



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

## Universitätsbibliothek Paderborn

**L. Annæi Senecæ Philosophi Opera, Qvæ Exstant Omnia**

**Seneca, Lucius Annaeus <Philosophus>**

**Antverpiæ, 1605**

Epist. XV.

[urn:nbn:de:hbz:466:1-53700](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-53700)

Nunc ad quotidianam stipem manum porrigis. aureâ te stipe implebo. Et quia facta A est auri mentio, accipe quemadmodum vsus fructusque eius tibi esse gratior possit. *Is maximè diuitiis fruitur, qui minimè diuitiis indiget.* Ede, inquis, auctorem. Vt scias quam benigni simus, propositum est aliena laudare: Epicuri est, aut Metrodori, aut alicuius ex illâ officinâ. Et quid interest, quis dixerit? omnibus dixit. Qui eget diuitiis, timet pro illis: nemo autem sollicito bono fruitur. Adiciere illis aliquid studet, dum de incremento cogitat: oblitus est vsus, rationes accipit, forum conterit, <sup>23</sup> kalendarium versat, fit ex domino procurator.

## EPIST. XV.

Ad curam etiam corporis Exercitatio spectat: sed hec laboriosa, aut occupata non esto. Facilis & brevis sufficit: ut cursus, saltus, gestatio, vocis intentio. Clausula ab Epicuro, Ne vna in futurum feratur: presentibus acquiesce.

**M**OS antiquis fuit, vsque ad meam seruatus ætatem, primis epistolæ verbis adiciere: *Si vales, bene est.* Rectè <sup>2</sup> & nos dicimus: *Si philosopharis, bene est.* Valere enim hoc demum est: sine hoc, æger est animus. Corpus quoque etiam si magnas habet vires, non aliter quàm furiosi aut phrenetici, validum est. Ergo hanc valetudinem præcipuè cura, deinde & illam secundam: quæ non magno tibi constabit, si volueris bene valere. Stulta est enim, mi Lucili, & minimè conueniens litterato viro, occupatio exercendi lacertos, & dilatandi ceruicem, ac latera firmandi. Cùm tibi feliciter <sup>3</sup> sagina cesserit, & tori creuerint: nec vires vnquam optimi bouis, nec pondus æquabis. Adice nunc, quòd maiore corporis farcinâ animus eliditur, & minus agilis est. Itaque, quantum potes, circumscribe corpus tuum, & animo locum laxa. multa sequuntur incommoda huic deditos curæ. Primum exercitationes, quarum labor spiritum exhaurit, & inhabilem intentioni ac studiis acrioribus reddit: deinde, copiâ ciborum, <sup>4</sup> subtilitas animi impeditur. Accedunt pessimæ notæ <sup>5</sup> mancipia in magisterium recepta, homines <sup>6</sup> inter oleum & vinum occupati: quibus ad votum dies est actus, si bene desudauerunt, si in locum eius quod effluxit, multum potionis alterius, <sup>7</sup> ieiuno gutture ingesserunt. Bibere & sudare, <sup>8</sup> vita cardiaca est. Sunt exercitationes & faciles & breues, quæ corpus

verbo legendum, Afferet: & hoc pro priore sensu. Fortasse aliquid aduersi: sed ne occupa aut damna, nisi cùm factum. In meo libro erat: Nam damnatur. Siquis melius, donet.

<sup>23</sup> KALENDARIVM.] Librum pecunie senectus, quæ per kalendas exigebatur, soluebatũque. Vide epist. LXXXV I I.

EPIST. XV. I. MOS ANTIQVIS.] Plinius lib. 1. epist. XI. Vel solum illud scribe, vnde priores incipere solebant: Si vales, bene est, ego valeo.

2. ET NOS DICIMVS.] Malim, dicemus.

3. SAGINA CESSERIT.] Nam athleta certo vltu vtebantur, corpori viribusq; augendis. De quo Hier. Mercurialis, medicus & amicus mihi inter primos adfatim lib. 1. de Arte Gymnasticâ, itemq; Budæus ad Pandectas, & in Agonistico I I I. Petrus Faber.

