

ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

ΣΥΝΟΨΗ ΤΗΣ ΣΤΩΪΚΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗΣ

Αρχαίο κείμενο & Νεοελληνική απόδοση

ΒΙΒΛΙΟ...βάρδια

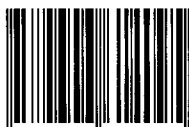
ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Το *Εγχειρίδιο* αποτελεί απάνθισμα και σύνοψη των *Διατριβών* και *ομιλιών* τού Επίκτητου. Αποτελείται από πενήντα-τρεις παραγράφους ή κεφάλαια. Συντάχθηκε από τον Φλάβιο Αρριανό, μαθητή τού φιλοσόφου, και θεωρείται μία από τις σημαντικότερες και ασφαλέστερες πηγές για την μελέτη τής ηθικής φιλοσοφίας της Στοάς.

Μέσα στις σελίδες του *Εγχειριδίου* γίνεται αμέσως αντιληπτή ή θαρραλέα απόπειρα τού Επίκτητου να επιβάλλει την φιλοσοφία στην ψυχολογία, να εξηγήσει και να καθοδηγήσει λογικά όλες τις δράσεις και τις εκφάνσεις του ψυχικού κόσμου, ν' αναλύσει με τον ήρεμο και λογικά σκεπτόμενο νου όλα όσα πολύ αργότερα θα προσπαθούσε να διερευνήσει η επιστημονική ψυχολογική ανάλυση, και να προβάλει την απάθεια ως ύψιστη φιλοσοφική αρετή, μια απάθεια που πλησιάζει περισσότερο προς την *ψυχική γαλήνη* ή την *ψυχραιμία* ή την *αταραξία*, παρά προς την *παντελή έλλειψη παθών* ή την *αναισθησία* ή την *αδιαφορία*.

Απόδοση - Εισαγωγή - Σχόλια
Αθανάσιος Α. Τσακνάκης

ISBN: 960-6614-09-5



9 789606 614095

ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

«Εγχειρίδιον»

ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

«Εγχειρίδιον»

Εισαγωγή, μετάφραση, σχόλια
Αθανάσιος Α. Τσακνάκης
Θεολόγος – Φιλολόγος

Σειρά: ΑΡΧΑΙΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ
Τίτλος: *Εγχειρίδιον*
Συγγραφέας: ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ
Εισαγωγή - Μετάφραση - Σχόλια: Αθανάσιος Α. Τσακνάκης
Στοιχειοθεσία: ΚΩΣΤΑΣ ΚΕΚΕΣ, 2310247535
Εκτύπωση - Βιβλιοδεσία: Αφοί Μυγδαλιά, τηλ: 2392029326

Copyright © 2005 ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Κεντρική διάθεση:
ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Αριστοτέλους 8 - 54623 Θεσσαλονίκη, τηλ. : 2310220415

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική, ή η απόδοση κατά παράφραση ή διασκευή του περιεχομένου του βιβλίου με οποιονδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ηχογράφησης ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Νόμος 2121/1993 και κανόνες του Διεθνούς Δικαίου που ισχύουν στην Ελλάδα.

ISBN 960-6614-09-5

ΒΙΒΛΙΟ ...βάρδια

ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

*Στην Χαρίκλεια,
τον Κωνσταντίνο,
την Μαρία
και την Καλλιόπη.*

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Αντί προλόγου	9
Εισαγωγή	11
Αρχαίο κείμενο – Μετάφραση	17
Σημειώσεις	79
Παράρτημα	81
Επίλογος	87
Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία	89
Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία	91

Αντί προλόγου...

«Ο Επίκτητος πάντα ωφέλησε. Σ' αυτόν χρεωσάται πολύ η διάδοση τής στωικής φιλοσοφίας κατά τους πρώτους αιώνες τού Χριστιανισμού. Πολλές ψυχές, την εποχή εκείνη, γύρευαν κάποια ηθική βάση, στερεή, που να δείχνει τι είναι «καλό» σύμφωνα με τού καθενός την αίσθηση των κοινωνικών αναγκών. Η πλατωνική πολιτεία φαίνονταν ουτοπία, η φιλοσοφία τού Επικούρου, που είχε κι αυτή μεγάλη διάδοση, ήταν διαλυτική τής κοινωνίας, ο Νεοπλατωνισμός επηρέαζε μόνο μερικούς που είχαν τάση στον μυστικισμό, ο Χριστιανισμός ήταν θρησκεία κι απαιτούσε πίστη και ολοκληρωτική απόσχιση από το παρελθόν. Η στωική θεωρία, όπως εξελίχθηκε και έφθασε στον Μάρκο Αυρήλιο, διατηρούσε κάποιο δεσμό με τα πάτρια και παρείχε στους οπαδούς της θεωρητική βάση τής αρετής, καθώς και πρακτική οδηγία γιά την εφαρμογή της, χάριν τού κοινού καλού, που μέρος του αναπόσπαστο είναι και το καλό τού ατόμου...».

**Στέφανος Δέλτα,
Επίκτητου Εγχειρίδιον κ.ά.**

«Η μορφή τού σοφού είναι λοιπόν το πρότυπο σύμφωνα με το οποίο μπορούμε να κρίνουμε τον εαυτό μας. Όταν ξέρουμε τι οφείλουν να είναι οι άνθρωποι, είμαστε σε θέση να ανακαλύψουμε τι είμαστε, γιατί μπορούμε να μετρήσουμε την πρόοδο και την προσέγγισή μας στο ιδεώδες. Αυτή είναι η μεγάλη απαίτηση που προβάλλει ο στωικισμός στον καθένα μας: η ηθική εξέλιξη, η επάρκεια, η τελειοποίηση τού εαυτού. Αυτό το ήθος τής τελειότητας που βασιίζεται στην πίστη πως ο ανθρώπινος χαρακτήρας επιδέχεται αέναη τελειοποίηση, είναι η ουσία τού στωικισμού από την αρχή ως το τέλος. Η συνειδητή ηθική ανάπτυξη είναι το σύνθημα τής στωικής φιλοσοφίας. Κι αυτή η ηθική ανάπτυξη μπορεί να κατακτήσει ακόμη και τις περιοχές τού ασυνειδήτου – τις οποίες ο Πλάτων θεώρησε διαπέραστες από την ορθή βούληση. Από τα όνειρά σας, λέει ο Ζήνων, θα καταλάβετε αν προδείτε ή όχι. Ο σοφός δεν παύει να είναι σοφός ακόμη και στον ύπνο του...».

**Ludwig Edelstein,
Ο στωικός σοφός**

«Είτε επιδιώκουμε τη διεύρυνση των ανθρώπινων ορίων, είτε την κατάργηση περιορισμών όπως είναι η ασθένεια, ο πόνος και η θνησιμότητα, το «πεπερασμένο» εξυπακούεται πάντοτε ως κραυγαλέα προδρόμηση – και ίσως γι' αυτόν ακριβώς το λόγο η έρευνα δεν έχει εγκύψει με την πρέπουσα συστηματικότητα στην έννοια αυτή. Αντιτιθέμενος, ωστόσο, σε μία τέτοια παραθεώρηση, υποστηρίζω ότι μονάχα μία ανθρωπολογική σκέψη η οποία υπογραμμίζει εμφαντικά την έννοια του ανθρώπινου «πεπερασμένου» μπορεί να μας προσπορίσει μία οπτική μέσα από την οποία είναι δυνατόν να αναδειχθούν κριτήρια και λύσεις, όσον αφορά σε ηθικά ζητήματα. Και αναφέρομαι, εν προκειμένω, σε μία ανθρωπολογική σκέψη η οποία δεν καταφεύγει σε θρησκευτικές ή μεταφυσικές προκείμενες, αλλά παραμένει αυστηρά εντός του φιλοσοφικού πλαισίου το οποίο ο *H. Tristram Engelhardt* ονόμασε «εκκοσμηκευμένο ανθρωπισμό»...

