esse sol vn spricht/wer mit der speis ge  
suntheyt behaltē wolle/d sol ebē merckē d; er die leich-  
ten geringē speis zū dē ersten niessē/als gense vn hūner  
vn vōgel/vn darnach die schween speys niessē als das  
rintfleisch vn geprates. Ist aber sach das mā die sch-  
ween speys vor d leichē neiht als dūtz fleisch zū dem  
erste vn dān darnach geringes gesottēs fleisch/od grün  
rintfleisch vn darnach kalbfleisch/od zū dē erste gepra-  
tes vnd darnach gesottes/so schwymmet d;e geringe  
speis obē enpor in dē magē vn würt pald vdaet vnd die  
schwer speis würt mit pald vdeuet vn ligt lang in dem  
magē/vn die gering speis die nū schyer vdeuot ist mag  
vor d schwerē kēnē aushgang habē vn ermodert vn er  
faulet durch emand in dem magen/ dauō würt dān die  
gācz natur gekrenckē vn geschwecht/vn kumen dē men-  
sche grosse siechtum daruō. vn darüb wer gesunt woll  
sein d niess vnd prauch zū dē erste die subtilē speis. vnd  
dān darnach die groben.

**W**as man mit zū vil trincken sol.

**D**u solt dich auch hūten vor überigē trincken  
vn besunder vor kaltem wasser wān er ver-  
dempt die natürlichē werme vn hindert d;e  
deuung d speys/ doch vō d hiez wegē des magēs vnd  
der zeit als in dē prochmonat mag mā frisch prumen



wasser messig klichen trincken dz ist gesunt.

**W**ie man sich halten sülle nach der arweyt.

**A**uicenna spricht. nach grosser arweyt sol mā nicht visch esse wān sy vderben dē magē gang

**W**ie man essen sol.

**A**uicenna verpeütt manigerley speys eines ma ls zū esse als mā pflicht in dē hochzeytliche feste. wān vil irzung d natur vñ schade dauō kumen An zweierley oder dreierley speisen sol sich d mensch lassē benügē. wān dz ist gar gesuntlichen.

**D**as man eemals mit essen sol.

**E**s sol nyemāt so die speys halb od ein teil vczert ist in dē magen ee sy gar vczert ist mer darauf essen. als so mā dz frū anpeisse zū tertz zeyt gesse hat. vñ darauf zū stund zū rechtem malzeyt aber yssēt. wān die lezt hmdert die ersten vñ d leib kōmt in vderbnuß dauō.

**E**in gute lere.

**V**isch vñ rohe milch seyn mit gesunt zū einem male mit einand zū esse. wān die natur zū aussczikēyt dauō geneigt würt.

**V**on dem prot

**E**s ist zū wissen dz rugken prot ee verczert würt dān gepēttelt prot. vñ es macht grobs plūt. so macht gepēttelt seim prot subtil plūt.

**I**tem aber ein gute lere.

**E**s ist zū wissen das müssigen leuten allweg subtil speis bekümelicher sind dān die grobē Auicēna spricht dz zū stund so mā gessen hat weytrinckē schedlichseye wān d wein ist subtil vñ schier vczert. vñ tringt durch



die speiß in de magen vñ faulet dān vñ verstopffet. so  
seyñ vil geschicht so wellt d mensch dauon in wasser =  
sücht oder andere schwere siechtum.

¶ Wie man sich nach dem essen halten sol.

¶ Nach dem essen sol man die hend schön machē wān  
mit vnraimen hendē die augē vñ das antluz anrüren  
dz ist gar vil schedlichen. Den mund vñ die zen sol mā  
raim waschen vñ nīchz vnraims da zwischē lassē wān  
es vderbt die zen vñ macht stinckē de atē

¶ Von dem getranck vñ wie es der mensch  
geprauchen sülle. Zu dem ersten von dem  
wasser Merck dz kalt wasser vngesunt ist

**A**vicenna vñ auch Almansor sprechē/dz gar  
vngesuntlich vñ d natur widwertig sey vil  
kaltes wassers nüchter trincken vñ nach ar-  
weyt so mā hīzig ist/ vnd nach de pad vñ nach der vn-  
keusch/ vñ in der nacht so man geschlaffē hat. So aber  
nach disen vorgeschriben dīngē der durst vast gross ist  
so sol mā de mund erfrischē mit kaltē wasser / hilfft es  
mit das der mēsch so grossē durst leidet dz er ye trinckē  
mūß so sol er wein mit wasser gemischt warm trinckē  
er/ vnd darnach kalt wasser.

¶ Ein lere für den durst

¶ Auicēna spricht/wer grossē durst hat vñ besorgt dz  
im trinckē schad d sol schlaffē so vgeet im d durst.

¶ Item aber ein gute lere



**C**Kaltes wasser zu stund trinckē nach dē esse ist d̄ na-  
tur vast wider v̄n erkeltet dē magē v̄n irret die deūūge  
Der sei aber nit geratē mag dz er müß wasser trinckē  
d̄ sol ein gūte weil nach dē essen peyten so lang piß sich  
die speis gesezt in dem magen.

#### **C**Von dem wein.

**C**Wie der mensch den wein geprauchē sol merck.  
**C**Auiceina spricht vō dē wein dz ei yeglicher weiser  
mensch sich fleissig klich hūten sol dz er nūcht oder nach  
grosser arweyt mit wein trinckē. er sol vor etwaz feuch-  
tes esse/wān so mā wein trinckē nūcht v̄n nach arweyt  
dz bringyt grossē schadē. auß dem sol mā nemē wer eyn  
plödes krackts h̄yrn hat dz d̄ lūgel v̄n wenig weins tr=  
inckē sol v̄n sol in vngemischet mit trincken.

#### **C**So wein verpoten ist.

**C**Almansor spricht in dē pūch vō d̄ ordnūg des trin-  
ens dz niemāt nach dē pad od nach h̄iziger speis. od so  
mā genūg gessē hat zu stund wein sol trinckē/er sol pei-  
ten nach dē pad piß er wol erkult/vnd nach d̄ speis eyn  
gūte weil so lang piß sich die speis in dē magē mider ge-  
setzt hat als vor geschriben ist.

#### **C**Von v̄nmessigkeit des weins.

**C**Es spricht auch d̄ selb Almasor dz vil weins zu trin-  
ckē sey nit gesunt. Dz bewert Auicēna v̄n spricht. das  
vil weins getrunckē in etlicher mēsthē magē v̄wādel  
würt in die rotē colera. in etlichē zu essig v̄n die sei bey  
de schedlich. v̄n wer des an im empfint spricht Almasor  
d̄ sol sich darzū bewegen das er zu stund wider von im



preche/wer es aber das er sich mit prechē möcht so sol er  
zü stund vil wassers darauf trückē vñ padē vñ schlaffē  
so v̄zert es sich on schadē.

### **V**on schaden der trunckēheit

**A**uicēna spricht. dz emssige trunckēheit gar ein sched  
lichs d̄ing sey vñ vil übels dē mēschē dauō kōm. sy zer-  
stört die natur des leichnās vñ v̄derbt dz geäder /also  
dz d̄ mensch lam würt/vñ zitternde gelid gewynt. vñ  
kōmt dauō Apoplexia dz ist d̄ gäch tode/ vñ v̄last vñ  
verdempft die natürlīchē werme. vñ macht dē mēschē  
d̄ ie pfligt ee d̄zeit gra. alt vñ vngestalt. vnd darüb sol  
sich ein yegklich mensch dauor hüten.

### **M**erck ein gute ler.

**E**in gute ler sol man merck en zü allem getranck. als  
Auicenna spricht/ dz mā dē schlüt nicht sol zü weit aūf  
tūn. mā sol klein als fadē h̄mein ziehē als vor auch ge-  
schriben steet. Es ist auch zü wissē das alter vierdiger  
weim d̄ natur des mēschē gar gesunt vñ bekūmenlichē  
ist vnd ein gute edle argney.

