[Qu]od agere debemus ut irritamenta viciorum quam longissime profugiamus. Indurandus est animus et
a blandimentis voluptatum procul abstrahendus. Nobis quoque militandum est quodam genere mili-
cie quo numquam quies, numquam ocium datur. Debellande sunt in primis voluptates que ut vi-
des seva quoque ad se ingenia rapuerunt. Si quis sibi proposuerit quantum operis adgressus
sit, sciet nichil delicate, nichil molliter esse faciendum. Si voluptati cessero, cedendum est
dolori, cedendum est labori, cedendum est paupertati. Idem sibi in me iuris esse volet et ambi-
cio et ira. Inter tot affectus distrahar immo discerpar. Que sit libertas queris? Nulli
rei servire, nulli necessitati, nullis casibus; fortunam in equum deducere. Quo die illam plus
posse intellexero, nichil poterit. Ego illam feram cum in manu mors sit? His cogitacionibus
intentum loca seria sanctaque oportet eligere. Effeminat animos amenitas nimia, non dubie
aliquid ad corrumpendum vigorem potest regio. Que uocte lucili persequere? Sine modo
sine fine. Ista illis non modus est, non finis. Precie queque ex eis laniat. Voluptates precipue extur-
ba[nde] et invisissima hec latronum more in hoc nos amplectuntur ut strangulant. Fluctuamus inter
varia consilia; nichil libere volumus, nichil absolute, nichil semper. Quosdam ait Epicurus ad verita-
tem sine ullius adiutorio contendisse, fecisse sibi ipsis viam; hos maxime laudat quibus ex se impetus
fuit, qui se ipsos protulerunt. Quosdam indigere ope aliena, non ituros si nemo precesserit, sed bene secu-
turos. Sic hunc quid excepteris hominem qui alieno beneficio esse salvus potest? et hoc multum est velle
salvari. Preter hec invenies aliud genus hominum, ne ipsum quidem fastidiendum, eorum qui cogi
ad rectum compellique possunt, quibus non duce tantum opus est, sed adiutore et ut ita dicam
coactore. Itaque ego illum feliciorem dixerim qui nichil negocii secum habuit; hunc quidem
melius de se meruisse qui malignitatem nature vicit et ad sapientiam se non perduxit sed extraxit. Itaque [illegible]
nemus. Aliquorum invocemus auxilium. Quem inquis invocabo? Hunc aut illum? Tu vero ad priores
etiam revertere, qui vacant; adiuvare nos possunt non tantum qui sunt sed qui fuerunt. Ex
hiis autem qui sunt eligamus non eos qui verba magna celeritate precipitant et communes
locos volvunt et in privato circulantur, sed eos qui vita docent, qui cum dixerint quid facien-
dum sit probant faciendo. Qui docent quid fugiendum sit vitandum sit, nec umquam in eo quod fugien-
dum dixerint deprehenduntur. Eum elige adiutorem quem magis admireris cum videris quam cum
audieris. Quid letaris quod ab hominibus hiis laudatus es quos ipse non potes laudare? Omnia
rerum omnium si observentur indicia sunt et argumentum morum ex minimis quoque licet capere.
Inpudicum incessus ostendit et manus mota et unum interdum responsum et relatus ad caput
digitus et flexus oculorum. Improbum risus, insanum vultus habitusque demonstrat. Ista enim per
notas exeunt. Non est quod mireris ~~tam~~ lucili leviter. Ista qui leniter dormiunt et species secundum quietem
capiunt; aliquando se dormientem dormire cogitat. Gravis sopor etiam somnia extinguit animumque
altius mergit quam ut in ullo intellectu sui sit. Quare vicia sua nemo confitetur? Quia etiam
nunc in illis est. Somnium narrare vigilantis est, et vicia sua confiteri sanitatis indicium
est. Expergiscamur ergo ut errores nostros coarguere possimus. Sola autem nos philoso-
phia excitabit, sola somnum excuciet gravem. Omnia impedimenta dimitte et vaca

bone menti

License: cc-by-nc – Bern, Burgerbibliothek, Cod. A 92.18, 6r – Seneca, Epistulae morales; Vita Senecae (https://fragmentarium.ms/view/page/F-7mik/5313/50503)