



Vom Sarnatperr  
 Vnge vnd tugent der wachalter

Item auß einem bebetten ruck  
 auß gezogen die tugent Szana in  
 miper der wachalter pze

**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 linding 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 **kerbt** den **stein** **pos** **feuchtigkeit**  
 vnd **ledigen** die **pos** **feuchtigkeit** **von**  
**sein** gut **fuz** die **haemwunden**

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

**plut** **haem**  
 vnd **sein** gut **fuz** das **plut** **haem**

**zu den nieren**  
 vnd **sein** den **nieren** **gehint** vnd  
**wermen** das **marck** **in** dem **mensche**  
 vnd **sein** gut **fuz** das **gicht** **dar**