### **V**on dem Most.

**N**eüer wein als most ee das er recht lauter würt ist  
vil schedlich vnd krenck̄t die lebern. vñ d̄ mēsch wirt da  
durch geschick̄t zü d̄ lebersucht/ vnd macht flüssig in dē  
lab vñ zerplät dē pauch vnd dz gederme dz auch gar vil  
schedlich vñ vngesunt ist. darumb sol sich ein iegklicher  
weiser mensch dauor bewaren.

### **V**on der tugent des weins.

**G**alienus schreib̄t dz weim so mā in messigklich neüf̄t



vil hilff tüt dē leichnam / also thüt er auch vil schadens  
so man in vnordēlich neüßt

**Von ordenlichem trincken.**

**E**in meister genāt Jono spricht / d̄z wein messigklich  
en vn̄ ordēlichē getrückē benymt dē gemüt alle pitter-  
kēyt vn̄ ver wandelt es zū süßikēyt. Galienus spricht  
d̄z wein messigklich ge nossē macht stölich einē traurigē  
vn̄ vord̄tsamen vn̄ gepirt freuden.

**Ruffus.**

**E**in meister genāt Ruffus spricht d̄z d̄ wein messigk-  
lich genüget macht lebēdig vn̄ erküct die natürlichen  
wermē in dē menschen / vnd verzert die speys / vn̄ trey-  
bet die überflüssikēyt vnder sich zū dē stulgang / vn̄ rein-  
get die natur vō allen pösen dünstē vn̄ vnreinē feucht-  
kēyten / vn̄ reiniget die schwarzen colera / adelt d̄z plüt  
vn̄ sterckt d̄z hirn. er klärt die augen / vn̄ mert vn̄ scher-  
pfft die sin̄ vnd die vn̄nufft des mensche / vnd macht güt  
schön vn̄ lauter varbē. Die vorgeschribē krafft vn̄ tu-  
gēt hat d̄ wein so mā in ordēlich vnd zimlich vn̄ nit zū  
vil auf ein mal neüßt. so mā in aber vnordēlichē prau-  
chet so tüt er vil schadens als vil er nutz tüt od̄ ettwē vil  
mer. wān wein ist die höchst vn̄ edelst argney so mā in  
neüßt als mā sol nach ordnūg vn̄ messigklichē wie vor-  
geschribē steet / Es ist auch nūglich zū wissen welchem  
allter er zū gehōr od̄ nit / als k̄ndē od̄ alltē leuten.

**Ein güte ler vō wein.**

**A**uerrois d̄ meister spricht. d̄z iungē k̄ndē wein geb-  
en zū trincken schēdlichē sey / wān die k̄nd sein h̄zig

vō natur vn̄ er ver-  
schickig vō n-  
p̄herig vn̄ gew-  
d̄ndē dorete sim-  
d̄se gesant wēn  
leuten gesant wer-  
p̄son kalt vō na-  
trincken wān die  
ist wārm vn̄ we-

Quincena spri-  
weller / dān rot  
p̄pft d̄ süße re-  
ant. der newe  
wān er kreutet  
vil flüssig. In  
antliche vil v-  
od̄ zū wārmē  
wid die k̄lltr  
Wie sich di-

Ein Hange  
schlich vn̄ la-

Ein Colerica  
wandel mites

Ein p̄gmat



vō natur vñ er verderbt die natur d̄ kind wān d̄ wein  
ist auch hizig vō natur vñ füllt d̄ kindē ire haubt mit  
pöser hiez vñ gewynen dauō pöse vñ plöde haubtli/vñ  
kranckē dorete sim/vñ pöse gesicht. Jungē starckē leu-  
ten ist gesunt wein zu trinckē messigklich/ so ist alten  
leuten gesunt wein zu trinckē als vil sy mügen/wann  
sy seyn kalt vō natur/vñ ist in güt d̄ sy starcken weyn  
trinckē/wān die sind kalt vñ erschöpfft vñ der weyn  
ist warm vñ wemet sy.

#### ¶ Von Rotem wein.

¶ Quicēna spricht. altē leutē ist rot wein gesünd dān  
weisser/dān roter wein bringt in d̄ harm vñ d̄ ver-  
stopfft d̄ süsse weis̄ wein. Alter vierdiger wein ist ge-  
sunt. der new wein als most ist d̄ alten leutē vil schad  
wān er krenckē in d̄ hanbt/vñ macht sy in dem leib zu  
vil flüssig. In einē kalte land od̄ zu kalte zeitē ist ge-  
suntliche vil weins zu trinckē dān in eyne warmē lade  
od̄ zu warmē zeitē wān d̄ wein hiziget vñ ist gesunt  
wid̄ die keltin des landes od̄ d̄ zeit

¶ Wie sich die complex üben so der mensch trunckē ist

#### ¶ Sangwimeus

¶ Ein Sangwimeus so er trunckē würt so lacht er vñ  
ist frölich vñ laufft hm vñ her vñ erzeigt kintliche sitē.

#### ¶ Colericus.

¶ Ein Colericus so er truncken ist so redt er vil vñd ist  
wanckel mütes/vñ würt recht als ob er töbig sey.

#### ¶ Flegmaticus

¶ Ein flegmaticus so er trunckē würt so ist er schlefferig



mit schwäre schlaff vnd vörcht sich sere.

### ¶ Melancolicus

¶ Ein Melancolicus so er truncken wirt so ist er traurig vñ hebt an sein sünd oder vngangē dīng zū bewaimē.

### ¶ Von der ordnūg des schlaffs sagt dīz capitel.

**N**ach dē esse vñ trūckē so mā die ordelich gepraucht als vor geschriben stet die behalten heß gesuntheit. Es bedarff auch d mēsth der rü vnd des schlaffs/ Vñ wie man sich ordelich darj mē haltē sol vñndest du in disem capitel beschriben.

### ¶ Von dem nutz des schlaffs.

¶ Auicenna vñ Almanfor schreybē vns vō dē wachē vñ vō dē schlaffē vñ sprechē dz d schlaff vil nūtz ist vñ vil hilff thūt dē leichnā d menschē so mā sey ordelich gepraucht/er benymt d sel ir arweit vñ macht sy subtil vñ Flüg vnd scherpffet die vñūst/vnd tūt rüē die enpfintlichen krafft/macht milt die arweit des leichnās. Auch macht er gute deūūg/ vñ macht die natürlīch krafft mechtig / vnd macht dē leichnā veyst vñ warm vō natur Auicenna spricht das d erschlauff sey vil nūzliche alten lewten / wann d ye alten der natürlīchen feuchtikeyt wenig haben / d ye bringt w yder vñ behelt in jnen d schlaff. vñ dauō spricht Auertois/dz alles würckē d natur in en leichnā ist deūūg vnd feucht machen. vnd das wache v zert die selbe/vñ zeucht die inwendigen natürlīche werme an i die glied so behebt sy d schlaff in wedig

¶ Das man mit zū vil schlaffen sol

*Avicenna vñ Almanfor  
vñ dē dō heß  
vñ dā dō ist zū  
Vil wachen al  
die natürlīchen  
die natürlīchen f  
des angehrtes  
truncken vñ tra  
geschicht dē ma  
¶ Auicenna v  
mifflich nī  
¶ Almanfor  
esse pif dz er  
senck hab  
er nach den  
hab. vñ da  
ein weil sig  
spacieren ge  
¶ Auicenna  
wā d selb st  
vñ schadet de  
weg vñ gar  
¶ Galienus*

*Almanfor spricht  
vñ dē dō heß  
vñ dā dō ist zū  
Vil wachen al  
die natürlīchen  
die natürlīchen f  
des angehrtes  
truncken vñ tra  
geschicht dē ma  
¶ Auicenna v  
mifflich nī  
¶ Almanfor  
esse pif dz er  
senck hab  
er nach den  
hab. vñ da  
ein weil sig  
spacieren ge  
¶ Auicenna  
wā d selb st  
vñ schadet de  
weg vñ gar  
¶ Galienus*



¶ Almanfor spricht/ zū vil schlaffē vñ übermaß ist mē  
gūt vnd macht dē leychnā truckē vnd mager vñ voller  
flüsse die do heissen flegma vnd er kelten dē leychnam  
vnd darūb ist zū vil schlaffen mit gūt.

