

πύφηνεν ὑπὸ ἀδείας καὶ ὑπερβολῆς φθεί-  
 ρεῖται· (ὅτι γὰρ ὑπὲρ ἧδὺ ἀφανῶν τοῖς φανε-  
 ροῖς μαρτυροῦσι χεῖρται·) ὡσπερ ὅτι τῆς ἐ-  
 γχύος καὶ τῆς ὑγείας ὀρεσθῆμι· τὰ τε γὰρ ὑπερ-  
 βάλοντα γυμνάσια, καὶ τὰ ἐλλείποντα,  
 φθείρει πλὴν ἰσχυρῶ· ὁμοίως δὲ καὶ τὰ ποτὰ  
 καὶ τὰ σπῆτα πλείω καὶ ἐλάττω γινόμενα,  
 φθείρει πλὴν ὑγείαν· τὰ δὲ σύμμετρα, καὶ  
 ποιεῖ καὶ αὔξει καὶ σώζει· οὕτως οὖν καὶ ὅτι  
 σφοδρῶς καὶ ἀδρῆρας ἔχει καὶ ἧδὺ ἀλ-  
 λων ἀρετῶν· ὁ, τε γὰρ πάντα φεύγων καὶ φο-  
 βούμενος, καὶ μηδὲν ὑπομένων, δειλὸς γί-  
 νεται, ὁ, τε μηδὲν ὄλων φοβούμενος, ἀλλὰ  
 παρὰ πάντα βαδίζων, θρασύς· ὁμοίως δὲ καὶ  
 ὁ μὲν πάσης ἡδονῆς ἀπολαύων, καὶ μηδὲ-  
 μίας ἀπέχόμενος, ἀκόλαστος· ὁ δὲ πάσας  
 φεύγων, ὡσπερ οἱ ἀρχαῖοι, ἀναίδητος πρὸς  
 φείδεται γὰρ ἢ σφοδρῶς καὶ ἢ ἀδρῆρας  
 ὑπὸ τῆς ὑπερβολῆς καὶ τῆς ἐλλείψεως· ὑπὸ  
 δὲ τῆς μεσότητος σώζεται· ἀλλ' οὐ μόνον αἱ  
 γυμνασῆς, καὶ αἱ ἀνέξεσσι, καὶ αἱ φθοραί,  
 οἷοι ἧδὺ ἀνῆδὺ καὶ ὑπὸ ἧδὺ ἀνῆδὺ γίνονται,  
 ἀλλὰ καὶ αἱ ἐνέργειαι ἐν τοῖς αὐτοῖς ἴσονται·  
 καὶ γὰρ ὅτι ἧδὺ ἀλλων ἧδὺ φανερωτέρον οὐ-  
 πως ἔχει· οἷον ὅτι τῆς ἰούρος· γίνεται γὰρ καὶ  
 ἐκ τῆς πολλῆς Ἐσφίλλω λαμβάνειν, καὶ πολ-  
 λοις πόνοις ὑπομένειν καὶ μάλα τε δύωματα·  
 ταῦτα ποιεῖν ὁ ἰούρος· οὕτω δὲ ἔχει καὶ ἐ-  
 πὶ ἧδὺ ἀρετῶν· ἐκ τε γὰρ τῆς ἀπέχεσθαι ἧδὺ  
 ἡδονῶν, γινόμεθα σφόδρον· καὶ γυμνοῦμαι,  
 μάλα τε δύωματα ἀπέχεσθαι ἀνῆδὺ· ὁ-  
 μοίως δὲ καὶ ὅτι τῆς ἀδρῆρας· ἐπιζέ-  
 μος γὰρ καταφευγεῖν ἧδὺ φοβεσθῶν, καὶ  
 ὑπομένειν αὐτὰ, γινόμεθα ἀδρῆρας· καὶ  
 γυμνοῦμαι, μάλα τε δύωματα ὑπομέ-  
 νειν τὰ φοβερά· Σημεῖον δὲ ποιεῖται ἧδὺ  
 ἔξωθεν, πλὴν ὅτι γυμνοῦμαι ἡδονῶν ἢ λυ-  
 πῶν πῶς ἔργος· ὁ μὲν γὰρ ἀπέχόμενος ἧδὺ  
 σωματικῶν ἡδονῶν, καὶ αὐτῶν πύπτω χεί-  
 ρων, σφόδρον· ὁ δὲ ἀγρόμενος, ἀκόλα-  
 στος· καὶ ὁ μὲν ὑπομένων τὰ δεινὰ καὶ  
 χεῖρων, ἢ μὴ λυπούμενος γὰρ, ἀδρῆρας·  
 ὁ δὲ λυπούμενος, δειλός· ὡς ἡδονῶν  
 γὰρ καὶ λυπῶν ὅτι ἢ ἡδονῶν ἀρετῆ· δια μὲν  
 γὰρ τὴν ἡδονῶν, τὰ αὐτὰ κατὰ πόρῳ· δια  
 δὲ πλὴν λυπῶν, ἧδὺ χαλῶν ἀπέχόμεθα· διὸ  
 δεῖ ἧδὺ πῶς ὁμοῖως ἐκ γένου, ὡς ὁ Πλάτων φησὶν, ὅτι  
 αἰετῶν ἢ γὰρ ὀρθῆ ποιηταῖα αὐτῆ ὅτι· ἐστὶ δὲ  
 εἰ ἀρεταί εἰσι ὡς ἀρεταί εἰσι ὡς ἀρεταί εἰσι  
 καὶ πύπτω πῶν τῶν  
 b iii j

& à defectu & ab excessu corrumpi sole-  
 re (opus enim est, ut in obscuris mani-  
