

The Enchiridion (Greek)

Epictetus

tr. Greek text

Plato Scroll · plato-scroll.netlify.app

Τ ὦ Ν ὄΝΤΩΝ τὰ μὲν ἐστὶν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν. ἐφ' ἡμῖν μὲν ὑπόληψις, ὁρμή, ὄρεξις, ἔκκλισις καὶ ἐνὶ λόγῳ ὅσα ἡμέτερα ἔργα: οὐκ ἐφ' ἡμῖν δὲ τὸ σῶμα, ἡ κτῆσις, δόξαι, ἀρχαὶ καὶ ἐνὶ λόγῳ ὅσα οὐχ ἡμέτερα ἔργα. καὶ τὰ μὲν ἐφ' ἡμῖν ἐστὶ φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, ἀπαρὰ πόδιστα, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἀσθενῆ, δοῦλα, κωλυτά, ἀλλότρια. μέμνησο οὖν, ὅτι, ἐὰν τὰ φύσει δοῦλα ἐλεύθερα οἰηθῆς καὶ τὰ ἀλλότρια ἴδια, ἐμποδισθῆς, πενθήσεις, ταραχθῆς, μέμψῃ καὶ θεοὺς καὶ ἀνθρώπους, ἐὰν δὲ τὸ σὸν μόνον οἰηθῆς σὸν εἶναι, τὸ δὲ ἀλλότριον, ὥσπερ ἐστίν, ἀλλότριον, οὐδεὶς σε ἀναγκάσει οὐδέποτε, οὐδεὶς σε κωλύσει, οὐ μέμψῃ οὐδένα, οὐκ ἐγκαλέσεις τινί, ἄκων πράξεις οὐδὲ ἔν, οὐδεὶς σε βλάψει, ἐχθρὸν οὐχ ἔξεις, οὐδὲ γὰρ βλαβερόν τι πείσῃ. τηλικούτων οὖν ἐφίεμενος μέμνησο, ὅτι οὐ δεῖ μετρίως κεκινημένον ἄπτεσθαι αὐτῶν, ἀλλὰ τὰ μὲν ἀφιέναι παντελῶς, τὰ δ' ὑπερτίθεσθαι πρὸς τὸ παρόν. ἐὰν δὲ καὶ ταῦτ' ἐθέλῃς καὶ ἄρχειν καὶ πλουτεῖν, τυχὸν μὲν οὐδ' αὐτῶν τούτων τεύξῃ διὰ τὸ καὶ τῶν προτέρων ἐφίεσθαι, πάντως γε μὴν ἐκείνων ἀποτεύξῃ, δι' ὧν μόνων ἐλευθερία καὶ εὐδαιμονία περιγίνεται. εὐθὺς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχεῖα μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι 'φαντασία εἶ καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον.' ἔπειτα ἐξέταζε αὐτὴν καὶ δοκίμαζε τοῖς κανόσι τούτοις οἷς ἔχεις, πρῶτῳ δὲ τούτῳ καὶ μάλιστα, πότερον περὶ τὰ ἐφ' ἡμῖν ἐστὶν ἢ περὶ τὰ οὐκ ἐφ' ἡμῖν: κἂν περὶ τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ᾗ, πρόχειρον ἔστω τὸ διότι 'οὐδὲν πρὸς ἐμέ'

μέμνησο, ὅτι ὀρέξεως ἐπαγγελία ἐπιτυχία, οὗ ὀρέγη, ἐκκλίσεως ἐπαγγελία τὸ μὴ περιπεσεῖν ἐκείνῳ, ὃ ἐκκλίνεται, καὶ ὁ μὲν ἐν ὀρέξει ἀποτυγχάνων ἀτυχής, ὁ δὲ ἐν ἐκκλίσει περιπίπτων δυστυχής. ἂν μὲν οὖν μόνᾳ ἐκκλίνῃς τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐπὶ σοί, οὐδενί, ὧν ἐκκλίνεις, περιπεσῇ: νόσον δ' ἂν ἐκκλίνῃς ἢ θάνατον ἢ πενίαν, δυστυχήσεις. ἄρον οὖν τὴν ἔκκλινσιν ἀπὸ πάντων τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ μετὰ θες ἐπὶ τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν. τὴν ὄρεξιν δὲ παντελῶς ἐπὶ τοῦ παρόντος ἄνελε: ἂν τε γὰρ ὀρέγη τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τινος, ἀτυχεῖν ἀνάγκη τῶν τε ἐφ' ἡμῖν, ὅσων ὀρέγεσθαι καλὸν ἂν, οὐδὲν οὐδέπω σοι πάρεστι. μόνῳ δὲ τῷ ὁρμᾶν καὶ ἀφορμᾶν χρῶ, κούφως μέντοι καὶ μεθ' ὑπεξαίρεσεως καὶ ἀνειμένως.

ἐφ' ἐκάστου τῶν ψυχαγωγούντων ἢ χρεῖαν παρεχόντων ἢ στεργομένων μέμνησο ἐπιλέγειν, ὁποῖόν ἐστιν, ἀπὸ τῶν σμικροτάτων ἀρξάμενος· ἂν χύτραν στέργῃς, ὅτι 'χύτραν στέργω.' κατεαγείσης γὰρ αὐτῆς οὐ παραχθήσῃ· ἂν παιδίον σαυτοῦ καταφιλῇς ἢ γυναικα, ὅτι ἄνθρωπον καταφιλεῖς· ἀποθανόντος γὰρ οὐ παραχθήσῃ.

ὅταν ἄπτεσθαί τινος ἔργου μέλλῃς, ὑπομίμνησκε σεαυτόν, ὁποῖόν ἐστι τὸ ἔργον. ἐὰν λουσόμενος ἀπίης, πρόβαλλε σεαυτῷ τὰ γινόμενα ἐν βαλανείῳ, τοὺς ἀπορραίνοντας, τοὺς ἐγκρουομένους, τοὺς λοιδοροῦντας, τοὺς κλέπτοντας. καὶ οὕτως ἀσφαλέστερον ἄψῃ τοῦ ἔργου, ἐὰν ἐπιλέγῃς εὐθὺς ὅτι 'λούσασθαι θέλω καὶ τὴν ἐμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι.' καὶ ὡσαύτως ἐφ' ἐκάστου ἔργου. οὕτω γὰρ ἂν τι πρὸς τὸ λούσασθαι γένηται ἐμποδῶν, πρόχειρον ἔσται διότι 'ἀλλ' οὐ τοῦτο ἤθελον μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ἐμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι: οὐ τηρήσω δέ, ἐὰν ἀγανακτῶ πρὸς τὰ γινόμενα.'

ταράσσει τοὺς ἀνθρώπους οὐ τὰ πράγματα, ἀλλὰ τὰ περὶ τῶν πραγμάτων δόγματα: οἷον ὁ θάνατος οὐδὲν δεινόν □ ἐπεὶ καὶ Σωκράτει ἂν ἐφαίνετο □, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τοῦ θανάτου, διότι δεινόν, ἐκεῖνο τὸ δεινόν ἐστιν. ὅταν οὖν ἐμποδιζώμεθα ἢ ταρασσώμεθα ἢ λυπώμεθα, μηδέποτε ἄλλον αἰτιώμεθα, ἀλλ' ἐαυτούς, τοῦτ' ἔστι τὰ ἐαυτῶν δόγματα. ἀπαιδεύτου ἔργον τὸ ἄλλοις ἐγκαλεῖν, ἐφ' οἷς αὐτὸς πράσσει κακῶς· ἡργμένου παιδεύεσθαι τὸ ἐαυτῷ: πεπαιδευμένου τὸ μήτε ἄλλω μήτε ἐαυτῷ.

ἐπὶ μηδενὶ ἐπαρθῆς ἀλλοτριῷ προτερήματι. εἰ ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγεν ὅτι 'καλὸς εἰμι,' οἰστὸν ἂν ἦν: σὺ δέ, ὅταν λέγῃς ἐπαιρόμενος ὅτι 'ἵππον καλὸν ἔχω,' ἴσθι, ὅτι ἐπὶ ἵππου ἀγαθῷ ἐπαίρη. τί οὖν ἐστι σόν; χρῆσις φαντασιῶν. ὥσθ', ὅταν ἐν χρήσει φαντασιῶν κατὰ φύσιν σχῆς, τηνικαῦτα ἐπάρθητι: τότε γὰρ ἐπὶ σῶ τινι ἀγαθῷ ἐπαρθήσῃ.