¶ Mit zū vil wachen.

¶ Vil wachen über maß ist schendlich wān es enzündet  
die natürliehen wezme zū vil/ vnd zerstört vnd vderbt  
die natürliehen feuchtigkēyt/ vnd vderbt die gütē gestalt  
des angesichtes des mensche/ vnd macht dē leyb zū vil  
trucken vnd krank / vnd meret die roten colera. vnd dz  
geschicht dē magern leütē.

¶ Auicenna vnd Almāfor schreybē vō dē schlaff d sol  
messigklich mit zū vil vñ zū rechter zeyt geschehē.

¶ Zū welcher zeyt mā schlaffen sol

¶ Almāfor spricht / dz d mensch mit schlaffē sol nach dē  
essē piß dz er empfindet dz sich die speis auß dē magē ge  
sendet hab/ vñ piß d mensch empfindet dz die schwaren als  
er nach dem essen schwär vñ trägt würt sich gemödet  
hab. vñ darūb ist nütz dz d mensch d schlaffen wil so er  
ein weil sitzt nach dē essē dz er dān ei wenig hīn vñ her  
spacieren gee ee er schlaff so setzt sich die speis destet ee.

¶ Das man des tags mit schlaffen sol.

¶ Auicenna spricht. des tags schlaffen sey schendlich  
wān d selb schlaff macht feuchtig vnd macht pöse varb  
vñ schadet dem milcz vnd dem geäder. vñ macht auch  
treg vnd gar vnlustig zū essen.

¶ Schlaffen nach dem essen.

¶ Galienus spricht/ zū stund schlaffē nach dē essē betrü



bet das haubt vñ schadet im vil ser. mag aber d mēsch  
des schlaffes mit geraten so sol er zū dem m̄ynsten zwū  
stund nach dem essen peyten.

**A**uff welche seyten man sich legen sol

**A**uicenna spricht. dz mā dē schlaff sol anhebē auf d  
rechtē seyte darauf sol mā ein weyl schlaffen/vnd dar-  
nach der mensch vmbwendē auff die linck en seyten vñ  
auch darauf schlaffen.

**A**uff dē pauch schlaffē wer es getūn möcht wer gar  
gesundlich wān vō dem schlaffen die natürlich werme  
gemert vñ gesterckē würt.

**D**as man auf dem rug ken mit schlaffen sol.

**A**uff dē ruck en schlaffen ist mit gūt sund schedlich vñ  
schickt dē mensche dz er geneygt vñ enpfenglich wirt  
pöser feuchtikeyt oder siechtums /als apoplexa/daz ist  
d gech tod vñ h̄yrentöbty /dz d mensch auff vert auf dē  
schlaff vñ schreyet als ein vnsmiger vñ dz einē men-  
schen gedunckt ett woz wöll in extruckē vñ mag mit ge-  
redē/vñ dz kōmt alles vō dē plūt des menschen dz sich  
samlet vmb dz hertz/vñ möcht ein mēsch vō stund da-  
von vergeen. darumb sol sich ein yeglich er mēsch dar-  
vor hūten. wann das ist sach das sich manigs mensch  
gesund schlaffē legt vñ würt tod gefundē

**V**on dem schlaff.

**A**uicenna d gross meister gibt ein gemeine nütze re-  
gel vō dē schlaff vñ spricht So d mēsch schlaffē wil so  
sol er das haubt vñ den hals vnd sich sunst überal gar  
warm zū deckē/vñ die prust vñ dz haubt sülle höher li



gen dann die nydern teil des leibes. vñ das macht gar  
güte deüung in dem magē.

### ¶ Von dem schlaffen.

¶ An der summen schein schlaffē ist pōß / vñ an dē mon  
schein noch vil pōßer

¶ Das capitel sagt nun wie man den  
leichnam purgieren vñ reinigen sülle.

**D**lich haltē sülle mit esse vñ trincken vñ schla-  
ffen. Darnach ist nützlich zū wissē wie mā dē  
leichnam reinigen vñ vō dē überflüssikeytē lären vñ  
euacuiere sülle. Als mit laxatiue dz ist mit austreibē  
der argney mit padē mit aderlassen / Von dē hernach  
von yēdē besunder geschriben steet. Vñ zū dē erstē von  
der erzney die do heyst laxatiua.

### ¶ Von dem laxiere

**D**ie natur des leichnās beleibt vñ würt behaltē  
i irē lebē des wesens piß zū d zeit die niemāt  
übertrētē mag / als wir alle sterbē sülle vnd  
müsē. so mā sich ordēlich haltet in dē dimgē on die d ley-  
chnā mit gelebē mag / als an esse trinckē vñ schlaffē So  
nunden menssth ordenlichen lebet democh beleibet der  
natur ettwas über das mit verzert würt vnd dz samlet  
sich zū zeōten von zeÿten in dem menschen / vñ so es mit  
auf getribē würt vñ die natur gereyniget so kōmt der  
leychnā dauō in siechtum. Vnd darüb spricht Auicēna  
dz ein ieglicher menssth zū etlichē zeÿtē in dē iar als im  
mayē sol ein laxatiue nemē dz seiner nat bekūmēlich ist



vñ das zū n̄yessen sol er eines getreue ar̄ztes rat habē  
vñ das laxiern sol stülgang machē vñ harn.

### ¶ Von dem paden.

**D**er leichnam des menschen bedarff auch reynigūg vñ pōser feuch̄t̄k̄eyt die sich samlet zwischē haut vñ fleysch. vñ d̄ye reynigūg sol sein mit paden. darumb solt du in disem capitel leznē w̄ye vñ zū welcher zeit du paden solt.

### ¶ Wenn man paden sol.

**A**vicēna spricht. wer gesuntlich padē wil der sol nach dē essē zehand mit padē. sund so d̄ye speis in dē magē v̄zert vñ v̄deūet ist. das ist des morgēs nücht̄ od̄ zū vesper zeit. D̄z bezeugt Auerrois vñ spricht. wer mit vollē pauch d̄z ist zestūd nach dē essē in d̄z pad geet dē wer dē die löcher d̄ haut genāt por̄ v̄stopft vñ beschlossē d̄z die unrein̄keit d̄ schweiß vñ die überflüss̄k̄eyt mit herauf mag k̄ūmen. vñ v̄ dē verstopffen lauffē die selben von einem gelid in d̄z and vñ br̄ngē dē leichnā grossē schadē. vñ darūb ist vol padē mit gesunt. wān paden zehand nach dē vol essē irret die deūūg vñ zeucht die speys vnuerdeūet in die gelid vñ d̄z br̄ngt manigerley siechtum.

