Quelle: http://manuscripta.at/?ID=26592
Copyright: Admont, Benediktinerstift

stipture. et nullam assiat rem dulcem

4m Deinde Immediate se ponat ad dormiendum
super latere dextro primo Et si no pt
dormire sup dicto latere ponat se sup
sinistro. Ita ut post solutiu assimpcoem
iaceat per horam cum dimidia et no plg
quo tempe coppiatur dormire tm per
horam et non plus

5m Transacta uo dicta hora cum dimidia
tmis Immedte surgat et no ultius dormiat
sive plus dormiuerit sive non. deinceps
tg non dormiat sz immedte cum surrexerit
cum pauno suauiter calefacto sibi lenter
fricet ber sius dorsum stomachi ventre
et ylia Et pannu caliter sicu suauiter
calefactum dimittat sup dictis stomaco
ventre et ylis

6m Et postq surrexerit stet sedens q ffuor horis
nichil comedendo nec bibendo q tempe
plurues suauiter cum deambulet / et
partem eius sedendo prout sue natuze
est gratius

7m In dicto uo primo et hora postq sur
rexerit debet sumpsimat pro lauatiuo bum
catum ad minus q contineat sp bucaz
aque ordei coportiuati calefacti et no sp ut
et sine zucro

8m Et immedte post assimpcoem dti solutiu