...Υπό φυσιολογικές συνθήκες, οι άνθρωποι ενεργούν πάντοτε σε σχέση με αυτό που πιστεύουν ως αληθινό ή ψευδές και αξιολογούν ως καλό ή κακό. Τούτη η θεμελιώδης τάση δεν σημαίνει ότι οι άνθρωποι πραγματοποιούν «αντικειμενικά» τη διαφάνεια και την αλήθεια. Σημαίνει μάλλον ότι ακολουθούν εκείνο που τους φαίνεται ως καλό, αφού προηγουμένως το έχουν υποβάλει σε λεπτομερή έλεγχο. Όμως, η περί ης ο λόγος τάση αποτελεί απαραίτητο προαπαιτούμενο γιά να θεωρεί ο ίδιος ο άνθρωπος τον εαυτό του ελεύθερο, καθώς και γιά να αντιληφθεί τι είναι αυτό που ονομάζεται ευθύνη: η υπαρξιακή δυνατότητα που ο καθένας μας πρέπει να συνειδητοποιήσει, προκειμένου να την μετατρέψει σε ηθική πραγματικότητα».

Beat Sitter-Liver,
Πεπερασμένο:
μία παραμελημένη
προοπτική στη Βιοηθική

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Επίκτητος ο Ιεραπολίτης

Ο φιλόσοφος Επίκτητος γεννήθηκε γύρω στο 50 μ.Χ., στην Ιεράπολη τής Φρυγίας, από άγνωστους γονείς. Πιθανολογείται ότι η μητέρα του ήταν δούλη. Ο ίδιος υπήρξε κτήμα του σκληρού και βίαιου δουλοκτήτη Επαφρόδιτου, αυτοκρατορικού υπαλλήλου, στον οποίον ίσως οφειλόταν η αναπηρία του Επίκτητου στο ένα πόδι. Στην ιδιότητά του ως δούλου πρέπει να χρωστά και το ίδιο το όνομά του, αφού «επίκτητος» σημαίνει «προσφάτως ή επιπροσθέτως ή κατόπιν ή νεωστί αποκτηθείς».

Κατά την διάρκεια τής βασιλείας του Νέρωνα, ο Επίκτητος κατέστη απελεύθερος και γρήγορα έγινε ευνοούμενος τού ίδιου τού λαοφιλούς αυτοκράτορα. Υπήρξε αγαπητός μαθητής τού φημισμένου στωικού φιλοσόφου Γάιου Μουσώνιου Ρούφου, ο οποίος είχε εξοριστεί από τον Νέρωνα στην Γυάρο, αλλά επέστρεψε στην Ρώμη και δίδαξε εκ νέου, μετά από τον θάνατο τού αυτοκράτορα στα 68 μ.Χ.

Ως απελεύθερος, ο Επίκτητος άρχισε και ο ίδιος να διδάσκει τον στωικισμό στην Ρώμη, ενώ παράλληλα στιγματίζε τις κατ' αυτόν απεραντολογίες και περιττολογίες των διαλεκτικών φιλοσόφων. Στα 94 μ.Χ. υπέστη τις συνέπειες τού μεγάλου διωγμού, που εξαπέλυσε εναντίον όλων των φιλοσόφων ο αυτοκράτορας Δομιτιανός, τού οποίου το άμεσο περιβάλλον θεωρούσε, τόσο

τους διάφορους διδασκάλους τής φιλοσοφίας, όσο και τους ολοένα αυξανόμενους μαθητές τους, ως στοιχεία ανατρεπτικά, ύποπτα και επικίνδυνα για την δημόσια τάξη και για τα πατροπαράδοτα ήθη τής ρωμαϊκής αυτοκρατορίας. Τότε ο Επίκτητος αναγκάστηκε να καταφύγει στην Νικόπολη τής Ηπείρου, όπου άνοιξε νέα σχολή και απέκτησε πολλούς μαθητές. Εκεί δίδαξε μέχρι τον θάνατό του, ο οποίος επήλθε γύρω στα 130 μ.Χ.

Οι βιογραφικές πηγές κοσμούν τον Επίκτητο με πληθώρα επιθέτων, τα οποία αποδεικνύουν ότι η ζωή του υπήρξε αυθεντική αντανάκλαση των διδασκαλιών και τής φιλοσοφίας του: «πράος, λιτός, έντιμος, ολιγαρκής, ενάρετος, φτωχός, καταδεκτικός, ευπροσήγορος, απλός, σεμνός». Γνωρίζουμε, επίσης, ότι ποτέ δεν νυμφεύτηκε, αλλά θεωρείται βέβαιο ότι υιοθέτησε ένα ορφανό παιδί και προσέλαβε μία γυναίκα για να το αναθρέψει και να το φροντίσει.

Ο Στέφανος Δέλτα σημειώνει χαρακτηριστικά: «Ο Επίκτητος είναι βεβαίως άνθρωπος μέσα στον οποίο βρέθηκαν ενωμένοι όλοι αυτοί οι όροι: δούλος, ανάπηρος, πάμπτωχος, κατατρεγμένος, πέρασε από τις σκληρότερες δοκιμασίες τού βίου, από τις κοινωνικές καταστάσεις που θεωρούνται οι πιό εξευτελιστικές, και δεν έπαυσε να είναι καθαρός σαν διαμάντι. Το πνεύμα του ζυγίζεται αψηλά κι από τα ύψη βλέπει και κρίνει τα εγκόσμια, μαζί και το δικό του σώμα, τις αδυναμίες και τις ανάγκες του. Καθήκον του θεωρεί να κρατεί τη συνείδησή του, την οδηγήτρα του, ανεπηρέαστη από κάθε εξωτερικό συμβάν και να ωφελεί τους ομοίους του, με τη διδασκαλία και το παράδειγμά του».

«Εγχειρίδιον»

Το «Εγχειρίδιον» αποτελεί απάνθισμα και σύνοψη των «Διατριβών» και των «Ομιλιών» τού Επίκτητου. Αποτελείται από πενήντα παραγράφους ή κεφάλαια. Συντάχθηκε από τον Φλάβιο Αρριανό, μαθητή τού φιλοσόφου, και θεωρείται μία από τις σημαντικότερες και ασφαλέστερες πηγές για την μελέτη τής ηθικής φιλοσοφίας τής Στοάς.

Μέσα στις σελίδες τού «Εγχειριδίου» γίνεται αμέσως αντιληπτή η θαρραλέα απόπειρα τού Επίκτητου να επιβάλει την φιλοσοφία στην ψυχολογία, να εξηγήσει και να καθοδηγήσει λογικά όλες τις δράσεις και τις εκφάνσεις τού ψυχικού κόσμου, ν' αναλύσει με τον ήρεμο και λογικά σκεπτόμενο νου όλα όσα πολύ αργότερα θα προσπαθούσε να διερευνήσει η επιστημονική ψυχολογική ανάλυση, και να προβάλλει την «απάθεια» ως ύψιστη φιλοσοφική αρετή, μιά «απάθεια» που πλησιάζει περισσότερο προς την «ψυχική γαλήνη» ή την «ψυχραιμία» ή την «αταραξία», παρά προς την «παντελή έλλειψη παθών» ή την «αναισθησία» ή την «αδιαφορία».