καθάπερ ἐν πλῶ τοῦ πλοίου καθορμισθέντος εἰ ἐξέλθοις ὑθρεύσασθαι, ὁδοῦ μὲν πάρεργον καὶ κοχλίδιον ἀναλέξῃ καὶ βολβάριον, τετάσθαι δὲ δεῖ τὴν διάνοιαν ἐπὶ τὸ πλοῖον καὶ συνεχῶς ἐπιστρέφεσθαι, μή ποτε ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, κἂν καλέσῃ, πάντα

ἐκεῖνα ἀφιέναι, ἵνα μὴ δεδεμένος ἐμβληθῆς ὡς τὰ πρόβατα: οὕτω καὶ ἐν τῷ βίῳ, ἐὰν διδῶται ἀντὶ βολβαρίου καὶ κοχλιδίου γυναικάριον καὶ παιδίον, οὐδὲν κωλύσει: ἐὰν δὲ ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, τρέχε ἐπὶ τὸ πλοῖον ἀφείς ἐκεῖνα ἅπαντα μηδὲ ἐπιστρεφόμενος. ἐὰν δὲ γέρων ᾖ, μηδὲ ἀπαλλαγῆς ποτε τοῦ πλοίου μακράν, μή ποτε καλοῦντος ἐλλίπης.

μὴ ζῆτει τὰ γινόμενα γίνεσθαι ὡς θέλεις, ἀλλὰ θέλε τὰ γινόμενα ὡς γίνεται καὶ εὐροήσεις.

νόσος σώματός ἐστιν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὐ, ἐὰν μὴ αὐτὴ θέλῃ. χῶλανσις σκέλους ἐστὶν ἐμπόδιον, προαιρέσεως δὲ οὐ. καὶ τοῦτο ἐφ' ἐκάστου τῶν ἐμπιπτόντων ἐπίλεγε: εὐρήσεις γὰρ αὐτὸ ἄλλου τινὸς ἐμπόδιον, σὸν δὲ οὐ. ἐφ' ἐκάστου τῶν προσπιπτόντων μέμνησο ἐπιστρέφων ἐπὶ σεαυτὸν ζητεῖν, τίνα δύναμιν ἔχεις πρὸς τὴν χρῆσιν αὐτοῦ. ἐὰν καλὸν ἴδῃς ἢ καλὴν, εὐρήσεις δύναμιν πρὸς ταῦτα ἐγκράτειαν: ἐὰν πόνος προσφέρηται, εὐρήσεις καρτερίαν: ἂν λοιδορία, εὐρήσεις ἀνεξικακίαν. καὶ οὕτως ἐπιζόμενόν σε οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι.

ἐφ' ἐκάστου τῶν προσπιπτόντων μέμνησο ἐπιστρέφων ἐπὶ σεαυτὸν ζητεῖν, τίνα δύναμιν ἔχεις πρὸς τὴν χρῆσιν αὐτοῦ. ἐὰν καλὸν ἴδῃς ἢ καλὴν, εὐρήσεις δύναμιν πρὸς ταῦτα ἐγκράτειαν: ἐὰν πόνος προσφέρηται, εὐρήσεις καρτερίαν: ἂν λοιδορία, εὐρήσεις ἀνεξικακίαν. καὶ οὕτως ἐπιζόμενόν σε οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι.

μηδέποτε ἐπὶ μηδενὸς εἴπῃς ὅτι 'ἀπώλεσα αὐτό,' ἀλλ' ὅτι 'ἀπέδωκα.' τὸ παιδίον ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. ἡ γυνὴ ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. 'τὸ χωρίον ἀφηρέθην.' οὐκοῦν καὶ τοῦτο ἀπεδόθη. 'ἀλλὰ κακὸς ὁ ἀφελόμενος.' τί δὲ σοὶ μέλει, διὰ τίνος σε ὁ δοὺς ἀπήτησε; μέχρι δ' ἂν διδῶ, ὡς ἀλλοτρίου αὐτοῦ ἐπιμελοῦ, ὡς τοῦ πανδοχείου οἱ παριόντες.

εἰ προκόψαι θέλεις, ἄφες τοὺς τοιούτους ἐπιλογισμούς. 'ἐὰν ἀμελήσω τῶν ἐμῶν, οὐχ ἔξω διατροφάς:' 'ἐὰν μὴ κολάσω τὸν παῖδα, πονηρὸς ἔσται.' κρεῖσσον γὰρ λιμῶ ἀποθανεῖν ἄλυπον καὶ ἄφοβον γενόμενον ἢ ζῆν ἐν ἀφθόνοις ταρασσόμενον. κρεῖττον δὲ τὸν παῖδα κακὸν εἶναι ἢ σὲ κακοδαίμονα. ἄρξαι τοιγαροῦν ἀπὸ τῶν

σμικρῶν. ἐκχεῖται τὸ ἐλάδιον, κλέπτεται τὸ οἰνάριον: ἐπίλεγε ὅτι ‘τοσοῦτου πωλεῖται ἀπάθεια, τοσοῦτου ἀταραξία:’ προῖκα δὲ οὐδὲν περιγίνεται. ὅταν δὲ καλῆς τὸν παῖδα, ἐνθυμοῦ, ὅτι δύναται μὴ ὑπακοῦσαι καὶ ὑπακούσας μὴδὲν ποιῆσαι ὧν θέλεις: ἀλλ’ οὐχ οὕτως ἐστὶν αὐτῷ καλῶς, ἵνα ἐπ’ ἐκείνῳ ἢ τὸ σὲ μὴ ταραχθῇται.

εἰ προκόψαι θέλεις, ὑπόμεινον ἔνεκα τῶν ἐκτὸς ἀνόητος δόξας καὶ ἡλίθιος, μὴδὲν βούλου δοκεῖν ἐπίστασθαι: κἂν δόξης τις εἴναι τισιν, ἀπίσται σεαυτῷ. ἴσθι γὰρ ὅτι οὐ ῥάδιον τὴν προαίρεσιν τὴν σεαυτοῦ κατὰ φύσιν ἔχουσιν φυλάξαι καὶ τὰ ἐκτός, ἀλλὰ τοῦ ἐτέρου ἐπιμελούμενον τοῦ ἐτέρου ἀμελεῖναι πᾶσα ἀνάγκη.

ἐὰν θέλῃς τὰ τέκνα σου καὶ τὴν γυναῖκα καὶ τοὺς φίλους σου πάντοτε ζῆν, ἡλίθιος εἶ: τὰ γὰρ μὴ ἐπὶ σοὶ θέλεις ἐπὶ σοὶ εἶναι καὶ τὰ ἀλλότρια σὰ εἶναι. οὕτω κἂν τὸν παῖδα θέλῃς μὴ ἀμαρτάνειν, μωρὸς εἶ: θέλεις γὰρ τὴν κακίαν μὴ εἶναι κακίαν, ἀλλ’ ἄλλο τι. ἐὰν δὲ θέλῃς ὀρεγόμενος μὴ ἀποτυγχάνειν, τοῦτο δύνασαι. τοῦτο οὖν ἄσκει, ὃ δύνασαι. κύριος ἐκάστου ἐστὶν ὁ τῶν ὑπ’ ἐκείνου θελομένων ἢ μὴ θελομένων ἔχων τὴν ἐξουσίαν εἰς τὸ περιποιῆσαι ἢ ἀφελέσθαι. ὅστις οὖν ἐλεύθερος εἶναι βούλεται, μήτε θελέτω τι μήτε φευγέτω τι τῶν ἐπ’ ἄλλοις: εἰ δὲ μή, δουλεύειν ἀνάγκη.

μέμνησο, ὅτι ὡς ἐν συμποσίῳ σε δεῖ ἀναστρέφεσθαι. περιφερόμενον γέγονέ τι κατὰ σέ: ἐκτείνας τὴν χεῖρα κοσμίως μετάλαβε. παρέρχεται: μὴ κάτεχε. οὐπω ἤκει: μὴ ἐπίβαλλε πόρρω τὴν ὄρεξιν, ἀλλὰ περίμενε, μέχρις ἂν γένηται κατὰ σέ. οὕτω πρὸς τέκνα, οὕτω πρὸς γυναῖκα, οὕτω πρὸς ἀρχάς, οὕτω πρὸς πλοῦτον: καὶ ἔση ποτὲ ἄξιός τῶν θεῶν συμπότης. ἂν δὲ καὶ παρατεθέντων σοι μὴ λάβῃς, ἀλλ’ ὑπερίδῃς, τότε οὐ μόνον συμπότης τῶν θεῶν ἔση, ἀλλὰ καὶ συνάρχων. οὕτω γὰρ ποιῶν Διογένης καὶ Ἡράκλειτος καὶ οἱ ὅμοιοι ἀξίως θεῶν τε ἦσαν καὶ ἐλέγοντο.

