



Vom Kammatpezen
 Vnge vnd tugent der wachalter

Item auß einem bebetten ruck
 auß gezogen die tugent Ezana in
 mipez der wachalter peze

brust
 Item **hizen** vnd **sinel**
 Item vii oder ix zu morgens gemist
 das stertz das hizen **gesicht**
 vnd temperist die **sin** vnd **sehest**
 die **sin** gesicht oder die **sehem**
 macht **ludung** vmb die **brust**

zu der stin
 vnd macht gut **sin** **pos** **luft**
 vnd verreibt den **posen** **luft** im
leib oder **wint** **zum** **magen**
 vnd stertz den **magen** vnd **verzet**
 die **ungeordneten** **speis** **stein**
 vnd **werbt** den **stein** **pos** **feuchtigheit**
 vnd **ledigen** die **pos** **feuchtigheit** **von**
harm wind **sein** gut **fuz** die **harmwinden**

Die tugent **sein** nicht bezawhet vn das
 zegister dar vmb **such** es **vnd** **lyse** das **oft**

plut **harmen**
 vnd **sein** gut **fuz** das **plut** **harmen**

zu den nieren
 vnd **sein** den **nieren** **gehurt** vnd
wermen das **martz** **in** dem **mensche**
 vnd **sein** gut **fuz** das **gicht** **dar**