### ¶ Von der zeit des padens.

¶ Rechte zeit des padēs ist so die speys in dē magē v̄zert vñ v̄deūet ist vñ so d̄z gederm gereyniget ist. Also d̄z d̄ mēsch ee zū stül sey gangē Galienus spricht mā sol



so die speiß verdeuet ist vñ der pauch zů dem stul gerey-  
niget ist so wermet dz pad vñ macht gůt deüung / vñd  
kreffiget de magen. Ist aber sach das mā padet ee die  
speiß in de magē verzert würt vñ ee mā zů stul gangē  
ist so geet der dunst in de pauch durch de gangē leichnā  
vñd gelider vñd versert s̄ vil ser vñd macht dz plūt faul  
vñ d selb mist würt vñ d hiez des pades heet in de leyb  
vñd mag d mensch dān hernach nit wol zů stul geen dz  
auch grossē schadē bringt.

**W**ie man sich vor dem pad halten sülle.

**C**onstantinus spricht. ee dz mā zů de pad geet so sol  
mā sich dauor exercitieren vñ üben mit bewegen vñ ar-  
weitē als mit h̄m vñ her geen od̄ sunst wie mā wil das  
d leichnā vor aller erküct vñ er warmet werd̄. dauon  
würt d leichnā geschickt dz d schwaiß vñ die pōß feuch-  
tigkeit hinget vñ die pori werdē dauō geöffnet.

**W**er gern verißt wer wenn der paden sülle.

**C**uicema spricht / wer zů mager ist vñd gern verißt  
were der sol zů stund nach dem essen paden so würt er  
verißt. er sol sich aber fürsehē das im die schwaißlöcher  
die pori zů latein heisset nicht vstopft werdē als vor-  
gescribē vñd schaidenlich gehört ist. wil er sich da-  
vor bewarē so sol er vor ee er in dz pad geet met trinkē  
en. mag er kein met gehabē so sol er hōnig mit wasser  
teperieren vñ sol dz für de met trinkē. ist ei mēsth verißt  
vñ wölt gern mager sein d sol nūcht padē vñ lāg in de



pad beleiben so würt er mäger

¶ Von dem nüchtern paden.

¶ Auicenna spricht wer nüchtern padē wil vñ besorget die rotē colera/ als colerici die hüziger natur seyn / d sol vor ee dz er in das pad geet ett was subtils nyessen als ein hüneerpru oder ein ar weispru, oder sunst ei wenig begossen prot.

¶ Das man nit zu heys sol padē

¶ Auch spricht Auicenna/ mā sol messigliche padē dz ist nit zu heys noch nit zu lang wān vō dē würt d leichnam zu vil erhüzt vñ würt dān gekrenkt.

¶ Das man in dem pad trincken sol

¶ Auicenna schreibt auch dz mā in dē pade nit trinckē sol wed kaltes wasser noch keinerley kalt getrāck noch nach dē pad/ wān zu d zeit die pori dz seyn die löcher der haut offē seyn vñ dye keltin vō dē kalte getranck teile sich in das haubt vñ zu dē herze vñ in die andn edeln gelid des leichnams/ vñ verderbt vñ macht zu nichten ir natürliche krefft.

¶ Wie man sich nach dem pad palten sol

¶ Nach dē pad sol man kein hüzige speys nyessen/ als pfeffer/ knoblach od der gleich / wann dauō gewōnet ein mensch ein siechtum- heist ethica zu latem. vñ dz ist das abnemē.

¶ Wēn man nach dē pad esse sol

¶ Auch nach dē pad sol mā dz esse ein gut lange weil verziehen piß sich die natürlich werme wider inwendig in dē mēschē gesamelt die vō hiez wege des pades

sich auf wer  
den pad sol  
ist in fleys  
dye natürli  
pad gekren  
subtil vñ  
güt zu verd

¶ Nach dem  
leichnam  
sind vñ die  
chnam durch  
schade / Es ist  
föret der sol

¶ Auch ist  
tem wasser  
et das ist pi  
wasser an d  
das die über  
vñ Und dar  
dich zu stund  
medu es erle  
hat por: s g  
solle da di  
zu kalte sy



sich außwendig in dem leichnam getoylt hat. vnd nach dem pad sol man sich hüten vor grober speiß. Als dem ist rimfleyßch / schweynimfleyßch. vnd ir geleych. wann dÿe natürlîch werme vnd die deüunge ett was von dem pad gekrencket ist. Vnd darumb sol man nach dem pad subtil vnd gering speyß nyessen dÿe leichtglichen vnd gut zü verdeuen sind.

**¶** Das man sich nach dē pad warm fülle halten.

**¶** Nach dem pad sol man das haubt vnd den gannezen leichnam warm halten. wann die pori dannoch offen sind. vnd die außwendig keltim gre et hin eyn in den leychnam durch die selben löcher. vñ bringet gar oft grosse schade / Es ist auch zü wisse wer das fieber hat oder dē störex der sol nicht paden

**¶** wie man sich in dē pad mit kalte vnd warmem wasser halten fülle.

**¶** Auch ist zü wissen das man sich in dem pad mit kaltem wasser nicht paden sull piß man gar wol erschwitzet das ist piß man schier will auß geen / wann das kalt. wasser an dem anfang des pades verstopft dÿe poros. das die überflüssigkeit mit mag ganz her auß geschwizzen / Vnd darumb so du in das pade kommest. so solt du dich zü stund begyessen mit warmem wasser als warme du es erleyden magst. Das öffnet dir dÿe löcher der heüt poris genamte / vnd so du auß dem pad wilt geen so solt du dich begyessen mit külem wasser / das doch mit zü kalt sey. als eyn wenig kület oder lab. vñ dz erfricht



Dye gelider des leychnams dye von der hiez wegen des  
pades gkrenck et sind vnd krefftigt den leychnam vnd  
treibt dye natürlichen werme dye von der hiez des pa  
des sich außwendig in dem leychnam geteylt haben wi  
der hin ein vnd dauon werden gekrefftigt dye inwen  
digen gelider. Als d magen vn die andern vn krefftigt  
die natur dz sy de pösen schweiß treibt vō dē hertzen.

**C** Ein gemeine kurze lere vō dem paden

**C** Die meister geben eyn kurze lere von dem paden vnd  
sprechen. So du paden wilt. So bewege dich vor vnd  
exercitier dich mit spacyern eyn gute weyl piß das du er  
warmest. Darnach so gee in das pad vnd beleyb an eyn  
er külen stat vnd erschwig do vnd laß dich reyben vnd  
dem darnach begiessen mit einem warmen wasser. dar  
nach siz an ein wermere stat in dem pad. Vnd darnach  
aber wermere. Also nach eynander ye paß piß du gleich  
woler schwigest Vn darnach so wasch dich mit wasser  
das nicht als heysß sey als das erst. Vnd zu dem letzten  
mit einen külen wasser das doch nicht zu vil kalt sey vn  
in dem pade sol man still sey on geschrey. Vnd so du auß  
geest so halt dich warm.

**C** Von dem wasserpad.

**C** In wasserpaden ist gar gesundt zu paden So man sy  
machtet von reynen süßen flyessenden wassern. Vnd es  
sol nicht zu vil heysß sein. Man sol dareyn sitzen vnz üb  
er den nabel. vnd nicht vnz über dye prust. auff das das  
herz nicht zu onmchtig vnd zu vil krank werde. Das  
paden ist vil nütz vnd gesund dem menschen der dē stein



hat. vñ das gr̃ym̃ē in dem leyb. vñd s̃unst z̃u and̃n  
dingen.

**¶** Wie man sich nach d̃e pad haltē s̃ull.

**¶** So du gepadet hast so leg dich in eyn pedt vñ laß  
dir die f̃uß reiben mit salz vñ mit essich. das machet  
lustig vñ zeucht die p̃ösen h̃icz auß dem leichnam. auch  
in d̃e pad solt du dir d̃ye f̃uß lassē schaben mit eynem  
messer an den solē. **¶** Von d̃e schlaff nach dem pad  
**¶** Auicēna spricht / ein ṽeyst̃er mensch so er auß dem  
pad geet d̃ sol mit zestund darnach esse / er sol vor einē  
schlaff th̃un.

