

ich bin es **D**arumb ich her: und meister han gewa-  
schen unwer füße **S**o sol auch unwer emer dem an-  
dren waschen sin füße wann ich han ick ein e-  
benbild geben Das ir tugnd als ich ick getan han

**H**ie uahet an das lesen von dem liden Ihesu cristi

**E**n brunn und en versprung alles güttes  
ist emen gestlichen menschlichen das er mit  
sinem gesammotten gemüte und mit an-  
blicken siner eignen gebürsten durch andächtich  
gebett vß sinem hertzen zu dem liden cristi und  
durch zuchtige tugent in übender danckberkeit  
gleich zu dingen oder zu liden gefällig oder wider-  
wartig dimgt flüsslich wandle in siner zälle  
**D**arwiderumb en brunn und en versprung al-  
les übels ist em ertlichen menschlichen uppige vn-  
müß siner sudren sinne und wilde umblouffen  
siner ussen sinne und unnutzer dienstberkeit  
vnder gestlichen menschlichen **I**n dem min kind  
gang wider zu dem hertzen mit dieffer diemü-  
tigheit und mit em gantzen absteiden oder ab-  
sprechen dem selbs in dem willen gottes **S**under-  
lich das du dich lütterlich als ferz dir möglich  
ist und dich uermagst hm kerist von allen lusten  
und lustlichen zufällen die den allmächtigen in  
sinen selber nicht hand oder begriffend **U**nd  
behalt das oug dms gemüttes alle zit in über-  
flüssiger lütterkeit und uerhütt dem sinne gefenck  
von den formen irdischer dingen begird dms wil