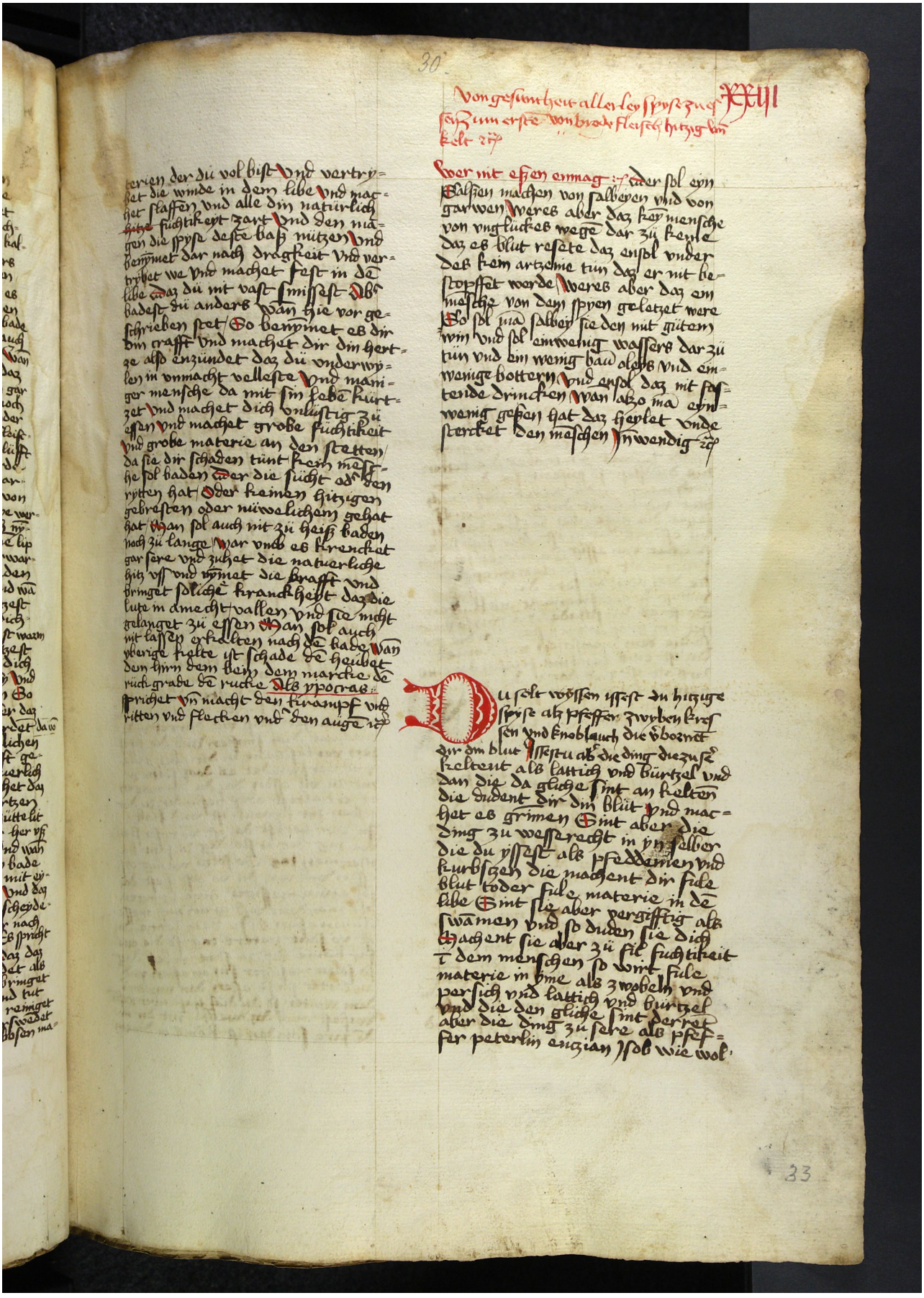
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=8439
Copyright: Salzburg, Universitätsbibliothek



30

Von gesuntheit aller leyssyssuch

Sach Zum erste von brodt Fleysch hitzig kelt

erien der du vol bist Vnd vertry-
bet die winde in dem libe Vnd mag-
het flassen Vnd alle din natürlich
hitze fuchtikeyt zart Vnd den ma-
gen die spyse baste baß nützen Vnd
benimet dar nach dregkeit Vnd ver-
tribet we Vnd machet fest in de
libe daz dü mt vast missest Abs
badest dü anders wan hie vor ge-
schrieben stet So benimet es dir
din crafft Vnd machet dir din hert-
ze also enzündet daz dü vnderwy-
len in vnmacht vallest Vnd mani-
ger mensche da mit sin lebe kürt-
zet Vnd machet dich vnlustig zü
essen Vnd machet grobe fuchtikeit
Vnd grobe materie an den stetten
da sie dir schaden tünt Kein mes-
he sol baden wer die sücht ab den
rytten hat Oder keinen hitzigen
gebresten oder nüwalichen gehat
hat Man sol auch nit zü heiß baden
noch zü lange War vmb es krenket
gar sere vnd zuhat die natürliche
hitz vss vnd nimet die crafft vnd
bringet solliche krankheyt daz die
lute in dmecht vallen Vnd sie mcht
mit lassen erholten noch de bade Wan
vberige hytze ist schade de houbet
den thun dem hirn dem marche de
ruck grabe de ruche Als ypocras
sprichet Vn nachst den tirampf vnd
ritten vnd flechten vnd den auge zc

Wer mit essen ermag : der sol ein
Bäsßen machen von salberen vnd von
garwen Weres aber daz kein mensche
von vngluckes wegge dar zü keme
daz es blut reßete daz ensol vnder
daß keim artzehie tun dz er nit be-
stopffet werde Weres aber daz ein
mesche von dem spyen gelatzet were
So sol ma salber sie den mit gütem
win vnd sol anwehen wassers dar zü
tün vnd ein wenig haw alohs vnd ein
wenige bottern vnd ensol daz mit sa-
tende drincken Wan alzo ma ein
wenig gessen hat daz hertzet vnde
sterchet den masschen Inwendig zc

Du sole wissen ysset du hitzige
spyse als pfeffer zwyben knof-
len vnd knoblauch die vbermet
zir dm blut Issestu ab die ding die zu se
kreltent als lattich vnd bürtzel vnd
dan die da gliche sint an kelten
die dudent dir dm blüt vnd mac-
het es grimen Sint aber die
ding zu wesserecht in yn selber
die du yssest als pfeddamen vnd
kurbsgen die machent dir fule
blut toder fule materie in de
libe Sint sie aber pergiftig als
swamen vnd so duden sie dich
machent sie aber zü vil suchtikeit
t dem menschen so wirt fule
materie in yme als zwybeln vnd
persich vnd lattich vnd bürtzel
vnd die den gliche sint derret
aber die ding zu sere als pfef-
fer peterlin enzian Isop wie wol

33