ὅταν κλαίοντα ἴδῃς τινὰ ἐν πένθει ἢ ἀποδημοῦντος τέκνου ἢ ἀπολωλεκότα τὰ ἑαυτοῦ, πρόσεχε μὴ σε ἡ φαντασία συναρπάσῃ ὡς ἐν κακοῖς ὄντος αὐτοῦ τοῖς ἐκτός, ἀλλ’ εὐθὺς ἔστω πρόχειρον ὅτι ‘τοῦτον θλίβει οὐ τὸ συμβεβηκός □ ἄλλον γὰρ οὐ θλίβει □, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτου.’ μέχρι μέντοι λόγου μὴ ὅκνει συμπεριφέρεσθαι αὐτῷ, κἂν οὕτω τύχῃ, καὶ συνεπιστενάζαι:

πρόσεχε μέντοι μὴ καὶ ἔσωθεν στενάζῃς. μέμνησο, ὅτι ὑποκριτὴς εἶ δράματος, οἷου ἂν θέλῃ ὁ διδάσκαλος: ἂν βραχύ, βραχέος: ἂν μακρόν, μακροῦ: ἂν πτωχὸν ὑποκρίνασθαί σε θέλῃ, ἵνα καὶ τοῦτον εὐφυῶς ὑποκρίνῃ ἂν χωλόν, ἂν ἄρχοντα, ἂν ἰδιώτην. σὸν γὰρ τοῦτ' ἔστι, τὸ δοθὲν ὑποκρίνασθαι πρόσωπον καλῶς: ἐκλέξασθαι δ' αὐτὸ ἄλλου.

κόραξ ὅταν μὴ αἴσιον κεκράγῃ, μὴ συναρπαζέτω σε ἢ φαντασία: ἀλλ' εὐθὺς διαίρει παρὰ σεαυτῷ καὶ λέγε ὅτι 'τούτων ἐμοὶ οὐδὲν ἐπισημαίνεται, ἀλλ' ἢ τῷ σωματίῳ μου ἢ τῷ κτησιδίδῳ μου ἢ τῷ δοξαρίῳ μου ἢ τοῖς τέκνοις ἢ τῇ γυναικί. ἐμοὶ δὲ πάντα αἴσια σημαίνεται, ἐὰν ἐγὼ θέλω: ὅ τι γὰρ ἂν τούτων ἀποβαίνῃ, ἐπ' ἐμοὶ ἐστὶν ὠφεληθῆναι ἀπ' αὐτοῦ.'

ἀνίκητος εἶναι δύνασαι, ἐὰν εἰς μηδένα ἀγῶνα καταβαίνῃς, ὃν οὐκ ἔστιν ἐπὶ σοὶ νικῆσαι. ὅρα μήποτε ἰδὼν τινα προτιμώμενον ἢ μέγα δυνάμενον ἢ ἄλλως εὐδοκιμοῦντα μακαρίσης, ὑπὸ τῆς φαντασίας συναρπασθεῖς. ἐὰν γὰρ ἐν τοῖς ἐφ' ἡμῖν ἢ οὐσίᾳ τοῦ ἀγαθοῦ ἦ, οὔτε φθόνος οὔτε ζηλοτυπία χώραν ἔχει: σύ τε αὐτὸς οὐ στρατηγός, οὐ πρύτανις ἢ ὑπατος εἶναι θελήσεις, ἀλλ' ἐλεύθερος. μία δὲ ὁδὸς πρὸς τοῦτο, καταφρόνησις τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν.

μέμνησο, ὅτι οὐχ ὁ λοιδορῶν ἢ ὁ τύπτων ὑβρίζει, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτων ὡς ὑβρίζοντων. ὅταν οὖν ἐρεθίσῃ σέ τις, ἴσθι, ὅτι ἡ σὴ σε ὑπόληψις ἠρέθηκε. τοιγαροῦν ἐν πρώτοις πειρῷ ὑπὸ τῆς φαντασίας μὴ συναρπασθῆναι: ἂν γὰρ ἅπαξ χρόνου καὶ διατριβῆς τύχῃς, ῥᾶον κρατήσεις σεαυτοῦ.

θάνατος καὶ φυγὴ καὶ πάντα τὰ δεινὰ φαινόμενα πρὸ ὀφθαλμῶν ἔστω σοὶ καθ' ἡμέραν, μάλιστα δὲ πάντων ὁ θάνατος: καὶ οὐδὲν οὐδέποτε οὔτε ταπεινὸν ἐνθυμηθήσῃ οὔτε ἄγαν ἐπιθυμήσεις τινός.

εἰ φιλοσοφίας ἐπιθυμεῖς, παρασκευάζου αὐτόθεν ὡς καταγελασθησόμενος, ὡς καταμωκησομένων σου πολλῶν, ὡς ἐρούντων ὅτι 'ἄφνω φιλόσοφος ἡμῖν ἐπανελήλυθε' καὶ 'πόθεν ἡμῖν αὕτη ἡ ὀφρὺς;' σὺ δὲ ὀφρὺν μὲν μὴ σχῆς: τῶν δὲ βελτίστων σοὶ φαινομένων οὕτως ἔχου, ὡς ὑπὸ τοῦ θεοῦ τεταγμένος εἰς ταύτην τὴν χώραν: μέμνησό τε διότι, ἐὰν μὲν ἐμμείνῃς τοῖς αὐτοῖς, οἱ καταγελῶντές σου τὸ πρότερον οὗτοί σε ὕστερον θαυμάσονται, ἐὰν

δὲ ἡττηθῆς αὐτῶν, διπλοῦν προσλήψῃ καταγέλωτα.

ἐάν ποτέ σοι γένηται ἔξω στραφῆναι πρὸς τὸ βούλεσθαι ἀρέσαι τινί, ἴσθι ὅτι ἀπώλεσας τὴν ἔνστασιν. ἀρκοῦ οὖν ἐν παντὶ τῷ εἶναι φιλόσοφος εἰ δὲ καὶ δοκεῖν βούλει τῷ εἶναι, σαυτῷ φαίνου καὶ ἱκανὸς ἔσῃ.

οὗτοί σε οἱ διαλογισμοὶ μὴ θλιβέτωσαν ‘ἄτιμος ἐγὼ βιώσομαι καὶ οὐδεὶς οὐδαμοῦ.’ εἰ γὰρ ἡ ἀτιμία ἐστὶ κακόν, οὐ δύνασαι ἐν κακῷ εἶναι δι’ ἄλλον, οὐ μᾶλλον ἢ ἐν αἰσχυρῷ: μή τι οὖν σόν ἐστιν ἔργον τὸ ἀρχῆς τυχεῖν ἢ παραληφθῆναι ἐφ’ ἐστίασιν; οὐδαμῶς. πῶς οὖν ἔτι τοῦτ’ ἔστιν ἀτιμία; πῶς δὲ οὐδεὶς οὐδαμοῦ ἔσῃ, ὃν ἐν μόνοις εἶναι τίνα δεῖ τοῖς ἐπὶ σοί, ἐν οἷς ἔξεστί σοι εἶναι πλείστου ἀξίω; ἀλλὰ σοι οἱ φίλοι ἀβοήθητοι ἔσονται. τί λέγεις τὸ ἀβοήθητοι; οὐχ ἔξουσι παρὰ σοῦ κερμάτιον: οὐδὲ πολίτας Ῥωμαίων αὐτοὺς ποιήσεις. τίς οὖν σοι εἶπεν, ὅτι ταῦτα τῶν ἐφ’ ἡμῖν ἐστιν, οὐχὶ δὲ ἀλλότρια ἔργα; τίς δὲ δοῦναι δύναται ἐτέρῳ, ἢ μὴ ἔχει αὐτός; ‘κτῆσαι οὖν,’ φησὶν, ‘ἵνα ἡμεῖς ἔχωμεν.’ εἰ δύναμαι κτήσασθαι τηρῶν ἐμαυτὸν αἰδήμονα καὶ πιστὸν καὶ μεγαλόφρονα, δείκνυε τὴν ὁδὸν καὶ κτήσομαι. εἰ δ’ ἐμὲ ἀξιοῦτε τὰ ἀγαθὰ τὰ ἐμαυτοῦ ἀπολέσαι, ἵνα ὑμεῖς τὰ μὴ ἀγαθὰ περιποιήσησθε, ὁρᾶτε ὑμεῖς, πῶς ἄνισοι ἐστε καὶ ἀγνώμονες. τί δὲ καὶ βούλεσθε μᾶλλον; ἀργύριον ἢ φίλον πιστὸν καὶ αἰδήμονα; εἰς τοῦτο οὖν μοι μᾶλλον συλλαμβάνετε καὶ μή, δι’ ὧν ἀποβαλῶ αὐτὰ ταῦτα, ἐκεῖνά με πράσσειν ἀξιοῦτε. ‘ἀλλ’ ἡ πατρίς, ὅσον ἐπ’ ἐμοί,’ φησὶν, ‘ἀβοήθητος ἔσται.’ πάλιν, ποῖαν καὶ ταύτην βοήθειαν; στοὰς οὐχ ἔξει διὰ σέ οὔτε βαλανεῖα. καὶ τί τοῦτο; οὐδὲ γὰρ ὑποδήματα ἔχει διὰ τὸν χαλκέα οὐδ’ ὅπλα διὰ τὸν σκυτέα: ἱκανὸν δέ, ἐὰν ἕκαστος ἐκπληρώσῃ τὸ ἑαυτοῦ ἔργον. εἰ δὲ ἄλλον τινὰ αὐτῇ κατεσκευάζεις πολίτην πιστὸν καὶ αἰδήμονα, οὐδὲν ἂν αὐτὴν ὠφέλεις; ‘ναί.’ οὐκοῦν οὐδὲ σὺ αὐτὸς ἀνωφελὴς ἂν εἴης αὐτῇ. ‘τίνα οὖν ἔξω,’ φησὶ, ‘χώραν ἐν τῇ πόλει;’ ἦν ἂν δύνη φυλάττων ἅμα τὸν πιστὸν καὶ αἰδήμονα. εἰ δὲ ἐκείνην ὠφελεῖν βουλόμενος ἀποβαλεῖς ταῦτα, τί ὄφελος ἂν αὐτῇ γένοιο ἀναιδὴς καὶ ἄπιστος ἀποτελεσθεὶς;