Η προσεκτική μελέτη τού «Εγχειριδίου» φέρνει τον αναγνώστη αντιμέτωπο με τον ίδιο τον εαυτό του και τον ωθεί ν' αντιμετωπίσει τον ίδιο τον ψυχικό κόσμο του. Σε ορισμένα σημεία τού κειμένου δημιουργείται η υποψία τής «ανάγκης για επιστροφή τής αυθυποβολής», σε άλλα σημεία εμφανίζεται το δίλημμα ανάμεσα στην «ισχυρή πρόσκρουση» με την πραγματικότητα ή στην «αποφασιστική υπέρβασή» της. Αλλού ο λογισμός πείθεται

ότι πάντοτε δύναται να πετά ατάραχος πάνω από τις βιοτικές μέριμνες, ενώ αλλού αμφιβάλλει και προβληματίζεται για το αν είναι δυνατόν ν' αποφύγει την συνεχή ανάμνηση τής καθημερινής φθοράς. Η υπόνοια ότι η «κατάχρηση τής λογικής» αμφισβητεί ή απορρίπτει παντελώς την «μελέτη τής ανθρώπινης φύσης» ίσως να μην αποτελεί το «λάθος» τού Επίκτητου. Μάλλον πρόκειται για ένα λαμπρό αποκορύφωμα τής φιλοσοφίας του: είναι η πρότασή του για την έλλογη δυναμική αντιμετώπιση τής φυσικής συναισθηματικής αδυναμίας τού ευπαθούς ανθρώπου. Εξάλλου, η εποχή του δεν έκρυβε την μεγάλη ανάγκη της για «τέτοιες λύσεις».

Σχετικά με το φιλοσοφικό και κοινωνικό περιβάλλον, εντός τού οποίου περατώθηκε η μαθητεία και αναπτύχθηκε η μετέπειτα διδασκαλική δράση τού Επίκτητου, αρκετά διαφωτιστικό είναι το ακόλουθο μικρό απόσπασμα τού Ι. Σ. Χριστοδούλου: «Ο στωικισμός ήταν η περισσότερο εξαπλωμένη και δημοφιλής φιλοσοφική θεωρία στη Ρώμη τού πρώτου αιώνα μ.Χ. Είχε απομιοώσει τα πιο γόνιμα στοιχεία τού κυνισμού, ο οποίος τον προηγούμενο αιώνα άρχιζε να ξαναζωντανεύει. Η γερασμένη ρωμαϊκή αριστοκρατία ενδιαφερόταν για τις αρχές τού Ζήνωνα και τού Χρυσίππου: άνθρωποι όπως ο Thraseas Paetus, ο Helvidius Priscus, ο Paconius Agrippinus, ο Cornutus, ο Barea Soranus, ο Σενέκας, καλλιέργησαν έναν αυστηρό στωικισμό, με βάση τον οποίο ήθελαν να διαμορφώσουν ένα κανόνα ζωής».

Η διάδοση τού στωικισμού, όμως, εξακολούθησε να είναι ευρεία σε όλη την διάρκεια των πρώτων χριστιανικών αιώνων. Το

«Εγχειρίδιο» είχε πάντοτε ένα πολυπληθές και καλλιεργημένο, αλλά και ανομοιογενές αναγνωστικό κοινό, και είναι πολλοί οι σύγχρονοι μελετητές που επιτυχώς διέκριναν τις κοινές αντιλήψεις, τις συμφωνίες και τις συνομολογήσεις μεταξύ των διδασκαλιών τού Επίκτητου και εκείνων των πρώτων χριστιανών φιλοσόφων. Αργότερα, κατά την εποχή που ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός έκλεινε τις φιλοσοφικές σχολές τής Αθήνας, ο Έλληνας νεοπλατωνικός φιλόσοφος Σιμπλίκιος – ο οποίος δίδασκε εκεί μέχρι το έτος 529 μ.Χ. – ασχολήθηκε με την συγγραφή Υπομνήματος για το «Εγχειρίδιο».

Παρά την σατυρική διάθεση, με την οποία ο Λουκιανός αντιμετώπιζε τους στωικούς, και τις σαφείς αντιρρήσεις, τις οποίες είχε ο Πλούταρχος για την ποιότητα των διδασκαλιών τους (βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο α'), η λιτότητα η διαύγεια και η καθαρότητα των νοημάτων και των συλλογισμών τού «Εγχειρίδιου» είναι σε θέση να μας πείσουν ότι ο Επίκτητος και οι μαθητές του καλλιεργούσαν χρήσιμες, ενάρετες και υψηλόφρονες αρχές, αποβλέποντας στην ψυχική κάθαρση και απελευθέρωση, και αναζητώντας το καλό τού ατόμου ως κομμάτι τού πανανθρώπινου καλού.

Η παρούσα έκδοση

Η νεοελληνική μετάφραση τής παρούσας έκδοσης βασίστηκε στο στερεότυπο αρχαιοελληνικό κείμενο τού W. A. Oldfather (Εκδ.: The Loeb Classical Library, 1928) και επιχείρησε να δια-

σώσει την συντακτική λιτότητα, την νοηματική διαύγεια και την ενδιαφέρουσα ορολογία τής επικτητικής φιλοσοφίας. Ακολουθεί ένας σύντομος κατάλογος των όρων που διατηρήθηκαν αμετάφραστοι στο νεοελληνικό κείμενο, ακριβώς γιατί αποτελούν ιδιαίτερα γλωσσικά κοσμήματα τής φιλοσοφικής διδασκαλίας και τού νοηματικού περιβάλλοντος τού «Εγχειριδίου».

ΑΡΧΑΙΟ ΚΕΙΜΕΝΟ – ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

Ορολογία

1. Αβέλτερος :ο μη επιδεχόμενος βελτίωση, ο αβελτίωτος
2. Αιδήμων :ο αισχυντηλός, ο συνεσταλμένος, ο σεμνός
3. Ακώλυτος :το αντίθετο τού «κωλυτός» (βλέπε λέξη)
4. Ασύνακτος :το αντίθετο τού «συνακτικός» (βλέπε λέξη)
5. Αφυΐα :η έλλειψη ευφυΐας
6. Διατρίβω :αφιερώνω χρόνο μελετώντας επισταμένως
7. Εγκαλώ :κατηγορώ, θεωρώ υπαίτιο
8. Εκκλίνομαι :αποστρέφομαι, αποφεύγω
9. Έκκλιση :η αποστροφή, η αποφυγή
10. Ευρώ :έχω καλή ροή ή καλή πορεία στον βίο μου
11. Θρίδακας :ο θρίδαξ, το μαρούλι
12. Κωλυτός :αυτός που δύναται να εμποδιστεί
13. Ορέγομαι :ποθώ ορμητικά, επιθυμώ έντονα
14. Όρεξη :έντονος πόθος ή κλίση ή ορμή ή επιθυμία
15. Περιπίπτω :καταλήγω, καταντώ
16. Συμβεβηκός :το παρεπόμενο, αυτό που έχει συμβεί
17. Συνακτικός :ο συναφής, ο συναρτημένος, ο ευάρμοστος
18. Συνεπιστενάζω :στενάζω μαζί με άλλον για κάποια ατυχία
19. Υπορρέω :διολισθαίνω αργά, σταθερά και ανεπαίσθητα

ΕΠΙΚΤΗΤΟΣ

« Εγχειρίδιον »

Chapter I Section I

2 Τῶν ὄντων τὰ μὲν ἔστιν ἐφ' ἡμῖν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν. ἐφ' ἡμῖν μὲν ὑπόληψις, ὄρμη, ὄρεξις, ἔκκλι-
σις καὶ ἐνὶ λόγῳ ὅσα ἡμέτερα ἔργα· οὐκ ἐφ' ἡμῖν
3 δὲ τὸ σῶμα, ἡ κτήσις, δόξαι, ἀρχαὶ καὶ ἐνὶ λόγῳ
ὅσα οὐκ ἡμέτερα ἔργα. καὶ τὰ μὲν ἐφ' ἡμῖν ἔστι
φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, ἀπαραπόδιστα, τὰ δὲ
οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἀσθενῆ, δοῦλα, κωλυτά, ἀλλότρια.
3 μέμνησο οὖν, ὅτι, ἐὰν τὰ φύσει δοῦλα ἐλεύθερα
οἰηθῆς καὶ τὰ ἀλλότρια ἴδια, ἐμποδισθῆς, πεν-
θήσεις, ταραχθῆς, μέμνη καὶ θεοὺς καὶ ἀνθρώ-
πους, ἐὰν δὲ τὸ σὸν μόνον οἰηθῆς σὸν εἶναι, τὸ
δὲ ἀλλότριον, ὥσπερ ἔστιν, ἀλλότριον, οὐδεὶς σε
ἀναγκάσει οὐδέποτε, οὐδεὶς σε κωλύσει, οὐ μέμ-
νη οὐδένα, οὐκ ἐγκαλέσεις τινί, ἄκων πράξεις