4. SVBTILITAS ANIMI.] Verisimè. & Ariston scilicet Athletas assimilabat τοῖς ἐν γυμνασίῳ κούροις, ὁμοίως λιπαροῖς καὶ λιθίοις: columnis quæ sunt in gymnasio, pariter nitidos & saxeos: id est sine sensu. Magis etiam Diogenes Cynicus, qui ἰσχυρὸς εἶναι διὰ τὸ οἰεῖσθαι ἀναίσθητος εἶναι, ἐπιμαρτυροῦν

ὄλοισι καὶ βοῖοις ἀνακοδομένους: interrogatus, quare Athletæ ferè sine sensu aut mente essent? Quia, inquit, ex suillis & bouillis carnibus constant: acutè ad stuporem animalium alludens, & iis aptans, qui vescebantur. Galenus etiam de Athletarum saginâ, & ab eâ stupore, idem fatetur: ἀδύνη, καὶ τὸ σπορὸν ἀποδύων οὐδὲν ἀνὴρ σπορὸν ἀδύνηται, αἰς γαστήρ ἢ παχὺα τὸν γόνυ ἢ τὴν κεφαλάν: Hoc ab omnibus hominibus ferè decantatur, quòd venter pinguis mentem non gignit tenuem. Versum indicat prouerbialem:

Παχὺα γαστήρ λεπτόν ἐ τὴν κεφαλάν.

5. MANCIPIA IN MAGISTERIVM.] Aliquot libri, magistratum: eodem sensu. Indicat Græculus magistros.

6. INTER OLEV M ET VINVM.] Vnguntur, & bibunt.

7. IEIVNO GVTTVRE INGESSERVNT.] Eius quidam: multum potionis altius in ieiunum guttur regesserunt. Nihil equidem. muto. sententiam autem vide & hauri, ex epist. CXXII. & LXXXVIII.

8. VITA CARDIACI EST.] Notum κατὰ ἰατρικὴν dici, in ore stomachi vitium, ab humore acri vel licante.



A corpus & sine morâ laxent, & tempori parcant: cuius præcipua ratio habenda est. Cursus, & cum aliquo pondere manus motæ, & saltus, vel ille qui corpus in altum leuat, vel ille qui in longum mittit, vel ille (vt ita dicam) saliaris, aut (vt contumeliosius dicam) fullonius. Quodlibet ex his elige, vsu fit facile. Quidquid facies, citò redi à corpore ad animum, illum diebus ac noctibus exerce. labore modico alitur ille. Hanc exercitationem non frigus, non æstus impedit, ne senectus quidem. Id bonum cura, quod vetustate fit melius. Neque ego te iubeo semper imminere libro, aut pugillaribus. dandum & aliquod interuallum animo: ita tamen vt non resoluatur, sed remittatur. Gestatio & corpus concutit, & studio non officit: possis legere, possis dictare; possis loqui, possis audire: quorum nihil nec ambulatio quidem vetat fieri. Nec tu intentionem vocis contempseris: quam veto te per gradus & certos modos attollere, deinde deprimeret. Quòd si velis deinde quemadmodum ambules discere, admittes istos, quos noua artificia docuit fames: erit qui gradus tuos temperet, & buccas edentis obseruet, B & intantum procedet, in quantum eius audaciam patientiæ lenitate produxeris. Quid ergo: à clamore protinus & à summâ contentione vox tua incipiet? Vtique adeò naturale est, paullatim incitari, vt litigantes quoque à sermone incipiant, ad vociferationem transeant. nemo statim *Quiritium fidem* implorat. Ergo vtrumque tibi impetus animi suaserit, modò vehementius fac vitis conuicium, modò lentius, prout vox quoque te hortabitur & latus. Modesta, cum receperis illam reuocarisque, descendat; non decidat: moderatoris sui temperamentum habeat, nec indocto & rustico more desæuiat. Non enim id agitur, vt exerceatur vox, sed vt exerceat. Detraxi tibi non pusillum negotium: mercedula, & munus gratum, ad hæc beneficia accedet. Ecce insigne præceptum. *Stulti vita ingrata est, trepida est, tota in futurum fertur.* Quis hæc, inquis, dicit? Idem qui supra. Quam tu nunc vitam dici existimas stultam? Babæ & Ixionis? Non ita est. nostra dicitur: quos cæca cupiditas in nocitura, certè numquam satiatura, præcipitat: quibus si quid satis esse posset, fuisset: qui non cogitamus quàm iucundum sit nihil

C

posce-  
licante & rodente. Itaque Dioscorides id dixit *quod-  
zou dympode*, & Plinius interpretatus, Stomachi  
rotones. Celsus Cardiacum morbum describit, li-  
bro 111. cap. XIX. nimiam imbecillitatem corporis,  
quod stomacho languente, in modico sudore  
digeritur. En tibi, de sudore. De potu, in eodem:  
imbecillitati iacentis vino cibò; succurrendum,  
& id sapius. Spectat eò & Iuuenalis, Sat. v.

