



formidat. ut timidus. nā timi-  
dū non facit animum nisi re pre-  
hensibilis uite conscientia. mala.

**C**ontinentiā ū sic diligis.  
Circūcide uita supflua. in  
artum desideria tua constringe.  
Considera tecū quantū natura  
poscat. non quantū cupiditas  
expetat. Si continens fueris eo  
usq; puenies. ut te ipso content-  
sis. Nam qui sibi ipse satis est. cū  
diuitis nat' est. Impone concu-  
piscētie frenū. omniaq; blandi-  
mēta que occulta uoluptatē ani-  
mū trahunt. reice. Cū sobrie-  
tate bibe. citra ebrietatē. Obser-  
ua ne in conuiuio uel in qua-  
libet uite cōmunitate quosimi-  
taris clāpnare uidearis. nec pre-  
sentib' delicijs inherabis. nec de-  
siderabil' absētes. Si tibi  
ex facili sit. nec ad uoluptatē.  
s; ad cibū accede. Palatū tuum  
fames excitet. non sapores. de-  
sideria tua paruo redime. quia  
hoc tantum curare debes. ut  
desinant. atq; ita quasi ad gerē-

21  
plar' diuinū cōposit' a corpore  
spīn. uel corpus ad spīn quantū  
potes abducere. Si continentiam  
studet. habita non amene s; salu-  
briter. nec dñm uelis eē adomo-  
notū. s; domū ad dño. H' tibi affi-  
gas qd' non eris. nec quod es magis  
quā es uideri uelis. hoc magis ob-  
serua. ne paupertas t' immunda sit.  
nec parsimonia sordida. nec sim-  
plicitas neglecta. nec lenitas lan-  
guida. Et si res tibi exigue sunt.  
non sint tam anguste. nec tua  
desitas. nec aliena mueris. Si con-  
tinentiam diligis. turpia fugito.  
ante quā accedant. nec quemquā  
aliū plus quā te. Omnia tolerabi-  
lia. p̄ter turpitudinē crede.

A uerbis q; turpib' abstineto. quia  
licentia eoz impudentiā nutrit.  
S ermones utiles magis quā facetos  
& affabiles ama. rectos pot' quā  
obsecundantes. miscabis inter dū-  
serio iocos. s; tempatos. & sine de-  
trimento dignitatis. ac uerecun-  
dię. Hā reprehē. sibilis risus  
est. si in modicis. & si pueriliter.