**¶** Wz ord̃elich padē d̃ natur nutz bringet

**¶** Almasor vñ Auicenna sprechē / Ord̃elichen padē  
als hie vor geschriben steet bringet gar vil nutz / vñ  
hilft dem leichnam / es macht in feucht / vñ verneuet  
die löcher der heüt. vñd reyniget die natur / vñd offnet  
poros vñ bringet g̃uten schlaff. vñ macht subtil. vñd  
vertreybt wetagē vñ müde. vñ schicket d̃e leychnam  
wol z̃u der speiß.

**¶** Von dem vngeordneten paden.

**¶** So man aber vnord̃elich padet / das ist z̃u vil heiß  
vñ z̃u lang / vñ mit vollē pauch padet / So bringet es  
die nachgeschriben schaden / Es verderbt. zerstört vñ  
m̃ydet die kraft der natur / vñ h̃iziget das hertz / vñ  
machet so onm̃chtig das d̃ mensch s̃em selbs incht en-  
pfindet / vñ macht vnlustig. vñd f̃üllet den leychnam  
mit p̃ösen feucht̃l̃eyten.

**¶** Das Capitel sagt ñur von dem aderlassen.



**D**er leychnam des menschen bedarff auch zu  
der gesuntheit das er gereyniget werd vñ  
der überflüssigkeit des plütes wam so seint  
zu vil würt in dem menschen so würt es corumpiert  
vñ faul durch einander vñ verstopfft das g ader vñ  
mit namen geschicht dz oft müßigen leütē die vil vñ  
lustig klichē mit guter speyse gespeysset werden. Vnd  
so des plütes also zu vil würt vnd corüpiert vñ faul  
würt durch eynander so ist es sach grosser siechthum  
Vnd darumb bedarff man wol das man wiß wem  
vnd wie das ist zu welcher zeit in welcher maß vñ  
zu welcher ader. Vnd fur was siechthumb vnd war  
zu ein yeglicher mensch lassen sül / vñ von allē dem  
sagt diß capitel nach auß wryfung vnd lere der hohen  
meister in d arzney ¶ Das mā mit zu vil lassē sol  
¶ Almanfor spricht. Es sol nyemandt zu vil lassen  
wam dauō des mensche complex pōß würt. Das ist  
dz der mēsch der zu vil laßt vñ eynes gūten complex in  
ein pōsere ver wandelt wirt. Auch xirt d mensch da  
von geneigt zu d wassersucht vñ verderbt sein begre  
zu esse vñ kōmt dauō krankheit des herze / des magē  
vñ der leber. vñ die gelider wer dē dauō zittern. auch  
kōmt dauō paralisi vñ apoplexia der gäch tod. Vnd  
die natürlichē krefft wer dē dauō gekrenct.

Von dē stundē des aderlassens

¶ Auicenna spricht. das das aderlassē hab zwū zeit  
darinnen man lassen sol / Die erst zeit ist auß erwelt  
die ander ist bezwungen



### Von der ersten stund

Die auß erwelt zeÿt des aderlassens ist an einē klar en liechten tag zu der tercz zeÿt so dyē deuung in dem mēschen volbracht ist. vnd d̄ mensch den leychnā vor mit harn vñ stul wol gereyniget hat. vñ nicht ee sol man aderlassen.

### Von der zeÿt des aderlassens

Es ist auch zu wissen das dz aderlassen zuw̄ auß erwelte zeÿt hat in dem iar in dem es dem leychnā aller meist fügsamliehen ist. das ist der Lenz der hebet sich an an sant Peters tag Cathedra vnd weret piß auff sant Urbans tag. Die ander zeÿt ist der herbst/ Vnd hebet sich an an sant Bartholomeus tag vñ weret piß auff sant Clemens tag.

### Ein güte ler.

Etlich lerer sprechen man müg nach essens lassē zu der leber/wider die ist Quicerna der vor in allē mer bewert ist der spricht Man sull alle mal nüchter lassē anß genūmen zu der zeÿt der grossen notturfft. Als zu hant hernach geschriben steet.

### Von der andern stund des lassens.

Die ander stund des aderlassens ist bezwungen od grosse notturfft. das ist so man ye lassen müß vñ des nit geraten mag. Als ob eynem mensche die trüsen od pestilenz anstieffen der mag lassen zu aller zeÿt vñ be darff nichz daran scheühen

### So lassen verpoten ist

Es sol auch nyemant zu d̄ ader lassē so es gar kalt ist oder gar heÿß wān es wer gar schedlichē. Dz ader



lassen wil ein mittel zeÿt habē dÿe wed zū kält noch  
zū warm ist.

**¶** Wer mit lassen sol

**¶** Wer einen pösen magen hat vnd eÿn kalte lebern  
dem ist aderlassen mit gesunt.

**¶** Das man nicht lassen sol.

**¶** Auch ist mit fleisch zū mercken vñ zū wissen / das zū  
stunden nach grosser arbeit vñ nach grosser hiez nach  
vnkusch / vñ nach dem pad. vñ so der menschlaxus  
ist gewesen das ist. so er vil stül hat gehabt mez damt  
sein teglich gewonheit ist. vnd so sich der mensch ge-  
prohen hat vñ nach grosser wachē nyemant zū der  
ader lassē sol / wān es bringet törtliche schadē

**¶** In welchem alter man lassen sol

**¶** Auch spricht Auicenna / das nyemandt lassen sülle  
der vnder vierzehen iare ist.

**¶** Wenn es gesund sey  
**¶** Wer od welches die mensche sind die aderlassē sülle  
daud spricht Almanfor. Die mensche dē ir adern vel  
vñ preÿt sind vñ storge / vñ menschen dÿe praun sind  
vñ rot vñ vil fleisch haben. vnd die menschen dÿe vil  
vñ vngewonlich fleisch essen vñ wein trincken. Vñ  
die mensche die gewonlich vil geschwer vñ trüsen ha-  
ben an dē paimen od sunst an dē leib. vñ menschen die  
dz fieber oft an lōmt. die müge lassē wenn sy wollen  
wer lang krank ist gewesen sol mit lassē piß er gācz  
wider gesunt wirt.

**¶** Wēn mā sol auffhören

**¶** Auicenna gibt ein lex wēn man auffhōrē sol / vñ spr-  
icht / wēn du adlassēst so merck dz plüt / Ist es dick vñ  
schwarz so laß geen piß es sich verwädelt Ist es aber



weißfar vñ dānn vñ subtil so laß nicht vil wānn dz  
wer ein zeyche dz dir sem mit not wer laßt du darüber  
vil her auß geen es bringet dir schade

**¶** Wer mit ader lassē si ll

**¶** Auch ist zū wissē dz nyemāt zū ader lassen sülle dez  
vnlustig ist zū essen die weyl er vnlustig ist Er sol das  
ader lassē verziehē pñ er wider lustig vñ begyrig wir  
det so sol er lassen das bekōmt im wol

**¶** Ein güte ler vō dē lassen

**¶** Auch spricht Auicenna das nyemant lassē süll an  
dem fieber so in das angeet/ noch an der stund so in dz  
fieber angeet. es sey mit keltin oder mit hiez. welches  
fieber das sey das all teglich oder das and teglich. od  
das dritt teglich. wid die ler thun vil mensche/ vñ dar  
durch kōmen sind zū grossen schaden

**¶** Ein güte ler so du pōß geplüt hast

**¶** So du pōß plüt hast gelassē so solt du darnach als  
pald mit mer laßen als vil torheitē leüt thun. du solt  
dich speyßen mit subtiler speiß da sich das plüt vō pēß  
ert vñ adelet Als gering subtil speiß. vñ lauter subtil  
er wein