Ipse capillato diffusum Confule potat,  
Cardiaco nūquam cyathum missurus amico.  
Cardiaco, cui medicina scilicet à tali vino.

9. SINE MORA LAXENT. ] *Aly libri*, lassent.

10. CVM ALIQUO PONDERE. ] *Quo sine Hal-  
terum etiam vsus in exercitiis.* Vide epist. LVI.

11. SALIARIS. ] *Sublatis pedibus, & alternanti-  
bus, idem idem repetitis. quem Saly sacerdotes in  
pompa & gestatione Ancilium vsurpabant: eundemq;  
ferè fullones.*

12. VSV FIT FACILE. ] *Pinciani lectio vetus:  
Quemlibet ex his elige, vsu rudem, facilem.  
Quemlibet, nempe saltum: nec arte eum compone.  
Meus liber & quidam, Quodlibet retinent, & tum,  
vsu facilem rudem. Dubites an non, vsu facile  
reddes: est Pinciano magis adhercam.*

13. GESTATIO. ] *In effedo. de quo exercitij gene-  
re, & fructu, scripsi in epistola quadam (Centuriâ  
Miscellanâ) ad Abrah. Ortelium.*

14. PER GRADVS ET CERTOS MODOS. ] *Vt  
Pionasci scilicet prescribent: quibus non alligat nos  
Seneca. Gradus autem in voce, adscensus descensusq;*

sive elatio, demissio. Fabius: Ab imâ ad summam  
vocem multi sunt gradus. At Modi, qualitatem  
magis spectant.

15. DOCUIT FAMES. ] *Satyricus hoc ipsum:  
Græculus esuriens, in caelum, iusseris, ibit.*

16. PATIENTIÆ LENITATE. ] *Meus & qui-  
dam, patientiæ crudelitate. Verum erit, patientiâ  
& credulitate.*

17. MODESTA CVM RECEPERIS. ] *Vox, mo-  
desta, abest optimo libro: & ego expungam.*

18. MORE DESÆVIAT. ] *Idem, deseruiet. An  
fortè, deserueat?*

19. MERCEDVLA ET MVNVS. ] *Mira hic va-  
rietas. Aly libri, mercedula & vnum Græcum.  
Aly, mercedula & vnus græcus. Meus, mercedula  
& minis gratus. Putarim equidem iunctim hæc le-  
gerda: Detraxi tibi non pusillum negotium mer-  
cedula, & vnus Græci. Vel ex meo, mercedula,  
& magistratus. Ad hæc beneficia accedet ecce in-  
signe præceptum. De sententiâ mihi penè liquet se  
esse. En inquit, dissertatiuncula ista commodauit tibi,  
& molestiam detraxi. quam? Mercedis, & Græci  
magistri. Docuit te sine magistro, sine stipendio exer-  
ceri. Aliter solebant. vt Pliny Panegyrico: Cum ex-  
ercitationibus nostris non veteranorum aliquis,  
sed Græculus magister adfuit. Ij Progyrnastæ  
dicebantur, vt in Epist. LXXXIII: Exercitores  
Plauto.*

20. BABÆ ET IXIONIS? ] *Meus, Habæ & Ixi-  
onis? Nota fatuitatis homines ab illo auo fuisse, est  
suspiciari.*



poscere, quàm magnificum sit plenum esse, nec ex fortunâ pendere. Subinde itaque, A  
Lucili, quàm multa sis consecutus, recordare: cum adspexeris quot te antecederent, <sup>21</sup> cogita quot sequantur. Si vis gratus esse aduersus deos, & aduersus vitam tuam, cogita quàm multos antecesseris. Quid tibi cum ceteris? <sup>22</sup> te ipse antecessisti. finem constitue, quem transire ne possis quidem, si velis: discedent aliquando ista insidiosa bona, & sperantibus meliora, quàm assecutus. Si quid in illis esset solidi, aliquando & implemunt: nunc haurientium sitim concitant, <sup>23</sup> & inuitant speciosi apparatus. Quod futuri temporis incerta <sup>24</sup> fors voluit, quare potiùs à fortunâ impetrem, vt det, quàm à me, ne petam? Quare autem petam, oblitus fragilitatis humanæ? Congeram? in quid? laborem? ecce hic vltimus dies. vt non sit, propè ab vltimo est.

