

The Electronic *Manipulus florum*
www.manipulusflorum.com

Abstinencia ak
cum fonte primo

Melior est rationabilis
cotidiana cum moderacione refectio quam
per interualla arduum longumque ieiunium.
Nouit immoderata inedia
non solum mentis labefactare constantiam,
sed eciam oracionum efficaciam reddere
lassitudine corporis eneruatam.

Iohannes Cassianus de institutis
monachorum libro V.

melior est rationabilis
cum moderacione cotidiana refectio quam
per interualla arduum longumque ieiunium.
nouit inmoderata inedia
non modo mentis labefactare constantiam,
sed etiam oracionum efficaciam reddere
lassitudine corporis eneruatam.

Iohannes Cassianus, *De institutis
coenobiorum*, 5.9 (CSEL 17.1, M.
Petschenig ed., p.88, ll.8-12).