Προετιμήθη σοῦ τις ἐν ἐστιάσει ἢ ἐν προσαγορεύσει ἢ ἐν τῷ παραληφθῆναι εἰς συμβουλίαν; εἰ μὲν ἀγαθὰ ταῦτά ἐστι, χαίρειν σε

δεῖ, ὅτι ἔτυχεν αὐτῶν ἐκεῖνος· εἰ δὲ κακά, μὴ ἄχθου, ὅτι σὺ αὐτῶν οὐκ ἔτυχες· μέμνησο δέ, ὅτι οὐ δύνασαι μὴ ταῦτά ποιῶν πρὸς τὸ τυγχάνειν τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τῶν ἴσων ἀξιοῦσθαι. πῶς γὰρ ἴσον ἔχειν δύναται ὁ μὴ φοιτῶν ἐπὶ θύρας τινὸς τῷ φοιτῶντι; ὁ μὴ παραπέμπων τῷ παραπέμποντι; ὁ μὴ ἐπαινῶν τῷ ἐπαινοῦντι, ἄδικος οὖν ἔση καὶ ἄπληστος, εἰ μὴ προϊέμενος ταῦτα, ἀνθ' ὧν ἐκεῖνα πιπράσκειται, προῖκα αὐτὰ βουλήσῃ λαμβάνειν. ἀλλὰ πόσου πιπράσκονται θρίδακες; ὀβολοῦ, ἂν οὕτω τύχη. ἂν οὖν τις προέμενος τὸν ὀβολὸν λάβῃ θρίδακας, σὺ δὲ μὴ προέμενος μὴ λάβῃς, μὴ οἴου ἔλαττον ἔχειν τοῦ λαβόντος. ὥς γὰρ ἐκεῖνος ἔχει θρίδακας, οὕτω σὺ τὸν ὀβολόν, ὃν οὐκ ἔδωκας. τὸν αὐτὸν δὴ τρόπον καὶ ἐνταῦθα. οὐ παρεκλήθης ἐφ' ἐστίαςίν τινος; οὐ γὰρ ἔδωκας τῷ καλοῦντι, ὅσου πωλεῖ τὸ δεῖπνον. ἐπαίνου δ' αὐτὸ πωλεῖ, θεραπείας πωλεῖ. δὸς οὖν τὸ διάφορον, εἰ σοι λυσιτελεῖ, ὅσου πωλεῖται. εἰ δὲ κάκεῖνα θέλεις μὴ προϊέσθαι καὶ ταῦτα λαμβάνειν, ἄπληστος εἶ καὶ ἀβέλετος. οὐδὲν οὖν ἔχεις ἀντὶ τοῦ δείπνου; ἔχεις μὲν οὖν τὸ μὴ ἐπαινέσαι τοῦτον, ὃν οὐκ ἤθελες, τὸ μὴ ἀνασχέσθαι αὐτοῦ τῶν ἐπὶ τῆς εἰσόδου.

τὸ βούλημα τῆς φύσεως καταμαθεῖν ἔστιν ἐξ ὧν οὐ διαφερόμεθα πρὸς ἀλλήλους. οἶον, ὅταν ἄλλου παιδάριον κατεάξῃ τὸ ποτήριον, πρόχειρον εὐθὺς λέγειν ὅτι 'τῶν γινομένων ἐστίν.' ἴσθι οὖν, ὅτι, ὅταν καὶ τὸ σὸν κατεαγῇ, τοιοῦτον εἶναί σε δεῖ, ὅποιον ὅτε καὶ τὸ τοῦ ἄλλου κατεάγῃ. οὕτω μετατίθεται καὶ ἐπὶ τὰ μείζονα. τέκνον ἄλλου τέθνηκεν ἢ γυνή; οὐδεὶς ἐστίν ὃς οὐκ ἂν εἴποι ὅτι 'ἀνθρώπινον;' ἀλλ' ὅταν τὸ αὐτοῦ τινος ἀποθάνῃ, εὐθὺς 'οἶμοι, τάλας ἐγώ.' ἐχρῆν δὲ μεμνησθαι, τί πάσχομεν περὶ ἄλλων αὐτὸ ἀκούσαντες.

ὥσπερ σκοπὸς πρὸς τὸ ἀποτυχεῖν οὐ τίθεται, οὕτως οὐδὲ κακοῦ φύσις ἐν κόσμῳ γίνεται.

εἰ μὲν τὸ σῶμά σου τις ἐπέτρεπε τῷ ἀπαντήσαντι, ἡγανάκτεις ἄν· ὅτι δὲ σὺ τὴν γνώμην τὴν σεαυτοῦ ἐπιτρέπεις τῷ τυχόντι, ἵνα, ἐὰν λοιδωρήσῃται σοι, ταραχθῇ ἐκείνη καὶ συγχυθῇ, οὐκ αἰσχύνῃ τούτου ἕνεκα;

ἐκάστου ἔργου σκόπει τὰ κατηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα αὐτοῦ καὶ οὕτως ἔρχου ἐπ' αὐτό. εἰ δὲ μή, τὴν μὲν πρώτην προθύμως ἤξεις ἅτε μηδὲν τῶν ἐξῆς ἐντεθυμημένος, ὕστερον δὲ ἀναφανέντων δυσχερῶν τινων αἰσχροῦς ἀποστήσῃ. θέλεις Ὀλύμπια νικῆσαι; κἀγώ, νῆ τοὺς θεοὺς: κομψὸν γάρ ἐστιν. ἀλλὰ σκόπει τὰ κατηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἅπτου τοῦ ἔργου. δεῖ σ' εὐτακτεῖν, ἀναγκοτροφεῖν, ἀπέχεσθαι περμάτων, γυμνάζεσθαι πρὸς ἀνάγκην, ἐν ὥρᾳ τεταγμένη, ἐν καύματι, ἐν ψύχει, μὴ ψυχρὸν πίνειν, μὴ οἶνον, ὥς ἔτυχεν, ἀπλῶς ὥς ἱατρῷ παραδεδωκέναι σεαυτὸν τῷ ἐπιστάτῃ, εἴτα ἐν τῷ ἀγῶνι παρορύσσεσθαι, ἔστι δὲ ὅτε χεῖρα ἐκβαλεῖν, σφυρὸν στρέψαι, πολλὴν ἀφὴν καταπιεῖν, ἔσθ' ὅτε μαστιγωθῆναι καὶ μετὰ τούτων πάντων νικηθῆναι. ταῦτα ἐπισκεψάμενος, ἂν ἔτι θέλῃς, ἔρχου ἐπὶ τὸ ἀθλεῖν. εἰ δὲ μή, ὥς τὰ παιδία ἀναστραφήσῃ, ἃ νῦν μὲν παλαιστὰς παίζει, νῦν δὲ μονομάχους, νῦν δὲ σαλπίζει, εἴτα τραγωδεῖ: οὕτω καὶ σὺ νῦν μὲν ἀθλητῆς, νῦν δὲ μονομάχος, εἴτα ῥήτωρ, εἴτα φιλόσοφος, ὅλη δὲ τῇ ψυχῇ οὐδέν: ἀλλ' ὥς πίθηκος πᾶσαν θέαν, ἣν ἂν ἴδῃς, μιμῇ καὶ ἄλλο ἐξ ἄλλου σοι ἀρέσκει. οὐ γὰρ μετὰ σκέψεως ἥλθες ἐπὶ τι οὐδὲ περιοδεύσας, ἀλλ' εἰκῇ καὶ κατὰ ψυχρὰν ἐπιθυμίαν. οὕτω θεασάμενοί τινες φιλόσοφον καὶ ἀκούσαντες οὕτω τινὸς λέγοντος, ὥς Εὐφράτης λέγει □ καίτοι τίς οὕτω δύναται εἰπεῖν, ὥς ἐκεῖνος; □ , θέλουσι καὶ αὐτοὶ φιλοσοφεῖν. ἄνθρωπε, πρῶτον ἐπίσκεψαι, ὁποῖόν ἐστι τὸ πρᾶγμα: εἴτα καὶ τὴν σεαυτοῦ φύσιν κατάμαθε, εἰ δύνασαι βαστάσαι. πένταθλος εἶναι βούλει ἢ παλαιστής; ἴδε σεαυτοῦ τοὺς βραχίονας, τοὺς μηρούς, τὴν ὀσφὺν κατάμαθε. ἄλλος γὰρ πρὸς ἄλλο πέφυκε. δοκεῖς, ὅτι ταῦτα ποιῶν ὡσαύτως δύνασαι ἐσθίειν, ὡσαύτως πίνειν, ὁμοίως ὀρέγεσθαι, ὁμοίως δυσαρεστεῖν; ἀγρυπνῆσαι δεῖ, πονῆσαι, ἀπὸ τῶν οἰκείων ἀπελθεῖν, ὑπὸ παιδαρίου καταφρονηθῆναι, ὑπὸ τῶν ἀπαντῶντων καταγελασθῆναι, ἐν παντὶ ἦττον ἔχειν, ἐν τιμῇ, ἐν ἀρχῇ, ἐν δίκῃ, ἐν πραγματίῳ παντί. ταῦτα ἐπίσκεψαι. εἰ θέλεις ἀντικαταλλάξασθαι τούτων ἀπάθειαν, ἐλευθερίαν, ἀταραξίαν: εἰ δὲ μή, μὴ προσάγαγε. μὴ ὥς τὰ παιδία νῦν φιλόσοφος, ὕστερον δὲ τελώνης, εἴτα ῥήτωρ, εἴτα ἐπίτροπος Καίσαρος. ταῦτα οὐ συμφωνεῖ. ἔνα σε δεῖ ἄνθρωπον ἢ ἀγαθὸν ἢ κακὸν εἶναι: ἢ τὸ ἡγεμονικόν σε δεῖ ἐξεργάζεσθαι τὸ