 festa adducamus testimonia) sicut in vi-  
 ribus & sanitate conspicimus: quæ enim  
 nimium excedunt modum exercitati-  
 ones, & quæ item deficiunt, vires cor-  
 rumpunt: simili modo potus & cibi nimis  
 vel copiosi vel tenues sanitatem:modera-  
 ta verò omnia & faciunt, & augment, &  
 conseruant: Idem quoque in temperan-  
 tia, & fortitudine, & alijs virtutibus fit. Qui  
 enim omnia fugit & timet, neque quic-  
 quam sustinet, ignaues: qui contra nihil  
 omnino timet, sed omnia adit, audax  
 efficitur. Ita etiam qui omni voluptate  
 fruitur, à nullâque abstinet, intemperans:  
 qui omnes fugit, quemadmodum agre-  
 sses, stupidus quidam est: nam & temperan-  
 tia & fortitudo ab excessu & defectu cor-  
 rumpi, à mediocritate autem conseruari  
 consuevit. At verò non solum generati-  
 ones & incrementa & corruptiones ex iis-  
 dem & ab eisdem efficiuntur: verum et-  
 iam operationes in iisdem quoque erunt:  
 nam in alijs, quæ manifestiora sunt, res ita  
 se habet, ut in viribus, nam & illæ tum ex  
 multi cibi sumptione, tum ex multis la-  
 boribus sustinendis comparantur, & vtra-  
 que hæc præstare maximè omnium ro-  
 bustus potest. Idem in virtutibus contingit:  
 ex eo enim quòd abstinemus à vol-  
 uptatibus, efficiuntur temperantes: & effe-  
 cti temperantes maximè abstinere à vol-  
 uptatibus possumus: pari ratione in for-  
 titudine, affuescendo formidanda con-  
 temnere, & sustinere fortes efficiuntur: ef-  
 fecti verò, maximè sustinere ac pati terri-  
 bilia possumus.  
 Signum autè habitū fit vel voluptas, vel  
 agritudo, quæ facta subsequitur. Nam qui  
 à corporis voluptatibus abstinet, si eo i-  
 pso gaudet, temperans: si dolet, intemper-  
 tans est existimandus: qui item sustinet  
 terribilia & vel gaudet, vel certè non do-  
 let, fortis: qui autem dolet, ignaues est:  
 moralis enim virtus circa voluptates do-  
 lorisque versatur: quippe cum ob volu-  
 ptatem mala agamus: ob dolorem verò  
 ab honestis abstinemus. Quapropter, ut  
 Plato inquit, ab adolescentia ita instituo-  
 tos esse oportet homines, ut iis gaudeant,  
 & doleant, quibus gaudere & dolere de-  
 bent: hæc enim recta eruditio est. Præterea  
 si virtutes circa actiones & affectus sunt,