

The Digital *Viridarium consolationis* Project

Pars 1: De peccatis Caput 4: De accidia (14)

Bernardus:

Tolle otium

exercitare in aliquo,
et statim senties te sola appetere que famem satiant,
non fauces demulceant.
Reddet quippe sapes rebus exercitium que tulit inertia tua,
que respuis otiosus post laborem sumes cum desiderio.
Siquidem otium parit fastidium, exercitium famem;
fames autem miro modo dulcia reddit,
que fastidium fecit insipida,
olus, faba, pultes.

Surge, praecingere, tolle otium,
exsere vires, move brachia, complosas explica manus,
exercitare in aliquo,
et statim senties sola te appetere quae famem tollant,
non fauces demulceant.
Reddet quippe sapes rebus exercitium, quos tulit inertia.
Multa quae respuis otiosus, post laborem sumes cum desiderio.
Siquidem otium parit fastidium, exercitium famem;
fames autem miro modo dulcia reddit,
quae fastidium facit insipida.
Olus, faba, pultes panisque cibarius cum aqua,
quiescenti quidem fastidio sunt,
sed exercitato magnae videntur deliciae.

Bernardus Claraeuallensis, *Epistolae*, 1.12 (SBO 7, J. Leclercq,
C.H. Talbot, H.M. Rochais eds., pp.9-10, ll.25, 1-6).