σαυτοῦ ἢ τὸ ἐκτὸς ἢ περὶ τὰ ἔσω φιλοτεχνεῖν ἢ περὶ τὰ ἔξω: τοῦτ' ἔστιν ἢ φιλοσόφου τάξιν ἐπέχειν ἢ ἰδιώτου.

τὰ καθήκοντα ὡς ἐπίπαν ταῖς σχέσεσι παραμετρεῖται. πατήρ ἐστιν: ὑπαγορεύεται ἐπιμελεῖσθαι, παραχωρεῖν ἀπάντων, ἀνέχεσθαι λοιδοροῦντος, παίουτος. 'ἀλλὰ πατήρ κακός ἐστι.' μή τι οὖν πρὸς ἀγαθὸν πατέρα φύσει ὤκειώθη; ἀλλὰ πρὸς πατέρα. 'ὁ ἀδελφὸς ἀδικοῦ.' τήρει τοιγαροῦν τὴν τάξιν τὴν σεαυτοῦ πρὸς αὐτὸν μηδὲ σκόπει, τί ἐκεῖνος ποιεῖ, ἀλλὰ τί σοὶ ποιήσαντι κατὰ φύσιν ἢ σὴ ἔξει προαίρεσις: σὲ γὰρ ἄλλος οὐ βλάψει, ἂν μὴ σὺ θέλῃς: τότε δὲ ἔση βεβλαμμένος, ὅταν ὑπολάβῃς βλάπτεσθαι. οὕτως οὖν ἀπὸ τοῦ γείτονος, ἀπὸ τοῦ πολίτου, ἀπὸ τοῦ στρατηγοῦ τὸ καθήκον εὐρήσεις, ἐὰν τὰς σχέσεις ἐθίζῃ θεωρεῖν.

τῆς περὶ τοὺς θεοὺς εὐσεβείας ἴσθι ὅτι τὸ κυριώτατον ἐκεῖνός ἐστιν, ὀρθὰς ὑπολήψεις περὶ αὐτῶν ἔχειν ὡς ὄντων καὶ διοικούντων τὰ ὅλα καλῶς καὶ δικαίως καὶ σαυτὸν εἰς τοῦτο κατατεταχέναι, τὸ πείθεσθαι αὐτοῖς καὶ εἶκειν πᾶσι τοῖς γινομένοις καὶ ἀκολουθεῖν ἐκόντα ὡς ὑπὸ τῆς ἀρίστης γνώμης ἐπιτελουμένοις. οὕτω γὰρ οὐ μέμψῃ ποτὲ τοὺς θεοὺς οὔτε ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελούμενος. ἄλλως δὲ οὐχ οἶόν τε τοῦτο γίνεσθαι, ἐὰν μὴ ἄρῃς ἀπὸ τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ ἐν τοῖς ἐφ' ἡμῖν μόνοις θῆς τὸ ἀγαθὸν καὶ τὸ κακόν. ὡς, ἂν γέ τι ἐκείνων ὑπολάβῃς ἀγαθὸν ἢ κακόν, πᾶσα ἀνάγκη, ὅταν ἀποτυγχάνῃς ὧν θέλεις καὶ περιπίπτῃς οἷς μὴ θέλεις, μέμψασθαί σε καὶ μισεῖν τοὺς αἰτίους. ἐφύκε γὰρ πρὸς τοῦτο πᾶν ζῶον τὰ μὲν βλαβερὰ φαινόμενα καὶ τὰ αἷτια αὐτῶν φεύγειν καὶ ἐκτρέπεσθαι, τὰ δὲ ὠφέλιμα καὶ τὰ αἷτια αὐτῶν μετιέναι τε καὶ τεθηπέναι. ἀμήχανον οὖν βλάπτεσθαί τινα οἰόμενον χαίρειν τῷ δοκοῦντι βλάπτειν, ὥσπερ καὶ τὸ αὐτῇ τῇ βλάβῃ χαίρειν ἀδύνατον. ἔνθεν καὶ πατήρ ὑπὸ υἱοῦ λοιδορεῖται, ὅταν τῶν δοκούντων ἀγαθῶν εἶναι τῷ παιδί μὴ μεταδιδῷ: καὶ Πολυνεΐκην καὶ Ἑτεοκλέα τοῦτ' ἐποίησε πολεμίους ἀλλήλοις τὸ ἀγαθὸν οἶεσθαι τὴν τυραννίδα. διὰ τοῦτο καὶ ὁ γεωργὸς λοιδορεῖ τοὺς θεοὺς, διὰ τοῦτο ὁ ναύτης, διὰ τοῦτο ὁ ἔμπορος, διὰ τοῦτο οἱ τὰς γυναῖκας καὶ τὰ τέκνα ἀπολλύντες. ὅπου γὰρ τὸ συμφέρον, ἐπεὶ καὶ τὸ εὐσεβές. ὥστε, ὅστις ἐπιμελεῖται τοῦ ὀρέγεσθαι ὡς δεῖ καὶ ἐκκλίνειν, ἐν τῷ αὐτῷ καὶ εὐσεβείας ἐπιμελεῖται. σπένδειν δὲ καὶ θύειν καὶ ἀπάρχεσθαι κατὰ τὰ πάτρια

ἐκάστοτε προσήκει καθαρῶς καὶ μὴ ἐπισεσυρμένως μηδὲ ἀμελῶς μηδέ γε γλίσχρως μηδὲ ὑπὲρ δύναμιν.

ὅταν μαντικῇ προσίης, μέμνησο, ὅτι, τί μὲν ἀποβήσεται, οὐκ οἶδας, ἀλλὰ ἤκεις ὡς παρὰ τοῦ μάντεως αὐτὸ πευσόμενος, ὁποῖον δέ τι ἐστίν, ἐλήλυθας εἰδῶς, εἴπερ εἶ φιλόσοφος. εἰ γάρ ἐστί τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν, πᾶσα ἀνάγκη μήτε ἀγαθὸν αὐτὸ εἶναι μήτε κακόν. μὴ φέρε οὖν πρὸς τὸν μάντιν ὄρεξιν ἢ ἔκκλισιν μηδὲ τρέμων αὐτῷ πρόσει, ἀλλὰ διεγνωκῶς, ὅτι πᾶν τὸ ἀποβησόμενον ἀδιάφορον καὶ οὐδὲν πρὸς σέ, ὁποῖον δ' ἂν ᾖ, ἔσται αὐτῷ χρῆσασθαι καλῶς καὶ τοῦτο οὐθεὶς κωλύσει. θαρρῶν οὖν ὡς ἐπὶ συμβούλους ἔρχου τοὺς θεούς· καὶ λοιπόν, ὅταν τί σοι συμβουλευθῇ, μέμνησο τίνας συμβούλους παρέλαβες καὶ τίνων παρακούσεις ἀπειθήσας. ἔρχου δὲ ἐπὶ τὸ μαντεύεσθαι, καθάπερ ἡξίου Σωκράτης, ἐφ' ᾧν ἢ πᾶσα σκέψις τὴν ἀναφορὰν εἰς τὴν ἔκβασιν ἔχει καὶ οὔτε ἐκ λόγου οὔτε ἐκ τέχνης τινὸς ἄλλης ἀφορμαὶ δίδονται πρὸς τὸ συνιδεῖν τὸ προκείμενον· ὥστε, ὅταν δεῖσῃ συγκινδυνεῦσαι φίλῳ ἢ πατρίδι, μὴ μαντεύεσθαι, εἰ συγκινδυνευτέον. καὶ γὰρ ἂν προείπη σοι ὁ μάντις φαῦλα γεγυνέναι τὰ ἱερά, δῆλον ὅτι θάνατος σημαίνεται ἢ πῆρωσις μέρους τινὸς τοῦ σώματος ἢ φυγή· ἀλλ' αἰρεῖ ὁ λόγος καὶ σὺν τούτοις παρίστασθαι τῷ φίλῳ καὶ τῇ πατρίδι συγκινδυνεύειν. τοιγαροῦν τῷ μέζονι μάντει πρόσεχε, τῷ Πυθίῳ, ὃς ἐξέβαλε τοῦ ναοῦ τὸν οὐ βοηθήσαντα ἀναιρουμένῳ τῷ φίλῳ.