**¶** Dz mā oft lassē sol vñ wenig

**¶** Es ist besser oft zū ader lassen vñ ein wenig dānn  
vil zū einem mal

**¶** Ein güte ler

**¶** Auch ist zū wissē das keyn trunct ner mensch sol zū  
ader lassē pñ er nüchter wirt

**¶** Mer ein güte ler

**¶** Auicenna spricht. Ein mensch dez geschlagen oder  
gestosse würt. oder gefallē hat/ der sol zū stund zū ad  
lassen das das plüt mit gerat zū grösser schaden



**¶** Wer lassen sol

**¶** Wer vil schwiget vñ gern schwiget das ist eyn zeichen das er des plutes zu vil hat. der sol aderlassē

**¶** Wie man sich nach dem aderlassen halten süll

**¶** So der mensch gelassē hat / wie er sich darnach halten sülle. Solt du wissen. das nach dem aderlassē als pald nyemant schlaffen sol. so sol sich auch nyemandt darnach als pald zu vil zu füllen mit essē vñ mit trincken. vñ darumb spricht Auicenna. der aderlasser sol nicht fressig sein. vñ die speyß sol subtil sein die schyer verdeüet sey. vñ gut plüt mach. Nach dē aderlassē sol sich nyemant beweigen mit grosser arbeit piß er darnach zwē tag oder drey gerüet. Es ist gut das d aderlasser an dem rugken lig vñd rüet. das ist dem plüt bequemlich / doch sol er an dem rugken mit schlaffen als vor von dem schlaff auch geschriben ist **¶** Es sol auch niemāt zu stüd nach dē lassē padē piß an dē vierdē tag

**¶** Vō dē tag so du lassē wilt.

**¶** Auicenna spricht / so du lassē wilt so solt du dir auß er welen einen klaren tag. **¶** Von dem laßeyßen

**¶** Das eyßen do man dir mit lassē sol dz sol in dē winter grösser sein dān in dem Sumer **¶** Von dē lenczen

**¶** In dem Lenczen vñd in dem Sumer solt du lassen von der gerechten seyten an dem leychnā. In dē wintē vñ in dē herbst vō der linczen. **¶** Von jungē mēschen

**¶** Jung mensche sülle lassen so der Mon new ist. vñd die aitē so er alt ist. **¶** In welchē monat gut lassē sey dz vñdest du geschribē vō dē ansäg vō dē monaten



### **¶** Wenn man aufhören sol

**¶** So der mēsch zū der adern last vñ an dem antluz  
pleych wirt vñ im d̄ye puls krank würt so sol er auff  
hören.

**¶** Was schadēs dauō kōmt

**¶** Almanſor spricht. so der mensch dz ader lassen über  
geet zū vil da kōmt von trūsen geschwer vnd plattern  
vñ das fieber. frenesis. das ist hirntöbig / vñ ettwen  
der gäch tod vñ aussezikeyt. vñ and siechtumb vil  
vñ mert die natur an iungen leuten. Darumb spricht  
eyn meister / Der iung mensch sol messig vnd k̄wisch  
sein mit essen vnd mit trincken. oder sol zū ader lassē  
oder helfen oder sterben / Nach dem ader lassen solt du  
dich hüten vor allen speisen die stopffē. als essich / pirē  
kās. vñ durz gesalzē fleisch wān sy schädlich sind.

### **¶** Zū welcher ader man lassen sol

**¶** wie man zū einer yeglichen ader an eyne yegliche  
teil des leitnams für einē iegliche siechtum lassē soll  
das vñdest da hernach geschribē von einer yegliche  
ader besuuder /

### **¶** Von dem haubt

**¶** Das haubt ist das würdigest an dem leichnam vnd  
darumb will ich an dē haubt anheben

### **¶** Von der adern der stirnen

**¶** Ein ader ist oben an der stirnen die ist güt zū lassen  
für grossen alten siechtumb oder weetagen des haub  
tes vñ für frenesim / dz ist hörntöbig vñ vnsinn / vnd  
so ein mensch von seinen sinnen ist kōmen. vñ bringet  
wid dz corumpiert vderbt hyrn vñ hilfft für auffaz

*[Faint bleed-through text from the reverse side of the page]*



### ¶ Von den adern hinder dē ore

¶ Zwü adern sind. eine hinder dem rechten ore. Die  
andere hinder dem lincken. beyd gut zū lassen/ so mā sy  
laßt das macht gut gedechtnuß das zū lateyn heisset  
Memoria. vnd reynigen das antluz ob es malig od  
flecket ist. vñ ver treibt dýe fluß des haubtes/ genant  
reüma/ vñ vtreibt die fluß der zen vñ des zanfleisch  
vñ sind gut zū lassē für alle weetage des mundes.

### ¶ Von den adern an dē schlaß

¶ Zwü adern sind an dem schlaß/ eine an der rechten  
seytē. die ander an der lincken seyten/ Die sind gut zū  
lassen für weetagen der oren/ für den fluß vñ grosse  
weetagen der augē

### ¶ Von den adern in den augen

¶ Zwü adern sind in dē eygē der augē bey der nasen  
Eine an der rechten seyten/ Dýe ander an der lincken  
dýe sind gut zū lassen für dýe däncklin oder vinstein d  
augen. vnd für die mal der augē. vñ für den nebel vñ  
fluß der augen

### ¶ Von dē adern in dē oren.

¶ Zwü adern sind in dē oren/ Eine in dē rechten/ dýe  
ander in dem linckē. dýe sind gut zū lassē für das rissen  
vñ dz zitteren des haubtes vñ für die unreinikeyt des  
mundes.

### ¶ Von den adern auff der nasen

¶ Ein ader ist vornē auff dē spitz d' nasen die ist gut zū  
lassē so dē mēschē dz haubt schwer ist vñ flüssig. vnd  
ist gut für dē fluß d' augē.

### ¶ Von d' adern in dē mund

¶ Zwü adn in dē mund sind gut zū lassē für die mal



vñ platern des anflucz vñ für de wetagē des haubts

**V**on der adern an der zungē

**Z**wū adern sind vnder der zungen / so mā sÿ last so sind sÿ güt für die flūß vñ für de tropffē / vñ auch für allen weetagē d'zen vñ des zāfleischs / vnd für d'ye trūsen vñ geschwere der kelen vñ des hals / vñ für de pösen siechthum Apoplexia. vñ für die hūsten vñ für de weetagē des mundes d' packē vñ d' kinstock.

**V**ō d' adern vnd de kÿn

**E**in ader ist vnd de kÿn. so man sÿ last so ist es güt für de weetagē d'x prust man vñ frauwen / vñ für den weetagē des haubtes vñ d' prust. vñ für dz kreczē in de mund vñ für de stinckende atem / vñ für die geschwer in d' nasen.

**V**ō d' ad an de nack

**E**in ader ist hinde an de nack / so mā sÿ last so ist sÿ güt für de weetagen des haubtes / vñ ist güt für d'ye torheit od' wütē vñ tobē die do kōmt vō krankheit des haubtes d' stirnē vñ des hÿrens

**V**ō de adern an de hals.

**Z**wū adern sind am hals. Eine vornē. d'ye andern hinde / so man sÿ last so sind sÿ güt für die geschwulst des zāfleischs vñ kmpackē. vñ für trūß vñ geschwer d' kelen. vñ zū d' ad sol mā lassē mit grosser fürsichtizheit / **V**ō d' haubtader. Die haubtad so mā sÿ last so ist sÿ güt für alle wetagē ses haubts vñ flūß d' augē. vñ für de hinfalle de siechthū / mā mag die ad lassē an de arm od' an der hende / Man mag auch zū



der haubt adern lassen wēn es not ist vñ so es güt ist  
doch besund vor andern zeyten ist aller pest die haubt  
ader lassē nonas aprilis / dz ist an dē nechste tag nach  
sant Ambrosij tag od zwen od drey tag dar vor.

