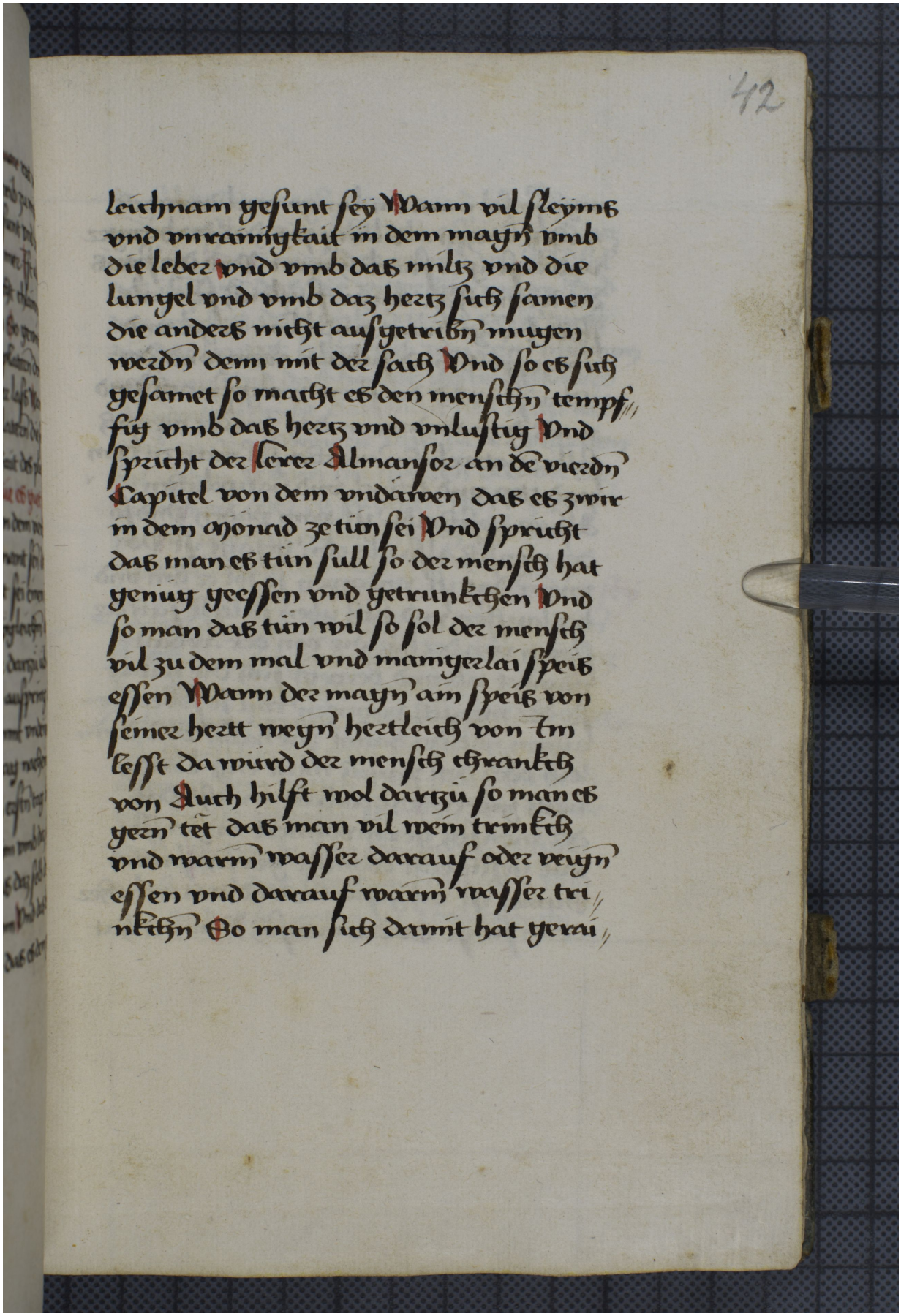
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=32476
Copyright: Schlierbach, Zisterzienserkloster



42

leichnam gesunt sey Wann vil sleyms
vnd vnraynigkait in dem mayn vmb
die leber vnd vmb das milz vnd die
lungel vnd vmb daz hertz sich samen
die anders nicht aussgetribn mugen
werdn denn mit der sach Vnd so es sich
gesamet so macht es den menschn tempf
fig vmb das hertz vnd vnlustig Vnd
sprycht der lerer Almansor an de vierdn
capitel von dem vndawen das es zwir
in dem ayonad ze tun sei Vnd sprycht
das man es tun sull so der mensch hat
genug gessen vnd getrunkchen Vnd
so man das tun wil so sol der mensch
vil zu dem mal vnd manygerlai speis
essen Wann der mayn am speis von
semer hertt weyn hertleich von im
lesst da wird der mensch chrankch
von Auch hilft wol darzu so man es
gern tet das man vil wem trinkch
vnd warm wasser darauf oder weyn
essen vnd darauf warm wasser tri
nkchn So man sich dermit hat gerai