τάξον τινὰ ἤδη χαρακτῆρα σαυτῷ καὶ τύπον, ὃν φυλάξεις ἐπὶ τε σεαυτοῦ ὦν καὶ ἀνθρώποις ἐντυγχάνων. καὶ σιωπῇ τὸ πολὺ ἔστω ἢ λαλεῖσθω τὰ ἀναγκαῖα καὶ δι' ὀλίγων. σπανίως δέ ποτε καιροῦ παρακαλοῦντος ἐπὶ τὸ λέγειν λέξον μὲν, ἀλλὰ περὶ οὐδενὸς τῶν τυχόντων· μὴ περὶ μονομαχιῶν, μὴ περὶ ἵπποδρομιῶν, μὴ περὶ ἀθλητῶν, μὴ περὶ βρωμάτων ἢ πομάτων, τῶν ἐκασταχοῦ, μάλιστα δὲ μὴ περὶ ἀνθρώπων ψέγων ἢ ἐπαινῶν ἢ συγκρίνων. ἂν μὲν οὖν οἶός τε ᾖς, μετάγαγε τοῖς σοῖς λόγοις καὶ τοὺς τῶν συνόντων ἐπὶ τὸ προσῆκον. εἰ δὲ ἐν ἀλλοφύλοις ἀποληφθεὶς τύχοις, σιώπα. γέλως μὴ πολὺς ἔστω μηδὲ ἐπὶ πολλοῖς μηδὲ ἀνειμένος. ὅρκον παραίτησαι, εἰ μὲν οἶόν τε, εἰς ἅπαν, εἰ δὲ μή, ἐκ τῶν ἐνόντων. ἐστιάσεις τὰς ἔξω καὶ ἰδιωτικὰς διακρούου· ἐὰν δέ ποτε γίνηται καιρός, ἐντετάσθω σοι ἢ προσοχή, μήποτε ἄρα ὑπορρυῆς εἰς

ιδιωτισμόν. ἴσθι γάρ, ὅτι, ἐὰν ὁ ἐταῖρος ἦ μεμολυσμένος, καὶ τὸν συνανατριβόμενον αὐτῷ συμμολύνεσθαι ἀνάγκη, κἂν αὐτὸς ὦν τύχη καθαρός. τὰ περὶ τὸ σῶμα μέχρι τῆς χρείας ψιλῆς παραλάμβανε, οἷον τροφάς, πόμα, ἀμπεχόνην, οἰκίαν, οἰκετίαν: τὸ δὲ πρὸς δόξαν ἢ τρυφὴν ἅπαν περιέγραφε. περὶ ἀφροδίσια εἰς δύναμιν πρὸ γάμου καθαρευτέον: ἀπτομένῳ δὲ ὦν νόμιμόν ἐστι μεταληπτέον. μὴ μέντοι ἐπαχθῆς γίνου τοῖς χρωμένοις μηδὲ ἐλεγκτικός: μηδὲ πολλαχοῦ τὸ ὅτι αὐτὸς οὐ χρῆ, παράφερε. ἐὰν τίς σοι ἀπαγγείλῃ ὅτι ὁ δεῖνά σε κακῶς λέγει, μὴ ἀπολογοῦ πρὸς τὰ λεχθέντα, ἀλλ' ἀποκρίνου διότι 'ἡγνόμενος γὰρ τὰ ἄλλα τὰ προσόντα μοι κακά, ἐπεὶ οὐκ ἂν ταῦτα μόνα ἔλεγε.' εἰς τὰ θέατρα τὸ πολὺ παριέναι οὐκ ἀναγκαῖον. εἰ δέ ποτε καιρὸς εἴῃ, μηδενὶ σπουδάζων φαίνου ἢ σεαυτῷ, τοῦτ' ἔστι. θέλε γίνεσθαι μόνα τὰ γινόμενα καὶ νικᾶν μόνον τὸν νικῶντα: οὕτω γὰρ οὐκ ἐμποδισθήσῃ. βοῆς δὲ καὶ τοῦ ἐπιγελαῖν τινὶ ἢ ἐπὶ πολὺ συγκινεῖσθαι παντελῶς ἀπέχου. καὶ μετὰ τὸ ἀπαλλαγῆναι μὴ πολλὰ περὶ τῶν γεγεννημένων διαλέγου, ὅσα μὴ φέρει πρὸς τὴν σὴν ἐπανόρθωσιν: ἐμφαίνεται γὰρ ἐκ τοῦ τοιούτου, ὅτι ἐθαύμασας τὴν θεάν. εἰς ἀκροάσεις τινῶν μὴ εἰκῆ μηδὲ ῥαδίως πάρῃσι: παριῶν δὲ τὸ σεμνὸν καὶ τὸ εὐσταθὲς καὶ ἅμα ἀνεπαχθὲς φύλασσε. ὅταν τινὶ μέλλης συμβαλεῖν, μάλιστα τῶν ἐν ὑπεροχῇ δοκούντων, πρόβαλε σαυτῷ, τί ἂν ἐποίησεν ἐν τούτῳ Σωκράτης ἢ Ζήνων, καὶ οὐκ ἀπορήσεις τοῦ χρῆσασθαι προσηκόντως τῷ ἐμπεσόντι. ὅταν φοιτᾷς πρὸς τινα τῶν μέγα δυναμένων, πρόβαλε, ὅτι οὐχ εὐρήσεις αὐτὸν ἔνδον, ὅτι ἀποκλεισθήσῃ, ὅτι ἐντιναχθήσονται σοὶ αἱ θύραι, ὅτι οὐ φροντιεῖ σου. κἂν σὺν τούτοις ἐλθεῖν καθήκη, ἐλθὼν φέρε τὰ γινόμενα καὶ μηδέποτε εἴπῃς αὐτὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι 'οὐκ ἦν τοσοῦτου:' ἰδιωτικὸν γὰρ καὶ διαβεβλημένον πρὸς τὰ ἐκτός. ἐν ταῖς ὁμιλίαις ἀπέστω τὸ ἑαυτοῦ τινων ἔργων ἢ κινδύνων ἐπὶ πολὺ καὶ ἀμέτρως μεμνησθαι. οὐ γάρ, ὥς σοι ἡδὺ ἐστὶ τὸ τῶν σῶν κινδύνων μεμνησθαι, οὕτω καὶ τοῖς ἄλλοις ἡδὺ ἐστὶ τὸ τῶν σοὶ συμβεβηκότων ἀκούειν. ἀπέστω δὲ καὶ τὸ γέλωτα κινεῖν: ὀλισθηρὸς γὰρ ὁ τρόπος εἰς ιδιωτισμόν καὶ ἅμα ἱκανὸς τὴν αἰδῶ τὴν πρὸς σὲ τῶν πλησίον ἀνέναι. ἐπισφαλὲς δὲ καὶ τὸ εἰς αἰσχρολογίαν προελθεῖν. ὅταν οὖν τι συμβῇ τοιούτου, ἂν μὲν εὐκαιρὸν ἦ, καὶ ἐπίπληξον τῷ προελθόντι: εἰ δὲ μή, τῷ γε

ἀποσιωπῆσαι καὶ ἐρυθριᾶσαι καὶ σκυθρωπάσαι δῆλος γίνου
δυσχεραίνων τῷ λόγῳ.

ὅταν ἡδονῆς τινος φαντασίαν λάβης, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων,
φύλασσε σαυτὸν, μὴ συναρπασθῆς ὑπ' αὐτῆς: ἀλλ' ἐκδεξάσθω σε
τὸ πρᾶγμα, καὶ ἀναβολὴν τινα παρὰ σεαυτοῦ λάβε. ἔπειτα μνήσθητι
ἀμφοτέρων τῶν χρόνων, καθ' ὃν τε ἀπολαύσεις τῆς ἡδονῆς, καὶ
καθ' ὃν ἀπολαύσας ὕστερον μετανοήσεις καὶ αὐτὸς σεαυτῷ
λοιδορήσῃ: καὶ τούτοις ἀντίθετος ὅπως ἀποσχόμενος χαιρήσεις καὶ
ἐπαινέσεις αὐτὸς σεαυτὸν. ἐὰν δέ σοι καιρὸς φανῇ ἄσασθαι τοῦ
ἔργου, πρόσεχε, μὴ ἡττήσῃ σε τὸ προσηνὲς αὐτοῦ καὶ ἡδὺ καὶ
ἐπαγωγόν: ἀλλ' ἀντιτίθει, πόσω ἄμεινον τὸ συνειδέναι σεαυτῷ
ταύτην τὴν νίκην νενικηκότι.