α'

Από τα υπάρχοντα, άλλα εξαρτώνται από εμάς και άλλα δεν ε-
ξαρτώνται από εμάς. Από εμάς εξαρτάται η αντίληψη, η ορμή, η
ὄρεξη, η ἔκκλιση και – μ' ἕναν λόγο – ὅσα εἶναι ἔργα δικά μας.
Από εμάς δεν εξαρτάται το σῶμα, τ' ἀποκτήματα, οἱ δοξασίες,
τ' ἀξιώματα και – μ' ἕναν λόγο – ὅσα δεν εἶναι ἔργα δικά μας.
Ὅσα εξαρτώνται από εμάς εἶναι φύσει ἐλεύθερα, ἀκώλυτα, ανε-
μπόδιστα, ἐνῶ ὅσα δεν εξαρτώνται από εμάς εἶναι ἀσθενῆ, υπο-
δουλωμένα, κωλυτά, ἀλλότρια. Να θυμάσαι, λοιπόν, ὅτι εἰάν
θεωρήσεις ὡς ἐλεύθερα τα φύσει υποδουλωμένα, και ὡς δικά
σου τ' ἀλλότρια, θα ἐμποδιστεῖς, θα πενήσεις, θα ταραχτεῖς, θα
μεμφθεῖς και Θεοὺς και ἀνθρώπους, ἐνῶ εἰάν θεωρήσεις ὅτι μό-
νον το δικό σου εἶναι δικό σου, και το ἀλλότριον ὅπως ἀκριβῶς
εἶναι, ἀλλότριον, κανεὶς οὐδέποτε θα σε ἀναγκάσει, κανεὶς δεν θα
σε κωλύσει, δεν θα μεμφθεῖς κανέναν, οὔτε θα ἐγκαλέσεις κά-

- 4 οὐδὲ ἓν, οὐδεὶς σε βλάβει, ἐχθρὸν οὐχ ἔξεις, οὐδὲ γὰρ βλαβερόν τι πείσῃ. τηλικούτων οὖν ἐφιέμενος μέμνησο, ὅτι οὐ δεῖ μετρίως κεινημένον ἄπτεσθαι αὐτῶν, ἀλλὰ τὰ μὲν ἀφιέναι παντελῶς, τὰ δ' ὑπερτίθεσθαι πρὸς τὸ παρόν. ἔαν δὲ καὶ ταυτ' 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.
- 5 εὐθύς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχεῖα μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι «φαντασία εἶ καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον». ἔπειτα ἐξέταξε αὐτὴν καὶ δοκίμαζε τοῖς κανόσι τούτοις οἷς ἔχεις, πρῶτῳ δὲ τούτῳ καὶ μάλιστα, πότερον περὶ τὰ ἐφ' ἡμῖν ἔστιν ἢ περὶ τὰ οὐκ ἐφ' ἡμῖν κἂν περὶ τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἢ, πρόχειρον ἔστω τὸ διότι «οὐδὲν πρὸς ἐμέ»
- 2 1 Μέμνησο, ὅτι ὀρέξεως ἐπαγγελία ἐπιτυχία, οὗ ὀρέγῃ, ἐκκλίσεως ἐπαγγελία τὸ μὴ περιπεσεῖν ἐκείνῳ, ὃ ἐκκλίνεται, καὶ ὃ μὲν <ἐν> ὀρέξει ἀποτυγχάνων ἀτυχής, ὃ δὲ <ἐν> ἐκκλίσει περιπίπτων δυστυχής. ἂν μὲν οὖν μόνα ἐκκλίνῃς τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐπὶ σοί, οὐδενί, ὧν ἐκκλίνεις, περιπεσῇ νόσον δ' ἂν ἐκκλίνῃς ἢ θάνατον ἢ πενίαν, δυστυχῆσεις. ἄρον οὖν τὴν ἐκκλίσιν ἀπὸ πάντων τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ μετάθεσ ἐπὶ τὰ παρὰ φύσιν τῶν

ποιον, τίποτε δεν θα πράξεις ακούσια, δεν θα ἔχεις εχθρό, και κανεῖς δεν θα σε βλάβει, επειδή τίποτε βλαβερό δεν θα πάθεις. Ἐχοντας, λοιπόν, ἐφεση προς τέτοιου εἶδους πράγματα, να θυμάσαι ὅτι δεν πρέπει να καταπιάνεσαι μετριοπαθῶς μ' αὐτά, ἀλλά κάποια παντελῶς να τ' αφήνεις, και κάποια προς το παρόν να τ' αναβάλλεις. Ἄν, ὁμως, και τούτα θέλεις, και τ' αξιώματα και τον πλούτο, ἴσως τύχει να μην αποκτήσεις τα τελευταία, επειδή ἐδειξες ἐφεση γιά τα πρώτα, και οπωσδήποτε δεν θ' αποκτήσεις εκείνα, με τα οποία μόνον αποκτάται η ελευθερία και η ευδαιμονία. Εὐθύς, λοιπόν, εξασκήσου ὥστε στο τέλος κάθε σκληρῆς φαντασίας¹ να λες ὅτι «εἶναι φαντασία και οπωσδήποτε δεν εἶναι αὐτό που φαίνεται». Ἐπειτα ἐξέτασέ την και δοκίμασέ την μέσω των κανόνων που ἔχεις, με πρώτο και καλύτερο αὐτόν: πρόκειται γιά κάτι που εξαρτάται ἢ που δεν εξαρτάται ἀπό εμάς; Ἄν, τότε, πρόκειται γιά κάτι που δεν εξαρτάται ἀπό εμάς, ἔχε πρόχειρη την φράση «δεν εξαρτάται ἀπό ἐμένα».

β'

Να θυμάσαι ὅτι ὑπόσχεση τῆς ὀρεξης εἶναι η ἐπιτυχία αὐτοῦ που ὀρέγεσαι, ἐνῶ ὑπόσχεση τῆς ἐκκλίσεως εἶναι το να μην περιπέσεις σ' ἐκεῖνο ἀπό το οποίο ἐκκλίνεσαι. Ὅποιος ἀποτύχει ἀπέναντι στην ὀρεξη, εἶναι ἀτυχής, ἐνῶ ὅποιος περιπέσει στην ἐκκλιση, εἶναι δυστυχής. Ἄν, λοιπόν, σε ὅσα εξαρτώνται ἀπό ἐσένα, ἐκκλίνεις μόνον ἀπ' ὅσα εἶναι παρὰ φύση, δεν θα περιπέσεις σε κανένα ἀπ' ὅσα ἐκκλίνεις. Ἄν, ὁμως, ἐκκλίνεις ἀπό την νόσο ἢ τον θάνατο ἢ την πενία, θα δυστυχῆσεις. Ἄρε, λοιπόν, την ἐκκλιση ἀπ' ὅλα ὅσα δεν εξαρτώνται ἀπό εμάς, και μετάθεσέ την

ἐφ' ἡμῖν. τὴν ὄρεξιν δὲ παντελῶς ἐπὶ τοῦ παρόντος ἀνελεῖ ἄν τε γὰρ ὀρέγη τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν τινος, ἀτυχεῖν ἀνάγκη τῶν τε ἐφ' ἡμῖν, ὅσων ὀρέγεσθαι καλὸν ἄν, οὐδὲν οὐδέπω σοι πάρεστι. μόνω δὲ τῷ ὀρμῶν καὶ ἀφορμῶν χρῶ, κούφως μέντοι καὶ μεθ' ὑπεξαιρέσεως καὶ ἀνειμένως.

