

Städten entlegenen frommen Bauers-
Leuten siehet / welche noch zum Theil
zum hohen Alter gedeyen / starck bleiben
und von wenig Kranckheiten geplaget
werden. Hingegen in grossen Städ-
ten / da man allerley Lecker-Speisen ge-
wohnet / und an Herren Höfen / hat
man viel Kranckheiten / und kurtz's Al-
ter / solch Unheil entstehet nirgends her /
als dz man mehr nach Wollust un̄ Wol-
geschmack als nach der Gesundheit lebet.
Saltz / und saure Speisen / Zucker /
Obst ꝛc. sind Ursachen vieler langwi-
rigen Seuchen / man weiß zu Zeiten ar-
tig von Kranckheiten zu reden / welche
unheilbar seyn / allein man dencket da-
ran nicht / kan es auch ihm selbst nicht
einbilden / daß man selbst mit allen Fleiß
die Kranckheiten unterhält / indem man
alle diæt verachtet / und Speiten nach ei-
gener Lust gebrauchet. Solches zu
verhüten / damit ein jeder lang bey
Gesundheit erhalten werde / ist allhier
von jeder Speise insonderheit geschrie-
ben / auff daß ein Hauß-Vater und
Hauß-