ὅταν τι διαγνούς, ὅτι ποιητέον ἐστί, ποιῆς, μηδέποτε φύγης
ὀφθῆναι πράσσων αὐτό, κἂν ἀλλοῖόν τι μέλλωσιν οἱ πολλοὶ περὶ
αὐτοῦ ὑπολαμβάνειν. εἰ μὲν γὰρ οὐκ ὀρθῶς ποιεῖς, αὐτὸ τὸ ἔργον
φεῦγε: εἰ δὲ ὀρθῶς, τί φοβῇ τοὺς ἐπιπλήζοντας οὐκ ὀρθῶς;

ὥς τὸ 'ἡμέρα ἐστί' καὶ 'νύξ ἐστί' πρὸς μὲν τὸ διεzeugμένον μεγάλην
ἔχει ἀξίαν, πρὸς δὲ τὸ συμπεπλεγμένον ἀπαξίαν, οὕτω καὶ τὴν
μείζω μερίδα ἐκλέξασθαι πρὸς μὲν τὸ σῶμα ἐχέτω ἀξίαν, πρὸς δὲ
τὸ τὸ κοινωνικὸν ἐν ἐστιάσει, οἶον δεῖ, φυλάξαι, ἀπαξίαν ἔχει.
ὅταν οὖν συνεσθῆς ἐτέρῳ, μέμνησο, μὴ μόνον τὴν πρὸς τὸ σῶμα
ἀξίαν τῶν παρακειμένων ὀρᾶν, ἀλλὰ καὶ τὴν πρὸς τὸν ἐστιάτορα
αἰδῶ φυλάξαι.

ἐὰν ὑπὲρ δύναμιν ἀναλάβῃς τι πρόσωπον, καὶ ἐν τούτῳ
ἡσχημόνησας καί, ὃ ἡδύνασο ἐκπληρώσας, παρέλιπες.

ἐν τῷ περιπατεῖν καθάπερ προσέχεις, μὴ ἐπιβῆς ἥλω ἢ στρέψῃς τὸν
πόδα σου, οὕτω πρόσεχε, μὴ καὶ τὸ ἡγεμονικὸν βλάβῃς τὸ σεαυτοῦ.
καὶ τοῦτο ἐὰν ἐφ' ἐκάστου ἔργου παραφυλάσσωμεν, ἀσφαλέστερον
ἀψόμεθα τοῦ ἔργου.

μέτρον κτήσεως τὸ σῶμα ἐκάστῳ ὥς ὁ ποὺς ὑποδήματος. ἐὰν μὲν
οὖν ἐπὶ τούτου στῆς, φυλάξεις τὸ μέτρον: ἐὰν δὲ ὑπερβῇς, ὥς κατὰ
κρημνοῦ λοιπὸν ἀνάγκη φέρεσθαι: καθάπερ καὶ ἐπὶ τοῦ
ὑποδήματος, ἐὰν ὑπὲρ τὸν πόδα ὑπερβῇς, γίνεται κατάχρυσον

ὑπόδημα, εἴτα πορφυροῦν, κεντητόν. τοῦ γὰρ ἅπαξ ὑπὲρ τὸ μέτρον ὅρος οὐθείς ἐστιν.

αἱ γυναῖκες εὐθὺς ἀπὸ τεσσαρεσκαίδεκα ἐτῶν ὑπὸ τῶν ἀνδρῶν κυρίαί καλοῦνται. τοιγαροῦν ὀρώσαι, ὅτι ἄλλο μὲν οὐδὲν αὐταῖς πρόσεστι, μόνον δὲ συγκοιμῶνται τοῖς ἀνδράσι, ἄρχονται καλλωπίζεσθαι καὶ ἐν τούτῳ πάσας ἔχειν τὰς ἐλπίδας. προσέχειν οὖν ἄξιον, ἵνα αἰσθωνται, διότι ἐπ' οὐδενὶ ἄλλῳ τιμῶνται ἢ τῷ κόσμῳ φαίνεσθαι καὶ αἰδήμονες.

Αφυσίας σημεῖον τὸ ἐνδιατρίβειν τοῖς περὶ τὸ σῶμα, οἷον ἐπὶ πολὺ γυμνάζεσθαι, ἐπὶ πολὺ ἐσθίειν, ἐπὶ πολὺ πίνειν, ἐπὶ πολὺ ἀποπατεῖν, ὀχεύειν. ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἐν παρέργῳ ποιητέον: περὶ δὲ τὴν γνώμην ἡ πᾶσα ἔστω ἐπιστροφή.

ὅταν σέ τις κακῶς ποιῇ ἢ κακῶς λέγῃ, μέμνησο, ὅτι καθήκειν αὐτῷ οἰόμενος ποιεῖ ἢ λέγει. οὐχ οἷόν τε οὖν ἀκολουθεῖν αὐτὸν τῷ σοὶ φαινομένῳ, ἀλλὰ τῷ ἑαυτῷ, ὥστε, εἰ κακῶς αὐτῷ φαίνεται, ἐκεῖνος βλάπτεται, ὅστις καὶ ἐξηπάτηται. καὶ γὰρ τὸ ἀληθὲς συμπεπλεγμένον ἂν τις ὑπολάβῃ ψεῦδος, οὐ τὸ συμπεπλεγμένον βέβλαπται, ἀλλ' ὁ ἐξαπατηθείς. ἀπὸ τούτων οὖν ὁρμώμενος πράως ἔξεις πρὸς τὸν λοιδοροῦντα. ἐπιφθέγγου γὰρ ἐφ' ἐκάστῳ ὅτι 'ἔδοξεν αὐτῷ.'

πᾶν πρᾶγμα δύο ἔχει λαβάς, τὴν μὲν φορητὴν, τὴν δὲ ἀφόρητον. ὁ ἀδελφὸς ἐὰν ἀδικῇ, ἐντεῦθεν αὐτὸ μὴ λάμβανε, ὅτι ἀδικεῖ □ αὕτη γὰρ ἡ λαβὴ ἐστὶν αὐτοῦ οὐ φορητὴ □, ἀλλὰ ἐκεῖθεν μᾶλλον, ὅτι ἀδελφός, ὅτι σύντροφος, καὶ λήψῃ αὐτὸ καθ' ὃ φορητόν.

οὗτοι οἱ λόγοι ἀσύνακτοι 'ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσων:' 'ἐγὼ σου λογιώτερος, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσων.' ἐκεῖνοι δὲ μᾶλλον συνακτικοί 'ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἢ ἐμὴ ἄρα κτήσις τῆς σῆς κρείσσων:' 'ἐγὼ σου λογιώτερος, ἢ ἐμὴ ἄρα λέξις τῆς σῆς κρείσσων.' σὺ δέ γε οὔτε κτήσις εἶ οὔτε λέξις.

λούεταί τις ταχέως: μὴ εἴπῃς ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι ταχέως. πίνει τις πολὺν οἶνον: μὴ εἴπῃς ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι πολύν. πρὶν γὰρ διαγνῶναι τὸ δόγμα, πόθεν οἶσθα, εἰ κακῶς; οὕτως οὐ συμβήσεται σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ

συγκατατίθεσθαι.

μηδαμοῦ σεαυτὸν εἴπης φιλόσοφον μηδὲ λάλει τὸ πολὺ ἐν ἰδιώταις περὶ τῶν θεωρημάτων, ἀλλὰ ποίει τὸ ἀπὸ τῶν θεωρημάτων: οἷον ἐν συμποσίῳ μὴ λέγε, πῶς δεῖ ἐσθίειν, ἀλλ' ἔσθιε, ὡς δεῖ. μέμνησο γάρ, ὅτι οὕτως ἀφηρήκει πανταχόθεν Σωκράτης τὸ ἐπιδεικτικόν, ὥστε ἤρχοντο πρὸς αὐτὸν βουλόμενοι φιλοσόφοις ὑπ' αὐτοῦ συσταθῆναι, κάκεῖνος ἀπῆγεν αὐτούς. οὕτως ἠνείχετο παρορώμενος. κὰν περὶ θεωρήματός τινος ἐν ἰδιώταις ἐμπίπτη λόγος, σιώπα τὸ πολὺ: μέγας γὰρ ὁ κίνδυνος εὐθὺς ἐξεμέσαι, ὃ οὐκ ἔπεψας. καὶ ὅταν εἴπῃ σοί τις, ὅτι οὐδὲν οἶσθα, καὶ σὺ μὴ δηχθῆς, τότε ἴσθι, ὅτι ἄρχῃ τοῦ ἔργου. ἐπεὶ καὶ τὰ πρόβατα οὐ χόρτον φέροντα τοῖς ποιμέσιν ἐπιδεικνύει πόσον, ἔφαγεν, ἀλλὰ τὴν νομὴν ἔσω πέψαντα ἔρια ἔξω φέρει καὶ γάλα: καὶ σὺ τοίνυν μὴ τὰ θεωρήματα τοῖς ἰδιώταις ἐπιδείκνυε, ἀλλ' ἀπ' αὐτῶν πεφθέντων τὰ ἔργα.