3
I

Ἐφ' ἐκάστου τῶν ψυχαγωγούντων ἢ χρεῖαν παρεχόντων ἢ στεργομένων μέμνησο ἐπιλέγειν, ὁποῖόν ἐστιν, ἀπὸ τῶν σμικροτάτων ἀρξάμενος ἂν χύτραν στέργης, ὅτι «χύτραν στέργω». κατεαγείσης γὰρ αὐτῆς οὐ ταραχθήσῃ ἂν παιδίον σαυτοῦ καταφιλήσῃ ἢ γυναῖκα, ὅτι ἄνθρωπον καταφιλεῖς ἀποθανόντος γὰρ οὐ ταραχθήσῃ.

4
I

Ὅταν ἄπτεσθαί τινος ἔργου μέλλης, ὑπομίμησκε σεαυτόν, ὁποῖόν ἐστι τὸ ἔργον. ἐὰν λουσόμενος ἀπίης, πρόβαλλε σεαυτῷ τὰ γινόμενα ἐν βαλανείῳ, τοὺς ἀπορραίνοντας, τοὺς ἐγκρουόμενους, τοὺς λοιδοροῦντας, τοὺς κλέπτοντας. καὶ οὕτως ἀσφαλέστερον ἄψη τοῦ ἔργου, ἐὰν ἐπιλέγῃς εὐθύς ὅτι «λούσασθαι θέλω καὶ τὴν ἑμαυτοῦ 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 ἑμαυτοῦ προαίρεσιν κατὰ φύσιν ἔχουσαν τηρῆσαι οὐ τηρήσω δέ, ἐὰν ἀγανακτῶ πρὸς

σε ὅσα εἶναι παρά φύση καὶ εξαρτώνται ἀπὸ ἐμᾶς. Ἐπὶ τοῦ παρόντος, ὁμως, παντελῶς ἀκύρωσε τὴν ὄρεξιν γιατί, ἀν ὀρέγεσαι κάτι που δὲν εξαρτάται ἀπὸ ἐμᾶς, κατ' ἀνάγκη θ' ἀποτύχεις, ἐνῶ ἀν ὀρέγεσαι κάτι που εξαρτάται ἀπὸ ἐμᾶς – ὅσα, βέβαια, θα ἦταν καλὸ νὰ ὀρέγεσαι – τίποτε δὲν θα σου διατεθεῖ ποτέ. Νὰ χρησιμοποιοεῖς, λοιπόν, μόνον τὴν ἐπιλογή καὶ τὴν ἀπόρριψη, με ἠπιότητα, μ' ἐπιφύλαξη καὶ με ἠρεμία.

γ'

Γιὰ καθετὶ που σε ψυχαγωγεῖ ἢ σου εἶναι χρήσιμο ἢ το ἀγαπᾶς, νὰ θυμάσαι ν' ἀναλογίζεσαι τι ἀκριβῶς εἶναι, ἀρχίζοντας ἀπὸ τὰ μικρότερα. Ἀν ἀγαπᾶς μία χύτρα, ἀναλογίσου: «μία χύτρα ἀγαπᾶ». Ἀν αὐτὴ σπάσει, δὲν θα ταραχθεῖς. Ἀν καταφιλάς το παιδί ἢ τὴν γυναῖκα σου, ἀναλογίσου ὅτι καταφιλάς ἕναν ἄνθρωπο. Ἀν αὐτὸς πεθάνει, δὲν θα ταραχθεῖς.

δ'

Ὅταν πρόκειται νὰ καταπιαστεῖς με κάποιο ἔργο, υπενθύμιζε στον εαυτὸ σου τι ἀκριβῶς εἶναι τὸ ἔργο. Ἀν πηγαίνεις γιὰ νὰ λουστεις, φέρε στον νοῦ σου ὅσα γίνονται στο βαλανεῖο: αὐτοὺς που καταβρέχουν, αὐτοὺς που σπρώχνουν, αὐτοὺς που λοιδοροῦν, αὐτοὺς που κλέβουν. Ἐτσι, ἀσφαλέστερα θα καταπιαστεῖς με τὸ ἔργο, εἰάν εὐθύς ἀναλογιστεῖς: «θέλω νὰ λουστῶ καὶ νὰ τηρήσω τὴν κατὰ φύσιν προαίρεση τοῦ εαυτοῦ μου». Το ἴδιο καὶ σε κάθε ἔργο σου. Ἐτσι, λοιπόν, ἀν κάτι γίνεῖ ἐμπόδιο στο λούσιμό σου, ἔχε πρόχειρο τὸ ἐξής: «δὲν ἤθελα μόνον νὰ λουστῶ, ἀλλὰ καὶ νὰ τηρήσω τὴν κατὰ φύσιν προαίρεση τοῦ εαυτοῦ μου,

- 5 τὰ γινόμενα.»
- 1 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 ἐστίν. ὅταν οὖν ἐμποδιζώμεθα ἢ ταρασσώμεθα ἢ λυπώμεθα, μηδέποτε ἄλλον αἰτιώμεθα, ἀλλ' ἐαυτούς, τοῦτ' ἐστὶ τὰ ἐαυτῶν δόγματα. ἀπαιδεύτου ἔργον τὸ ἄλλοις ἐγκαλεῖν, ἐφ' οἷς αὐτὸς πράσσει κακῶς ἠργημένου παιδεύεσθαι τὸ ἐαυτῷ πεπαιδευμένου τὸ μήτε
- 6 ἄλλω μήτε ἐαυτῷ.
- 1 Ἐπὶ μηδενὶ ἐπαρθῆς ἀλλοτριῷ προτερήματι. εἰ ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγεν ὅτι «καλὸς εἰμι», οἰστον ἂν ἦν σὺ δέ, ὅταν λέγῃς ἐπαιρόμενος ὅτι «ἵππον καλὸν ἔχω», ἴσθι, ὅτι ἐπὶ ἵππου ἀγαθῷ ἐπαίρη. τί οὖν ἐστὶ σόν; χρῆσις φαντασιῶν. ὥσθ', ὅταν ἐν χρήσει φαντασιῶν κατὰ φύσιν σχῆς, τηνικαῦτα ἐπάρθῃτι τότε γὰρ ἐπὶ σῶ τινι ἀγαθῷ ἐπαρθῆση.
- 7
- 1 Καθάπερ ἐν πλῶ τοῦ πλοίου καθορμισθέντος εἰ ἐξέλθοις ὑθρεύσασθαι, ὁδοῦ μὲν πάρεργον καὶ

την οποία δεν θα τηρήσω, εἰάν ἀγανακτῶ με ὅσα γίνονται».

ε'

Τους ἀνθρώπους ταραζοῦν ὄχι τὰ πράγματα, ἀλλὰ οἱ δοξασίες τους γιὰ τὰ πράγματα. Δηλαδή: ὁ θάνατος δεν εἶναι δεινοπάθημα, γιατί καὶ στον Σωκράτη² ἔτσι θα φαινόταν, ἀλλὰ εἶναι δεινοπάθημα ἐκεῖνη ἡ δοξασία, ἡ οποία θεωρεῖ τον θάνατο ὡς δεινοπάθημα. Ὅταν, λοιπόν, ἐμποδιζόμαστε ἢ ταραζόμαστε ἢ λυπόμαστε, κανέναν ἄλλον να μην θεωροῦμε ὡς υπαίτιο, παρά τους εαυτοὺς μας, δηλαδή τις δοξασίες μας. Εἶναι ἔργο ἀπαιδεύτου να ἐγκαλεῖ ἄλλους γιὰ ὅσα κακῶς πράττει ὁ ἴδιος. Ἔργο ἐκεῖνου, που ἀρχισε να ἐκπαιδεύεται, εἶναι να ἐγκαλεῖ τον εαυτό του. Ἔργο τοῦ ἐκπαιδευμένου εἶναι να μην ἐγκαλεῖ οὔτε ἄλλον οὔτε τον εαυτό του.

