Quelle: http://manuscripta.at/?ID=660
Copyright: Klosterneuburg, Augustiner-Chorherrenstift

hat yn den hertzen zu nemen dy
speyse · ader das avsser nemen der
speyse · alsd der ynner wille gebeut
vnd schafft ¶ Das vierde ist dy
gervnnheyt zu nemen dy speyse ·
weme so man eyn dyng offte tut
So machet ys eyne gervnnheytt
vnd dy gervnnheyt machet · das
man snellig lichzu vnd lustiglich
eyn dyng tut ¶ Czu dem letzsten
ist zu merken · das ys offte geschut
So man ysset vnd trynket · das
man vberteyt vnd zu vil nymmpt
vnd auch das man zu weynnyg
nymmpt · vnd das man alst teyt vo
der mytteren thugunt · vnd von
zechte vorwunnsst der vnme weyde
dy thugunt der vnthaltunnsse tut
dy do yn sulchen dynnen behelde
dy mytte Nu synt zwo sunde
¶ Dy erste ist dy do geschicht
myt vberflussykeyt vnd heysset
fras ¶ Dy andere ist dy do geschut
So man der dyng dy man ysset ad
trynckt zu weynnyg nymmpt vnd
dy selbe sunde · dy hat nycht ey
nen eygenen namen · Sunder sy
wirt bey begryffen von dem vbel
das heysset insensibilis · das man
harte mag verderbtschen · sunder
doch ist alsd syl alsd vnbesynnlich
vnd von beyden sunden habe ych
willen zu sagen vnd von dem fras
se was doch fras sey
Hy wirt euch gesaget was do
fras sey · vnd das mercket eben

Hy ist zu merckten was · do
fras sey · fras ist eyne vn
richtige · vnd vngeordente
begyr · vnmessliches essens
vnd trynckens · Durch der
begyrde wyllen · des lustigen essens
vnd trynckens · vnd das selbe sul man
verstan von dem frasse · alsd her gesteht
von ynnerwennyg · Aber der eysseren fras
alsd her gesteht von avssen · das ist
das vnmessige essen · vnd das vnmes
sige trynken · das do kumet avs der
ynnerren vngeordenten begyre · des
essens vnd des trynkens · vnd ych
habe ayerblichen gesprochen · das der
fras ist eyne weystche begyr · vnd
das ist von vnderschydes wegen des
hungers · vnd des dorstes · weme der
hunger vnd der dorst dy synt natur
liche begyrde · vnd synt nycht vnder
der vorwunnsst · Ader der fras ist eyne
weystche begyrde · weme her ist eyn
vrkunde der begyrde dy do ist yn dem
wyllen ader yn dem synne · et tbas an
hangunde eynen willen · vnd mag
seyn vnder der vorwunnsst Ych habe
auch gesprochen · das der fras ist ey
ne vngeordente begyrde · weme nycht
eyne yde begyrde essens vnd trynkens
fras ist · Sunder eyne sulche geor
dente lybe ader begyrde alsd so eyn
mensche wyllig lichen begert · vnd
dowyl dy speyse ader das essen an
dersnemen deme zechte vorwunnsst
der kumet · alsd mer denn her darff
ader mer deme her sul ader nycht sul
wo her nycht sul · vnd was her nycht