ὅταν εὐτελῶς ἡρμοσμένος ᾗς κατὰ τὸ σῶμα, μὴ καλλωπίζου ἐπὶ τούτῳ μῆδ', ἂν ὕδωρ πίνης, ἐκ πάσης ἀφορμῆς λέγε, ὅτι ὕδωρ πίνεις. κὰν ἀσκῆσαι ποτε πρὸς πόνον θέλῃς. σεαυτῷ καὶ μὴ τοῖς ἔξω: μὴ τοὺς ἀνδριάντας περιλάμβανε: ἀλλὰ διψῶν ποτε σφοδρῶς ἐπίσπασαι ψυχροῦ ὕδατος καὶ ἔκπτυσον καὶ μηδενὶ εἴπης.

ἰδιώτου στάσις καὶ χαρακτήρ: οὐδέποτε ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ ὠφέλειαν ἢ βλάβην, ἀλλ' ἀπὸ τῶν ἔξω. φιλοσόφου στάσις καὶ χαρακτήρ: πᾶσαν ὠφέλειαν καὶ βλάβην ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ. σημεῖα προκόπτοντος: οὐδένα ψέγει, οὐδένα ἐπαινεῖ, οὐδένα μέμφεται, οὐδενὶ ἐγκαλεῖ, οὐδὲν περὶ ἑαυτοῦ λέγει ὡς ὄντος τινὸς ἢ εἰδότος τι. ὅταν ἐμποδισθῇ τι ἢ κωλυθῇ, ἑαυτῷ ἐγκαλεῖ. κὰν τις αὐτὸν ἐπαινῇ, καταγελαῖ τοῦ ἐπαινοῦντος αὐτὸς παρ' ἑαυτῷ: κὰν ψέγῃ, οὐκ ἀπολογεῖται. περίεισι δὲ καθάπερ οἱ ἄρρωστοι, εὐλαβούμενός τι κινῆσαι τῶν καθισταμένων, πρὶν πῆξιν λαβεῖν. ὄρεξιν ἅπασαν ἦρκεν ἐξ ἑαυτοῦ: τὴν δ' ἔκκλισιν εἰς μόνον τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν μετατέθεικεν. ὁρμῇ πρὸς ἅπαντα ἀνειμένη χρῆται. ἂν ἡλίθιος ἢ ἀμαθὴς δοκῇ, οὐ πεφρόντικεν. ἐνὶ τε λόγῳ, ὡς ἐχθρόν ἑαυτὸν παραφυλάσσει καὶ ἐπίβουλον.

ὅταν τις ἐπὶ τῷ νοεῖν καὶ ἐξηγεῖσθαι δύνασθαι τὰ Χρυσίππου βιβλία σεμνύνηται, λέγε αὐτὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι 'εἰ μὴ Χρύσιππος ἀσαφῶς ἐγεγράφει, οὐδὲν ἂν εἶχεν οὗτος, ἐφ' ᾧ ἐσεμνύετο.' ἐγὼ δὲ τί βούλομαι; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτῃ ἔπесθαι. ζητῶ οὖν, τίς ἐστὶν ὁ ἐξηγούμενος; καὶ ἀκούσας, ὅτι Χρύσιππος, ἔρχομαι πρὸς αὐτόν. ἀλλ' οὐ νοῶ τὰ γεγραμμένα: ζητῶ οὖν τὸν ἐξηγούμενον. καὶ μέχρι τούτων οὕτω σεμνὸν οὐδέν. ὅταν δὲ εὗρω τὸν ἐξηγούμενον, ἀπολείπεται χρῆσθαι τοῖς παρηγγελμένοις: τοῦτο αὐτὸ μόνον σεμνὸν ἐστίν. ἂν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου; πλήν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὀμήρου Χρύσιππον ἐξηγούμενος. μᾶλλον οὖν, ὅταν τις εἴπῃ μοι 'ἐπανάγνωθί μοι Χρύσιππον,' ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύνωμαι ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.

ὅσα προτίθεται, τούτοις ὡς νόμοις, ὡς ἀσεβήσων, ἂν παραβῆς, ἔμμενε. ὅ τι δ' ἂν ἐρῇ τις περὶ σοῦ, μὴ ἐπιστρέφου: τοῦτο γὰρ οὐκ ἔτ' ἔστι σόν.

εἰς ποῖον ἔτι χρόνον ἀναβάλλῃ τὸ τῶν βελτίστων ἀξιοῦν σεαυτὸν καὶ ἐν μηδενὶ παραβαίνειν τὸν διαιροῦντα λόγον; παρείληφας τὰ θεωρήματα, οἷς ἔδει σε συμβάλλειν, καὶ συμβέβληκας. ποῖον οὖν ἔτι διδάσκαλον προσδοκᾷς, ἵνα εἰς ἐκεῖνον ὑπερθῇ τὴν ἐπ' ἀνὸρθωσιν ποιῆσαι τὴν σεαυτοῦ; οὐκ ἔτι εἰ μειράκιον, ἀλλὰ ἀνὴρ ἤδη τέλειος. ἂν νῦν ἀμελήσης καὶ ῥαθυμῆσης καὶ ἀεὶ προθέσεις ἐκ προθέσεως ποιῇ καὶ ἡμέρας ἄλλας ἐπ' ἄλλαις ὀρίζῃς, μεθ' ἃς προσέξεις σεαυτῷ, λήσεις σεαυτὸν οὐ προκόψας, ἀλλ' ἰδιώτης διατελέσεις καὶ ζῶν καὶ ἀποθνήσκων. ἤδη οὖν ἀξίωσον σεαυτὸν βιοῦν ὡς τέλειον καὶ προκόπτοντα: καὶ πᾶν τὸ βέλτιστον φαινόμενον ἔστω σοι νόμος ἀπαράβατος. κἂν ἐπίπονόν τι ἢ ἡδὺ ἢ ἔνδοξον ἢ ἄδοξον προσάγῃται, μέμνησο, ὅτι νῦν ὁ ἀγὼν καὶ ἡδη πάρεστι τὰ Ὀλύμπια καὶ οὐκ ἔστιν ἀναβάλλεσθαι οὐκέτι καὶ ὅτι παρὰ μίαν ἡμέραν καὶ ἐν πρᾶγμα καὶ ἀπόλλυται προκοπὴ καὶ σώζεται. Σωκράτης οὕτως ἀπετελέσθη, ἐπὶ πάντων τῶν προσαγομένων αὐτῷ μηδενὶ ἄλλῳ προσέχων ἢ τῷ λόγῳ. σὺ δὲ εἰ καὶ μήπω εἰ Σωκράτης, ὡς Σωκράτης γε εἶναι βουλόμενος ὀφείλεις βιοῦν.

ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος ἐστὶν ἐν φιλοσοφίᾳ ὁ τῆς χρήσεως τῶν θεωρημάτων, οἷον τὸ μὴ ψεύδεσθαι: ὁ δεύτερος ὁ τῶν ἀποδείξεων, οἷον πόθεν ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι: τρίτος ὁ αὐτῶν τούτων βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς, οἷον πόθεν ὅτι τοῦτο ἀπόδειξις; τί γάρ ἐστιν ἀπόδειξις, τί ἀκολουθία, τί μάχη, τί ἀληθές, τί ψεῦδος; οὐκοῦν ὁ μὲν τρίτος τόπος ἀναγκαῖος διὰ τὸν δεύτερον, ὁ δὲ δεύτερος διὰ τὸν πρῶτον: ὁ δὲ ἀναγκαιότατος καὶ ὅπου ἀναπαύεσθαι δεῖ, ὁ πρῶτος. ἡμεῖς δὲ ἔμπαλιν ποιούμεν: ἐν γὰρ τῷ τρίτῳ τόπῳ διατρίβομεν καὶ περὶ ἐκεῖνόν ἐστιν ἡμῖν ἡ πᾶσα σπουδή: τοῦ δὲ πρώτου παντελῶς ἀμελοῦμεν. τοιγαροῦν ψευδόμεθα μὲν, πῶς δὲ ἀποδείκνυται ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι, πρόχειρον ἔχομεν.

ἐπὶ παντὸς πρόχειρα ἐκτέον ταῦτα:

ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη, ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος: ὥς ἔψομαί γ' ἄοκνος: ἦν δέ γε μὴ θέλω, κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἥττον ἔψομαι. ὅστις δ' ἀνάγκη συγκεχώρηκεν καλῶς, σοφὸς παρ' ἡμῖν, καὶ τὰ θεῖ' ἐπίσταται. 'ἀλλ', ὦ Κρίτων, εἰ ταύτῃ τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτῃ γενέσθω.' 'ἐμὲ δὲ Ἄνυτος καὶ Μέλιτος ἀποκτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δὲ οὔ.'