στ'

Γιὰ κανένα ἀλλότριο προτέρημα να μην ἐπαρθεῖς. Εἰάν ὁ ἵππος ἐπαιρόμενος ἔλεγε «εἰμαι ὁμορφος», θα ἦταν κάτι ἀνεκτό. Εσύ, ὁμως, ὅταν λες ἐπαιρόμενος «ἔχω ὁμορφο ἵππο», γνώριζε ὅτι ἐπαίρεσαι γιὰ την καλή ιδιότητα τοῦ ἵππου. Τι εἶναι δικό σου; Ἡ χρήση των φαντασιῶν. Ὡστε, ὅταν κατὰ φύση χρησιμοποιεῖς τις φαντασίες, μόνον τότε να ἐπαίρεσαι. Τότε θα ἐπαρθεῖς γιὰ κάποια δική σου καλή ιδιότητα.

ζ'

Ὅπως ἀκριβῶς σ' ἓνα ταξίδι – ὅταν το πλοῖο καθορμισθεῖ, ἀν βγεις γιὰ να βρεις νερό, μπορεῖ καθ' ὁδόν να συλλέξεις καὶ κά-

κοχλίδιον ἀναλέξει καὶ βολβάριον, τετάσθαι δὲ δεῖ τὴν διάνοιαν ἐπὶ τὸ πλοῖον καὶ συνεχῶς ἐπιστρέφεσθαι, μὴ ποτε ὁ κυβερνήτης καλέσῃ, κἄν 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 ἀφεις ἐκεῖνα ἅπαντα μὴδὲ ἐπιστρεφόμενος. ἐὰν δὲ γέρον ἦς, μὴδὲ ἀπαλλαγῆς ποτε τοῦ πλοίου μακράν, μὴ ποτε καλοῦντος ἐλλίπης. Μὴ ζητεῖ τὰ γινόμενα γίνεσθαι ὡς θέλεις, ἀλλὰ θέλε τὰ γινόμενα ὡς γίνεται καὶ εὐροήσεις.

8

I

9

I

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.

10

I

Ἐφ' ἐκάστου τῶν προσπιπτόντων μέμνησο ἐπιστρέφων ἐπὶ σεαυτὸν ζητεῖν, τίνα δύναμιν ἔχεις πρὸς τὴν χρῆσιν αὐτοῦ. ἐὰν καλὸν ἴδῃς ἢ καλήν, εὐρήσεις δύναμιν πρὸς ταῦτα ἐγκράτειαν· ἐὰν

ποιο κοχυλάκι ἢ κάποια ριζούλα, πρέπει ὁμως να ἔχεις τεταμένη τὴν προσοχὴ σου πρὸς τὸ πλοῖο καὶ συνεχῶς να στρέφεις πρὸς αὐτό, μήπως σε κάποια στιγμή ὁ κυβερνήτης σε καλέσει, καὶ ἀν σε καλέσει, να τ' ἀφήσεις ὅλα ἐκεῖνα, γιὰ να μὴν σε πάνε μέσα δεμένο σαν τα πρόβατα – ἔτσι καὶ στὸν βίο σου, εἴαν σου δοθεῖ γυναικούλα καὶ δούλος ἀντὶ γιὰ ριζούλα καὶ κοχυλάκι, τίποτε δὲν θα σε κωλύσει. Εἴαν σε καλέσει ὁ κυβερνήτης, τρέξε πρὸς τὸ πλοῖο ἀφήνοντας ὅλα ἐκεῖνα καὶ μὴ ἐπιστρέφοντας πίσω. Εἴαν εἶσαι γέροντας, μὴν φύγεις ποτέ μακριὰ ἀπὸ τὸ πλοῖο, μήπως σε καλέσουν καὶ λείπεις.

η'

Μὴν ζητᾶς τὰ γινόμενα να γίνονται ὅπως θέλεις, ἀλλὰ να θέλεις τὰ γινόμενα ὅπως γίνονται, καὶ θα εὐροήσεις.

θ'

Ἡ νόσος εἶναι ἐμπόδιο τοῦ σώματος, ἀλλὰ ὄχι τῆς προαίρεσης, ἀν ἡ προαίρεση δὲν τὸ θέλει. Ἡ χῶλότητα εἶναι ἐμπόδιο τοῦ σκέλους, ἀλλὰ ὄχι τῆς προαίρεσης. Αὐτὸ λέγε γιὰ καθετὶ που σου συμβαίνει, ἐπειδὴ θα τὸ βρεῖς ἐμπόδιο ἄλλου πράγματος, ἀλλὰ ὄχι δικό σου.

ι'

Γιὰ καθετὶ που σου συμβαίνει, θυμήσου να στρέφῃς πρὸς τὸν εαυτό σου καὶ ν' ἀναζητᾶς ποιά δύναμη ἔχεις γιὰ να τὸ χρησιμοποίησεις. Ἀν δεῖς κάποιον ὁμορφο ἢ κάποια ὁμορφη, θα βρεῖς τὴν ἐγκράτεια ὡς δύναμη ἀπέναντί τους. Ἀν υποφέρεῖς

πόνος προσφέρηται, εὐρήσεις καρτερίαν ἂν λαιδορία, εὐρήσεις ἀνεξικακίαν. καὶ οὕτως ἐθιζόμενόν σε οὐ συναρπάσουσιν αἱ φαντασίαι.

II

I

Μηδέποτε ἐπὶ μηδενὸς εἶπης ὅτι «ἀπώλεσα αὐτό», ἀλλ' ὅτι «ἀπέδωκα». τὸ παιδίον ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. ἢ γυνὴ ἀπέθανεν; ἀπεδόθη. «τὸ χωρίον ἀφρέθη.» 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.

I2

I

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 ἀφθόνις ταρασσόμενον. κρεῖττον δὲ τὸν παῖδα κακὸν εἶναι ἢ σὲ κακοδαίμονα. ἄρξαι τοιγαροῦν ἀπὸ τῶν μικρῶν. ἐκχεῖται τὸ ἐλάδιον, κλέπτεται τὸ οἶνάριον ἐπίλεγε ὅτι «τοσοῦτου πωλεῖται ἀπάθεια, τοσοῦτου ἀταραξία» προῖκα δὲ οὐδὲν περιγίνεται. ὅταν δὲ καλῆς τὸν παῖδα, ἐνθυμοῦ, ὅτι δύναται μὴ ὑπακοῦσαι καὶ ὑπακούσας μηδὲν ποιῆσαι ὧν θέλεις ἀλλ' οὐχ οὕτως ἐστὶν αὐτῷ καλῶς, ἵνα ἐπ' ἐκείνῳ ἢ τὸ σὲ μὴ ταραχθῆναι.

2

πόνου, θα βρεις την καρτερία. Αν σε λαιδοροῦν, θα βρεις την ἀνεξικακία. Ὅταν ἔτσι ἐθιστεῖς, δεν θα σε συναρπάζουν οἱ φαντασιώσεις.

