

The Electronic *Manipulus florum*  
[www.manipulusflorum.com](http://www.manipulusflorum.com)

Humilitas ap  
cum fonte primo

Discite a me quia mitis sum et humilis corde,  
et inuenietis requiem animabus uestris.  
Ecce mel humilitatis cum dulcedine mansuetudinis.  
Sicut enim mel concordat in confectionibus medicine  
cum omnibus diuersitatibus specierum,  
sic ex humilitatis dulcedine condiuntur omnia genera uirtutum.

Hugo libro III. de claustro anime.

Ait enim, Discite a me quia mitis sum et humilis corde,  
et inuenietis requiem animabus uestris (Matth. XI).  
Ecce mel humilitatis cum dulcedine mansuetudinis.  
Sicut mel concordat in confectionibus medicinae  
cum omnibus diuersitatibus specierum,  
sic et humilitatis dulcedine condiuntur omnia genera uirtutum.

Hugo de Folieto, *De claustro animae libri quatuor*, 3.8  
(PL 176, col.1100C-D).