Quelle: http://manuscripta.at/?ID=4848
Copyright: Wien, Schottenstift (Benediktiner)

dem nechsten / mit parm hezzikaut mit
kamikaut / mit mezzikaut / dem zat geb
sol sein ein gut exempld das du schres
an dem nechsten in worten vnd mit
werchen vnd solchen menschen solt
dw haben vnd zat fragen
Die sechst todsund ist fraschaut mit vber
essen vnd vber trinken / da mit adam
vnd eua gefallen sind aus dem paradis
/ vnd die fraschaut pringet vnkeusch=
vnd maschicht vnd den tod vnd machet
den menschen vichleich vnd wirz der
mensch mich was er tun sol vnd da=
mit verleuset er gotliche huld wo fra
schaut vberhant gewinet die verderbet
dem menschen alle seine guten werch
/ vnd er stekchet alle tugent vnd erlös
chet die ganz vnd gar auch die gab
des heyligen geists verninnet / wider
stebt der fraschaut warm Jesus christus
vns gelert hat das wir mcht fleissig
sein schullen was wir essen ader trinken
Vnd wilt du der fraschaut wider steben