ια'

Ποτέ και γιά τίποτε να μην πεις ὅτι «αὐτό το ἔχασα», ἀλλά ὅτι «αὐτό το ἀπέδωσα». Πέθανε το παιδί; Αποδόθηκε. Πέθανε η γυναικία; Αποδόθηκε. «Μου ἀφαιρέθηκε το χωράφι». Και τούτο, λοιπόν, ἀποδόθηκε. «Αὐτός, ὅμως, που μου το ἀφαίρεσε, εἶναι κακός». Τι σε μέλει, λοιπόν, μέσω ποιού ἀθρώπου σου το ἀπαίτησε ἐκεῖνος που σου το εἶχε δώσει; Ὅσο σου το δίνει, να το ἐπιμελεῖσαι ὡς ἀλλότριο, ὅπως οἱ περαστικοὶ το πανδοχεῖο.

ιβ'

Εάν θέλεις να προκόψεις, ἀφησε τους συλλογισμούς αὐτοῦ τοῦ εἶδους: «ἐὰν ἀμελήσω τις υποθέσεις μου, δεν θα ἔχω τροφίμα», «ἐάν δεν τιμωρήσω τον δούλο μου, θα γίνει πονηρός». Εἶναι καλύτερα να πεθάνεις ἀπὸ λιμό, ἔχοντας γίνει ἄλυπος και ἀφοβος, παρά να ζεις στην ἀφθονία, ὄντας ταραγμένος. Καλύτερα να εἶναι κακός ο δούλος σου, παρά ἐσὺ κακοδαίμονας. Ἄρχισε, λοιπόν, ἀπὸ τα μικρά. Χύνεται το λαδάκι, κλέβεται το κρασάκι. Λέγε, λοιπόν, ὅτι «τόσο πωλεῖται η ἀπάθεια, τόσο η ἀταραξία». Χαριστικά τίποτε δεν παίρνεις. Ὅταν καλεῖς τον δούλο σου, να θυμάσαι ὅτι δύναται να μην ὑπακούσει και – ἐάν ὑπακούσει – να μην κάνει τίποτε ἀπ' ὅσα θέλεις. Δεν εἶναι, ὅμως, και τόσο σπουδαία η ὑπόστασή του, ὥστε ἀπ' αὐτόν να ἐξαρτάται η ἀταραξία σου.

13

I

Εἰ προκόψαι θέλεις, ὑπόμεινον ἔνεκα τῶν ἐκτὸς ἀνόητος δόξας καὶ ἠλίθιος, μηδὲν βούλου δοκεῖν ἐπίστασθαι κἄν δόξης τις εἶναι τισιν, ἀπίσται σεαυτῷ. ἴσθι γὰρ ὅτι οὐ ῥάδιον τὴν προαίρεσιν τὴν σεαυτοῦ κατὰ φύσιν ἔχουσιν φυλάξαι καὶ τὰ ἐκτὸς, ἀλλὰ τοῦ ἐτέρου ἐπιμελούμενον τοῦ ἐτέρου ἀμελῆσαι πᾶσα ἀνάγκη.

14

I

Ἐὰν θέλῃς τὰ τέκνα σου καὶ τὴν γυναῖκα καὶ τοὺς φίλους σου πάντοτε ζῆν, ἠλίθιος εἶ τὰ γὰρ μὴ ἐπὶ σοὶ θέλεις ἐπὶ σοὶ εἶναι καὶ τὰ ἀλλότρια σὰ εἶναι. οὕτω κἄν 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 ἀναστρέφεισθαι. περιφερόμενον γέγονέ τι κατὰ σέ· ἐ-

15

I

ιγ'

Εάν θέλεις να προκόψεις, υπόμεινε – εξαιτίας των εξωτερικών πραγμάτων – το να φαίνεσαι ανόητος και ηλίθιος, χωρίς να θέλεις να φαίνεσαι ότι κάτι γνωρίζεις καλά. Και αν σε κάποιους φανείς ότι είσαι κάποιος, να δυσπιστείς στον εαυτό σου. Γνώριζε, λοιπόν, ότι δεν είναι εύκολο να διαφυλάξεις σύμφωνη με την φύση την προαίρεση τού εαυτού σου, και συνάμα τα εξωτερικά πράγματα, αλλά κατ' απόλυτη ανάγκη θ' αμελήσεις το ένα, όταν επιμεληθείς το άλλο.

ιδ'

Εάν θέλεις να ζήσουν παντοτινά τα τέκνα, η γυναίκα και οι φίλοι σου, είσαι ηλίθιος, επειδή θέλεις να εξαρτώνται από εσένα όσα δεν εξαρτώνται, και να είναι δικά σου τα αλλότρια. Έτσι, και αν θέλεις να μην αμαρτάνει ο δούλος σου, είσαι μωρός, επειδή θέλεις να μην είναι κακία η κακία, άλλα κάτι άλλο. Εάν, όμως, θέλεις να μην αποτυγχάνεις όταν ορέγεται, δύνασαι να το κάνεις. Αυτό, λοιπόν, άσκησε, το οποίο δύνασαι. Κύριος τού καθενός είναι όποιος έχει την εξουσία να του παρέχει ή να του αφαιρεί αυτά που ο καθένας θέλει ή δεν θέλει. Όποιος, λοιπόν, επιθυμεί να είναι ελεύθερος, ούτε να θέλει κάτι ούτε ν' αποφεύγει κάτι απ' όσα εξαρτώνται απ' τους άλλους. Ειδεμή, κατ' ανάγκη θα είναι δούλος.

ιε'

Να θυμάσαι ότι πρέπει να συμπεριφέρεσαι όπως σε συμπόσιο. Κάτι που περιφέρεται, έφτασε και σ' εσένα. Άπλωσε το χέρι

κτείνας 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 ἄξιος τῶν θεῶν συμπότης. ἂν δὲ καὶ παρατεθέντων σοι μὴ λάβης, ἀλλ' ὑπερίδης, 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.

16

I

Ὅταν κλαίοντα ἴδῃς τινὰ ἐν πένθει ἢ ἀποδημοῦντος τέκνου ἢ ἀπολωλεκότα τὰ ἑαυτοῦ, πρόσεχε μὴ σε ἢ φαντασία συναρπάσῃ ὡς ἐν κακοῖς ὄντος αὐτοῦ τοῖς ἐκτός, ἀλλ' εὐθύς ἔστω πρόχειρον ὅτι «τοῦτον θλίβει οὐ τὸ συμβεβηκός (ἄλλον γὰρ οὐ θλίβει), ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτου». μέχρι μέντοι λόγου μὴ ὄκνει συμπεριφέρεσθαι αὐτῷ, κἂν οὕτω τύχη, καὶ συνεπιστενάξαι πρόσεχε μέντοι μὴ καὶ ἔσωθεν στενάξῃς.

17

I

Μέμνησο, ὅτι ὑποκριτὴς εἶ δράματος, οἴου ἂν θέλῃ ὁ διδάσκαλος ἂν βραχύ, βραχέος ἂν μα-

σου καὶ κοσμίως λάβε ἓνα μέρος. Προσπερνά. Μὴν το κατακρατεῖς. Δεν ἦρθε ἀκόμη. Μὴν επιτείνεις περισσότερο τὴν ὄρεξιν, ἀλλὰ περίμενε μέχρι να φτάσει σ' ἐσένα. Ἐτσι να φέρεσαι πρὸς τα τέκνα, ἔτσι πρὸς τὴν γυναῖκα, ἔτσι πρὸς τ' ἀξιώματα, ἔτσι πρὸς τὸν πλοῦτο, καὶ κάποτε θα γίνεις ἀξιος συμπότης τῶν Θεῶν. Αν, ὁμως, δεν λάβεις, ἀκόμη καὶ ὅταν σου παρατεθούν, ἀλλὰ τα παραβλέψεις, τότε δεν θα εἶσαι μόνον συμπότης τῶν Θεῶν, ἀλλὰ καὶ συνάρχοντάς τους. Ἐτσι κάνοντας ὁ Διογένης³ καὶ ὁ Ἡράκλειτος⁴ καὶ οἱ ὅμοιοί τους, ἐπάξια ἦταν καὶ λέγονταν θεῶν κοί.