**Von den adern auf dē rippē.**

**Z**wei adern auf dē rippē der rechte seite die sind güt  
zu lassē für dz zittern vñ dz strackē d adern an dē armē

**Von der leber adern.**

**D**ie leber ader so man sy last an dem rechten arme  
an den hende an den vngern so ist das lassē nüz zu d  
leber für alle überflüssigkeit vñ siechthum der leber vñ  
der priest / auch der lungē / vñ für die überflüssigkeit d  
gallen die do kömt von der hiez der lebern / vnd für dē  
weetagen der zen / vnd für weetage des rug kēs . der  
ripp . der seyten vñ aller gelider . vnd für das fließen  
des plütes an der nasen / vnd für das kragen der heüt  
wēn sem dem menschen not ist . vnd so nach dem mon  
at vnd dem zeychen güt lassen ist . so mag man zu der  
leber lassen / Aber besunder vor andern zeyten ist an  
dē aller pesten zu d leber lassē nonas may . dz ist an dē  
nächste tag nach Johis ante portā latinā / Zu d leber  
ist alle zeit güt lassē für dz fieber . dz ist für dē störet

**Von den adern der Elenbogen**

**Z**wei adern sind auf den Elenbogen an beyde armē  
zu den selben adern lassē ist güt für weetage der priest  
vnd der lungen . vnd so man den atem nicht leichtig  
lich gehalten mag / vñ für den schwindel . vnd für dē



Krampff vñ für dē hñ fallende siechthumb

¶ Von der Median.

¶ Die Median ader so man sy laßt. dz ist güt wid all geprechen der deüung / vñ für alle weetagē der prust des herzens. des magens des milcz / der lebern vñ der seýten. vñ wider alle siechthumb der lungen. vñ zū allen zeyten in dem iar so güt laßen ist. mag man zū dē median lassē / Aber besunder vor andern zeyten in dē iar ist aller pest lassen zū der Median. Nonas Sep = tembris das ist an dem vierden tag vor vnser frauen tag Natiuitatis.

¶ Von den adern des daumen

¶ Zwi adern auff dem daumen an der rechten hēde so man sy laßt das ist güt für weetagen des haubtes vñ fieber.

¶ Von dem kleinen vñger

¶ Zwi adern sind auff dem kleinen vñger an beydē hēdē. so man sy laßt das ist güt für die verstopffung der prust / vñ für vnlust der speyß oder zū esse / vñ für die gilben oder pleich in der augē vñ des antluz.

¶ Von dem gemacht

¶ Ein adern ist vornen oben auf des mānes gemacht so man sy laßt das ist güt für die wassersücht vñ für alle siechthumb des gemechtes

¶ Von dē adern vñ dē an dē gemacht. ¶ Ein ader ist vñden vñ zū voran des mānes gemacht bey dem pucio / so man sy laßt das ist güt für den Krampff vñ für dē siechtum Colica passio. vñ für die geschwulst des gemacht vñ dē harmstei so mā mit harmen mag



Von den adern an de diehern

¶ Zwei adern an den diehern / vñ zwü an de schimpein  
en. So man sy last das ist gut für siechtumb vñ ge  
prechen der nyern / der plasen vnd alles in ge weydes  
vnd für eynen siechtumb heyst Artetica / vnd für den  
siechtumb podegrā / vnd für das starre des geades  
vñ des ganzen leichnams.

¶ Von den adern in der knye kelen

¶ Zwei adern sind in den knye kelen. So man sy last  
das ist gut für weetagen vñ geprechen der plasen der  
lenden. des gemechtes. vñ für alle siechtumb dye do  
hassē Artetica. die machē starck pain vñ füß.

¶ Vñ frauen adern vnd de entckeln

¶ Zwei adern in wēdig vnder den knorren oder entck  
len an beiden füßen So man sy last dz ist gut de frauē  
nach der gepurt das reyniget dye müter. das sy wol  
geschickt werde zu enpfahen. Es ist auch gut de frauē  
dye ire recht nit haben. den bringt es ire recht wider  
wann den frauen den ire recht auß beleybē ee d zeyt  
den bringt es grosse schade.

¶ Von den außern knorren

¶ Zwei adern sind vnder de außern knorre od entck  
len an beyde füßen / so man sy last das ist gut für dye  
weetagen der plasen / der mit geharm mag de hilfft es  
wol. vñ ist auch gut für den weetagen der nyern vñ  
für trüsen geschwer vnd geschwulst des gemächz od  
des geschrotē.



### Von der grossen zehen

Zwü adern sind auf der grossen zehen an beyden füsse. so man die last/das ist gut für platern vnd mal vn fleck des antluz/vn für röte in de augē. vn auch für flüßs der augen/vn für de Krebs. vn für die überpaim die do wachssen an den schimpainen/ Es ist auch gut so die frauē ire recht zu vil habē. **V**ñ d klein zech  
Zwü adern sind auff d kleinē zechē an beyde füsse genannt dye gicht adern. So man sy last das ist gut für de siechtum d niern vn besthörtüg d gelyd/vnd d parley/vn für das gicht vn de tropffē

### Wie du dz plüt solt vrtailen

**A**ber hie vor ist geschriben wie man aderlassē sol vn von welchē adern/ Nun ist auch nütz vn klüg zu wissē wyē mā an de plüt dz mā gelassē hat krankheit od gesuntheit erkēnen sol/ **T**a vō solt du wissē/so du gelassē hast so setz dz plüt alleweg in einē schatē do es wed kalt noch warm sei piß es gekült vn gestet/darnach solt du es sehen. Ist das plüt obē weis gestalt als des mēsthē speichel das be- deütet dye hütē vnd das der mensh an der lungen siech wil werde oder ist. Ist dz plüt weichs elfar. so ist die leber krack vñ hig. so es schwymet in dem wasser so hat d mēsch de stey. ist dz plüt truckē on feuct til eit vn hat manigerley farb als ein rot gestrafft tuch. dz mēsch ist geneigt zu de siechtum paralish/ So das piüt grünfarb ist vn wasserig vil. d mēsch ist krank an de hertzē vn in d prust. oder er würt siech lebt er mit rag



hat das plüt ein liechte dünne haut. der selbig mensch  
ist oder wil krank werde zwischen haut vnd fleisch  
vñ grünnig vñ krezig / So aber körnlin in dem plüt  
schwömen der selb mensch hat oder wil geschwer ge-  
wömen / So das plüt schön ist mit zu truckē noch mit  
zu feucht / vñ der zeichē nit hat von dē do vorgeschri-  
ben steet / der selb mensch ist gesunt on zweyfel.

**D**as Capitel sagt dem wülen oder  
prechen das oben zu dē mund geschicht:

**A**uch nach dem aderlassen als dauor geschri-  
ben ist / so bedarff d lachnā dz er gereymiger  
werd vñ überflüssikeytē der natur die sich  
samlet in dē orificō stomach dz ist obē in dē mund des  
magens vñ die Euacuatiō dz ist die reinigūg sol zu dē  
mund her auß geschehē mit prechen.

**V**ō der gesuntheit des vñwüllens

**A**uicenna spricht. Ein yeglicher mēsch der gesunt-  
heit will pflegen der sol sich darzu üben das er sich in  
yeglichem monat zwen tag nach einander preche vñ  
fomitum habe / vñ spricht mit namen zwen tag nach  
ein ander. was an dē ersten tag sich mit dē fomitum  
das ist mit dem prechen mit gereinigt das es geschech  
an dem andern tag / vñ das gepeütt Hippocras vñ sp-  
richt dz d vomitus dz ist das prechen dē menschen ge-  
sunt behalt.

