quid provest varijs affligere pectora curis
atq animum nullâ posse quiete frui;
Recto jure bonis vita partisq fruamur
qua magno peperit nostra labore manus
ad sanitatem conservandam
Quem non blanda juvent varij modulamina cantus
Hinc [illegible] renes œgraq corda stupent

Mane relinquentes, caput erecturus in auras
A caput et corpus leniter omne fricas
Mane tibi digitis puri de fonte lavatis
et oculos deples. purior unda lavet.
Tu comatus vagos, tu eburno pectine crines
Hoc cerebro res est [illegible] medicina levis
Dum licet, ante cibum stomacho sine pondere, corpus
omne bis exerceat sed modicè et leviter
Lotus ubi exieris thermas, fuge frigora, prandens
stare potes, modicè si libet ire potes
Pejus in humano nil est quam corpore quam si
mistis discordans fiat utrinq cibus

InsIgnIs CrVCIs SangVIs DeMones
DVM ILLVC IVI