## EPIST. XVI.

PHILOSOPHIAM *vite necessariam, sed illam veram, esse: que in factis sit, & profectu.* B  
*Disponi ab eâ actiones & consilia. Non obstare, si Fatum sit, aut Fortuna sit: nam & illa docebit Deo parere, & Fortunam ac fortuna adspernari. Clausula item ab Epicuro: Secundum naturam qui viuunt, diues: sperne opinionem.*

L I Q V E R E tibi hoc scio, Lucili, neminem posse beatè viuere, ne tolerabiliter quidem, sine sapientiæ studio: & beatam vitam <sup>1</sup> perfectâ sapientiâ effici, ceterum tolerabilem etiam inchoatâ. Sed hoc, quod liquet, firmandum, & altiùs quotidianâ meditatione figendum est. Plus operis est in eo, vt propofita custodias, quàm vt honesta proponas. Perseuerandum est, & assiduo studio robur addendum, donec <sup>2</sup> bona mens sit, quod bona voluntas est. Itaque tibi apud me pluribus <sup>3</sup> verbis opus non est, aut affirmatis, aut tam longis: intelligo te multum profecisse. Quæ scribis, vnde veniant scio: non sunt ficta, nec colorata. Dicam tamen quid sentiam. iam de te spem habeo, non- C  
dum fiduciam. Tu quoque idem facias volo. non est quod tibi citò & facilè credas: excute te, & variè scrutare, & obserua. Illud ante omnia vide, vtrum in philosophiâ, an in ipsâ vitâ profeceris. Non est philosophia populare artificium, nec ostentationi paratum: <sup>4</sup> non in verbis, sed in rebus est. Nec in hoc adhibetur, vt aliquâ oblectatione consumatur dies, vt dematur otio nausea: animum format & fabricat, vitam disponit, actiones regit, agenda & omittenda demonstrat, <sup>5</sup> sedet ad gubernaculum, & per ancipitia fluctuantium dirigit cursum. sine hac nemo securus est. Innumerabilia accidunt singulis horis, quæ consilium exigunt, quod ab hac petendum est. Dicit aliquis: Quid mihi prodest

21. COGITA QVOT SEQVANTVR.] Sapiens, & cottidiani vsus, monitum. Non prospice tantum, sed respice. Phavorinus bene: τὸν ἐνδομῆσθαι δι- λοντα, χρὴ ἐν ἑαυτῷ τοῖς ἀγαθοῖς ἀφορᾶν εἰς τὰς ἐλάττω κακῆσθῆναι: ἐν δὲ τοῖς κακοῖς, εἰς τὰς μᾶλλον δυσχρόνους: Eum qui tranquille volet agere, oportet in bonis quidem rebus adspicere ad eos qui minora assecuti sunt; in malis, ad eos qui maiora. Aliter plebetum ingenium:

Nec quod habet, numerat, tantum quod non habet, optat: vt ait Manilius.

22. TEIPSE ANTECESSISTI.] Ex humili enim surrexisti, è plebe eques factus, & nunc Cæsaris Procurator.

23. ET INVITANT SPECIOSI.] Aliquot libri, imitantur speciosos. Nescio an, irritantur specioso apparatu. Irritantur, nempe qui amant.

24. SORS VOLVIT.] Libri plerique, fors induit.

EPIST. XVI. I. PERFECTA SAPIENTIA.]

Optandâ magis, quàm assequendâ. Formant Stoici, non ostendunt. Vide me super his gradibus, Manud. II. Dissert. VIII. & I X.

2. BONA MENS SIT.] Quæ firma est, & fiduciam sui habet: voluntas bona quidem Stoicis, sed mutabilis. Itaque Bona Mens est, velle, scire, te- D  
nere Bonâ.

3. VERBIS OPVS NON EST.] Commoda sententia, sed ab Erasmo, qui verba ista in farsit. Nam libri: verbis haud affirmatis, nec tamen longis. Meis, verbis audax summatis, nec tamen longis. Quidam: verbis haud assumatis. Quid lateat, me lateat.

4. NON IN VERBIS.] Non hercules. & mendacium incongruens, atque ineptum est, non in pectore, sed in labiis habere bonitatem, ait Lactantius. Ne ergo — virtutem verba putes, vt Lucum ligna: nec oblectationem ex philosophiâ, sed fructum para.

5. SEDET AD GVBERNACVLVM.] Ex meo libro, Sed & gubernaculum est: eius illud non muto.

6. SI EA-