Quelle: https://manuscripta.at/?ID=8439
Copyright: Salzburg, Universitätsbibliothek

Von

het auch natürliche hitze Warme
Galienus sprichet daz nüst mit sy
daz die hitze vnsers libes als sere
lesche als uberige rüe vnd trag-
heit ist. Von der spise zu essen
Es spricht Auicenna der meste-
he der gesunt wil bleiben
der sol nit essen biß daz er
ordelichen die spise mit vo lust me
von hunger vnd vo notdürfft der
naturan wirt begeret. Vnd so die
erste spise vo de magen vnd von
dan dermen ist vß gelasen anders
daz voz in dem magen ist daz mac-
het die spise vngetaüwet vß gen
Vnd es muß auch vngedaüwet ver-
liben Vnd daz brengt zerstorunge
des libs Vnd dar vmb die lüte die
zur prime fast essent vnd trinc-
kent Vnd dar nach zu de ymbs
aber zü tische gent die schutten
vngetaüwet spise vnd tranck vß
geschicht daz das Auicena hiesa-
get hat Vnd da von sol nieman
mit win trincken zu hant nach
dem tische anders die spise wirt
nit wol getaüwet Vnd daz trinc-
ken füret die vngedaüwet spi-
se in die glider In den wirt fle-
sule Vnd der mensche wirt was-
sichtig od anders swerliche siche
pricht Auicena Wiss auch daz
kein mesch Go es recht hunge-
rig ist sol den uber gen daz er mit
esse anders sin mage wirt vol bo-
ser fuchtikeit die schedelich ist
spricht Auicena vnd rasis Wan vo
grossem hunger den der mensche
lidet Vnd mit ysset verget den
meschen begirde nach der spise
Vnd daz machet den magen vol
boser fuchtikeit Auch so sal kein
mensche so viel essen daz sin d
buch groß in zertenet werde vn
beswert Als ma tüt in der faste
vnd daz der mensche einen kert-
zen allem gewinet da von Wan
daz ist ein schedelich essen spricht
Auicena Vnd daz ist ein schede-
lich drincken da der mesche als
vil trincket uber tische oder sust
das daz trincken in de mage swym-
met uber die spise da vo soltu al-
so essen daz so du uff stast vo de
tische daz dü gern me esest Were
es aber daz dü dich merklich uber
essen hettest an etlichen tage also
daz dü merktest oder fochtest daz
din da vo grosser schade kem als
dich geschicht sprichet Galienus
vnd almasor daz dü solt lugen daz
dü die spise wyder oben vß bring-
gest ee sie verdaüwet wirt Vnd
vngedaüwet ist Vn so dü dich er-
brichest So winde einen starche
slayer vmb din heupt Vnd tü din
augen zü mit dinen handen Vnd
mit nötige dich zü sere mit de er-
brachen daz du kein aber als dic-
he geschicht in dem libe zur brechest
da vo dü müssest sterben Macht a-
ber dü die spise mit lichtlichen obe
vß bringen So spricht Auicena daz
du des andern tages dar nach lange
fasten vnd lange slafen an einer
stat die mit zü heiß ist noch zü kal-
te Macht aber dü nit slafen So sal-
tu fast arbeiten oder gene Vnd din
wenig luters wind trincken über
tische Vnd spise essen die dü gewo-
lich issest Vnd an dem andern tage
dar nach lassen wissest daz alt
lute die mager vnd dür sint sche-
delich ist mit dan ein male essen in
dem tage Vnd allen fristen gros-
sen schade lute schade daz sie zwor-
nat essen in de tage spricht Al-
masor Wiss daz du als mesclichs
solt din spise lasen zu dir kome
daz ir din natürlich hitze gewaltig
sy sie zü daüwen Warme wirt sie
von vberiger spise über wunden
So wynnet sie abe Vnd wynnet din
lip vnd din crafft abe Vnd wirt
fule materie in dir wassende
Vnd din lip wirt sinwar natüerlic-
hen hitze beraubet Vnd wirst rytt-
tig oder sterbest schiere Auch soltü
gedanchen vnd solt messlichen
essen uber tische Vnd süß daz din na-
tuerlich hitze Vnd din schlafen vnd
din wachen da vo mit abe nemme