

The Electronic *Manipulus florum*
www.manipulusflorum.com

Contemplacio c
cum fonte primo

Tuta
uita est in qua nichil sit quod timeas,
que

compensatur mentis placiditate,
levatur usu, sustentatur ocio,

non occupatur alienis molestiis,
non urgetur urbanis discursibus.

Ambrosius in epistola ad Versellensem
ecclesiam.

Qualis haec
vita in qua nihil sit quod timeas
et quod imiteris plurimum adest?

Ieiunii labor
compensatur mentis placiditate,
levatur usu, sustentatur otio

aut fallitur negotio,
non oneratur mundi sollicitudine,
non occupatur alienis molestiis,
non urgetur urbanis discursibus.

Ambrosius Mediolanensis, *Epistolae extra
collectionem*, 14.82 (CSEL 82.3, M. Zelzer
ed., p.279, ll.841-845).