Quelle: http://manuscripta.at/?ID=30488
Copyright: Heiligenkreuz, Zisterzienserstift

Lessu dy ader an der lunyen ader an der brust
Du magest auch nemen erzenay trank
Und auch wandern sicher ybe: land
Der leur besschwert das herz vnd den magen
Auch der selben ader salstu keyne lassen zehen
Nawe kayder salstu nycht an zyhen
Und vn dem zaychen salstu fryntschaft fliehen
In dem zaychen das dy sunnfrau hayst hurdych eby
Das du nycht zuuyest zudem elichen leben
Vnder man magt wol sehen zuder selbigen zayt
Bdach auff dem wasser faren du fermayd
Sycht las zu ader an den haymlichen stetten
Wen der mande vn dy wage ist zeuerten
Auch salstu keyner erzenaye pflegen
Und baden salstu lassen vnderwegen
Der scorpio der haymelichen stet mest
Das stehym weme das nut vmat besschwert
Auch salstu haylen kayne wunden
Und auff das wasser ze zu kayner stunden
Der man der ist den hussen schedelich
Wen er ist mdem schuzen schtetyklich
Zu wandern ist auch gute zayt
Vber wasser faren du fermayd
Keyne erzeney nutze zudem prayne ist
Da der mande vndem stuymbark ist
Auch was man bawen anhebt nder stund
Das behelt selten aynen festen grunt
Wem beyn las kayne ader zan
Wen der mande ist vn dem wasser man
Baumen pflanzen salman
Anorhe geban magestu wol heben an
Da der mande vn dem fische say
An den fusen pflege dayne erzenay

Stetten / Dann der Mangel dessen, ist
anders nicht / dann letzstlich mit
dem tod enden. Erstlich da es
verstanden zu fürdern / solln von
Cauterm