**W**en es güt sey

**A**lmanfor spricht. das es gesunde sey das sich der  
mensch in yede Monat ein mal zu dem mynsten oder  
zwar preche. Es sol aber nicht nüchter geschehen / So



du dich wilt prechen als vorgeschriben ist / So solt du  
manigerley speiß essen das du gleich vol seÿest. vnd  
vil trincken. Ist aber sach das du dich nicht prechen  
magst on weetagen so ÿß dich vol manigerley speÿs  
vñ trinck vil darzu. vñ so du von dem tisch geest so te  
inck einen guten trunck warmes wassers vnd beweg  
dich vñ lauff hin vñ her so bewegst du dich on schm  
ergen vñ du solt es thun nach de morgē essen.

#### **V**on seimer tugent.

**C**auicema vñ Almanfor sprechen. dz das prechē dz  
im der mensch in dem Monat eyn mal selber ma chet  
als vor geschriben ist. bringet dem leychnam vil hilff  
Es reyniget de magen von pösen schädlichen feücht  
keÿten vñ macht lustig vñ gut de wung / vnd treÿbt  
aush flegma vñ Coleram die beyde vil schadēs bring  
en so sy mit dem fomitu. genant dz prechen auf  
getribē werde. Der fomitus macht dz schwer haubt  
leycht oder gering. so man thut als vorgeschriben ist  
vñ macht die augen klar vñ lauter / vnd ist nütz dem  
in des magen colera ab geet vñ dÿe speÿß verderbet  
vñ ist gut für die geschwere die do werde an de niern  
vñ an der plasen / vñ ist gut für dÿe aussereÿt / vnd  
für pöse varb. vñ für die verstopffung des magē / vñ  
ist auch gar gut für das zittern des leychnams / vñ für  
das paralif

#### **W**enn das prechen gut seÿ

**D**er fomitus. dz ist das prechen oder vnderwen ist  
allemeyst nütz vnd bequemlichē den dÿe do Colerici



sind vō natur vñ mager. Des vomitus des zū vil ist  
vnd geschicht der schadt sere /es macht den leychnam  
trucken vnd durz. vñ schadt dem magen. den augen  
der prust. der leber vñ der lungen. vñ zū reißt das ge-  
äder in der prust

**E**in gütelez für das vndeüen.

**W**ez sich aber zū vil pricket dez sol gedenckē das er  
vast vñ vil schlaff. das hilfft in. vñ sol pflaster ma-  
chen über den magen von hizigen dingen. Als kumel  
vnd sein geleych. Hilfft dz mit so sol er milch vñ wem  
warm durch einand trinckē

**W**ie man sich darnit halten sülle

**S**o d mensch wil sformiern das ist sich prechē will  
als vorgeschriben ist. so sol er die augen zū haben mit  
einem tuch das nichz her auß fließ. vnd sol den pauch  
zū pntden mit einem linden tuch. vñ senfft. das er mit  
ser gepunden sey

**W**ie man sich darnach halten sülle

**W**ie man sich darnach halten sülle. als man sich ge-  
prochen hat. dauon solt du wissen das gut ist nach de  
prechen lang vasten piß d ye begir zū esse starck würt  
vñ vast lustig. Nach de vomitum sind gesund /leicht  
gering speiß die schier verdetwet sind. als klein vögel  
oder sunst leicht speys /so sich der mensch gepricht als  
geschriben steet. so sol er darnach messig kliche vñ kül  
paden. nach de prechen sol der mensch ruen vñ on ar-  
beyt sem. vñ sol wasser vñ essich durch einand mische  
vnd sol das anlucz vnd den mund darnit waschen /



Das zeücht im die schweeren vnd pösen dünst auß dē haubt  
vñ er sol sich hüten vor trincken.

Das tapitel sagt von dē cristiern.

**A**uch solt du wissen das dñe natur des menschē  
bedarff zū der gesunth yt ett wen einer Eua cu-  
lacio vnd reynigung / das ist cristiern / Vñ von  
dem spricht Auicenna das es gar eyn edel heylsam arz-  
ney sey / vnd treib alle über flüssikeyt der obern vñ edlen  
gelider an dem leichnam auß als des haubtes - des hertz-  
en vnd der andern nüglichen vnd gesundlichen gelyder  
Darumb sol sich nyemandt dar vor vörchten / wann es  
ein edle nügliche arznei ist / vñ man mag sy en allē scha-  
den nemen / Wye man sich aber cristiern sülle / Jetm do  
sol man eynes getreue arzates rat pflegen Das cristier-  
en ist gesundt der nyern / der plajen / vnd für die pösen co-  
lera / vnd ist nüglich allen obern gelidern an dem leych-  
nam als vor gestriben steet.

¶ Von dem lufft

¶ Von dem lufft do du innen wonest / vnd wie der sein  
sülle das ez dir gesuntheyt behalte / Der lufft sol mit ver-  
mischet seyn mit dünstē / mit rauch / mit nebel / wann der  
vermischet lufft schadet vil sere dem menschen - Darumb  
solt du dich vor pösem lufft hüten /

¶ Vñ pösem lufft

¶ Auicenna spricht / so es lang vnd vil g. regnet hat da-  
von so wirdet der lufft vermischet / so solt du dān guten  
wein messiglich an trincken das temperiert vñ verzert  
dē pösen lufft ¶ Wie man sich in pösem lufft haltē sülle

¶ Auicenna spricht / So der lufft vermischet ist so ist güt  
dñ mā essig in d speiß riech vñ in die nasē streich vñ darā



riechen fülle. das verzert den pösen luft. vnd das ist be-  
sunder gut zu der zeit der pestilenz.

**V**on dem pösen luft.

**S**o der luft vergift. vermischet vnd pös ist / als so es  
vil neblet vnd regnet / vnd so es kalt ist so es warm solt  
seyn / So solt du ein rauch machen in deinem gemache do  
du innen wonest vnd schlaffest / mit wechalter Stauden  
dz ist gar nüz für pösen luft. Auch solt du dich mit fleiß  
hüten vor 3 standt vnd pösem rauch wann er corrum-  
piert vnd vergift die gangen natur

**D**is Capitel vñ dz dritt

sagen nüz von der pestilenz

**D**as dritt teyl dis büchs sagt von dem siechtum  
Epidimia oder pestilenz. das ist gesprochē zu  
teutisch der gem. ein sterben so dye menschen ge-  
meynlich an den trüsen oder plattern sterben. vñ ist ge-  
teylt in drey teil. **D**as erst sagt / wye man sich halten  
fülle mit allen sachen in der zeit des geprechens / **D**z  
and sagt von etlichen aderlassen vnd arzneey der man  
pflegen sol / ob man mit gotes hilff vor dem geprechen  
sicher will sein. **D**as dritt teyl sagt. ob einen mensche  
der geprechen anst yeh wye vnd wo man dar für lassen  
fülle. vnd wa: man nach dem lassen thun fülle. Von de  
sachen dises siechthums nach gemeynen leufften der na-  
tur. Schreyben dye natürlich en meyster. das er gemeyn-  
glichen kōme von der vermischung des luftes mit sau-  
len vergyfften dūnsten vnd feüchtikeyten / vnd dz ettwē  
geschicht von dem lauff der planeten. Etwen von dem

in die f  
chitert v  
sen vgyff  
ent auf d  
de fiedaf  
chitert die  
von wirt d  
das vgyff  
so send man  
war zu sch  
kōme zu de  
die lewt hal  
wafung de  
  
u de  
her  
ken d  
soll man sich  
mag da feil d  
mef dyen sterb  
hen meyster f  
handig vñ die  
anden an ley  
man in den w  
perieren mit  
beris vñ das  
nig wechalt