ιστ'

Ὅταν κάποιον δεῖς να κλαίει λόγω πένθους ἢ γιὰ τὴν ἀποδημία τοῦ τέκνου του ἢ γιατί ἔχασε τα υπάρχοντά του, πρόσεχε να μὴ σε συναρπάσει ἡ φαντασία ὅτι δήθεν αὐτὸς βρίσκεται μέσα σε ἐξωτερικά κακά, ἀλλὰ εὐθύς ἔχε πρόχειρο τὸ ὅτι «αὐτὸν δεν τον θλίβει τὸ συμβεβηκός – γιατί ἄλλον δεν θλίβει – ἀλλὰ ἡ δοξασία του γι' αὐτό». Μέχρι τοῦ σημείου τῶν λόγων, βέβαια, μὴ οκνήσεις να συμπάσχεις μαζί του καὶ – αν ἔτσι τύχει – ἀκόμη καὶ να συνεπιστενάξεις. Πρόσεχε, ὁμως, να μὴ στενάξεις καὶ ἀπὸ μέσα σου.

ιζ'

Να θυμάσαι ὅτι εἶσαι ἠθοποιός σε δράμα, σ' ἐκεῖνο που θα θελήσει ὁ διδάσκαλος. Θέλει βραχύ, σε βραχύ. Θέλει μακρό, σε

κρόν, μακροῦ ἂν πτωχὸν ὑποκρίνασθαι σε θέλη,
 ἵνα καὶ τοῦτον εὐφυῶς ὑποκρίνη ἂν χολόν, ἂν
 ἄρχοντα, ἂν ιδιώτην. σὸν γὰρ τοῦτ' ἔστι, τὸ δο-
 θέν ὑποκρίνασθαι πρόσωπον καλῶς ἐκλέξασθαι
 δ' αὐτὸ ἄλλου.

18

1 Κόραξ ὅταν μὴ αἴσιον κεκράγη, μὴ συναρπαζέ-
 τω σε ἢ φαντασία· ἀλλ' εὐθύς διαίρει παρὰ σε-
 αυτῶ καὶ λέγε ὅτι «τούτων ἐμοὶ οὐδὲν ἐπισημαί-
 νεται, ἀλλ' ἢ τῶ σωματίῳ μου ἢ τῶ κτησειδίῳ
 μου ἢ τῶ δοξαρίῳ μου ἢ τοῖς τέκνοις ἢ τῇ γυναι-
 κί. ἐμοὶ δὲ πάντα αἴσια σημαίνεται, ἐὰν ἐγὼ θέ-
 λω ὅ τι γὰρ ἂν τούτων ἀποβαίνη, ἐπ' ἐμοὶ ἔστιν
 ὠφεληθῆναι ἀπ' αὐτοῦ».

19

1 Ἀνίκητος εἶναι δύνασαι, ἐὰν εἰς μηδένα ἀγῶνα
 καταβαίνης, ὃν οὐκ ἔστιν ἐπὶ σοὶ νικῆσαι. ὅρα
 μήποτε ἰδῶν τινα προτιμώμενον ἢ μέγα δυνάμε-
 νον ἢ ἄλλως εὐδοκιμοῦντα μακαρίσης, ὑπὸ τῆς
 φαντασίας συναρπασθεῖς. ἐὰν γὰρ ἐν τοῖς ἐφ' ἡ-
 μῖν ἢ οὐσία τοῦ ἀγαθοῦ ἦ, οὔτε φθόνος οὔτε ζη-
 λοτυπία χώραν ἔχει σύ τε αὐτὸς οὐ στρατηγός,
 οὐ πρύτανις ἢ ὑπατος εἶναι θελήσεις, ἀλλ' ἐλεύ-
 θερος. μία δὲ ὁδὸς πρὸς τοῦτο, καταφρόνησις
 τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν.

μακρό. Ἄν σε θέλει γιὰ να υποκριθεῖς ἕναν φτωχό, τότε και αυ-
 τόν ευφυῶς να τον υποκριθεῖς, καθῶς και τον χολό και τον ἀρ-
 χοντα και τον κοινό ἄνθρωπο, γιατί το δικό σου ἔργο εἶναι αυτό,
 το να υποκρίνεσαι καλῶς το πρόσωπο που σου ἔχει δοθεί, ενώ
 ἄλλου ἔργο εἶναι να επιλέξει το πρόσωπο.

1η'

Ὅταν ο κόρακας κρᾶζει κάτι μη αἴσιο⁵, να μην σε συναρπάζει
 η φαντασία, αλλά ευθύς κάνε γιὰ τον εαυτό σου την διάκριση
 και λέγε ὅτι «κανένα ἀπὸ αὐτά δεν εἶναι σημάδι γιὰ εμένα, αλλά
 ἢ γιὰ το σωματάκι μου ἢ γιὰ τ' ἀποκτηματάκια μου ἢ γιὰ την
 μικροφῆμη μου ἢ γιὰ τα τέκνα ἢ γιὰ την γυναίκα μου. Γιὰ εμένα
 ὅλα τα σημάδια εἶναι αἴσια, εἰάν ἐγὼ το θέλω, επειδὴ οτιδήποτε
 τούτων συμβεῖ τελικά, ἀπὸ εμένα εξαρτάται να ωφεληθῶ ἀπ'
 αὐτό».

1θ'

Δύνασαι να εἶσαι ἀνίκητος, εἰάν δεν κατεβαίνεις σε κανέναν α-
 γῶνα, στον οποιόν η νίκη δεν εξαρτάται ἀπὸ εσένα. Κοίταξε
 μήπως κάποτε δεις κάποιον που τον προτιμοῦν ἢ κάποιον με
 μεγάλη δύναμη ἢ κάποιον που αλλιῶς ευδοκιμεῖ, και τον μακα-
 ρίσεις, συναρπασμένος ἀπὸ την φαντασία γιατί, εἰάν η ουσία τοῦ
 ἀγαθοῦ εἶναι σε ὅσα εξαρτῶνται ἀπὸ εμάς, οὔτε γιὰ τον φθόνο
 οὔτε γιὰ την ζηλοτυπία υπάρχει χώρας. Εσύ ο ἴδιος δεν θα θελή-
 σεις να γίνεις οὔτε στρατηγός οὔτε πρύτανις ἢ ὑπατος. Μία εἶ-
 ναι η οδός γι' αὐτό: η καταφρόνηση ὄσων δεν εξαρτῶνται ἀπὸ
 εμάς.

20

I

Μέμνησο, ὅτι οὐχ ὁ λοιδορῶν ἢ ὁ τύπτων ὑβρίζει, ἀλλὰ τὸ δόγμα τὸ περὶ τούτων ὡς ὑβριζόντων. ὅταν οὖν ἐρεθίσῃ σε τις, ἴσθι, ὅτι ἢ σὴ σε ὑπόληψις ἠρέθικε. τοιγαροῦν ἐν πρώτοις πειρῶ ὑπὸ τῆς φαντασίας μὴ συναρπασθῆναι· ἂν γὰρ ἅπαξ χρόνου καὶ διατριβῆς τύχῃς, ῥᾶον κρατήσεις σεαυτοῦ.

21

I

Θάνατος καὶ φυγὴ καὶ πάντα τὰ δεινὰ φαινόμενα πρὸ ὀφθαλμῶν ἔστω σοι καθ' ἡμέραν, μάλιστα δὲ πάντων ὁ θάνατος· καὶ οὐδὲν οὐδέποτε οὔτε ταπεινὸν ἐνθυμηθῆσθαι οὔτε ἄγαν ἐπιθυμῆσεις τινός.

22

I

Εἰ φιλοσοφίας ἐπιθυμεῖς, παρασκευάζου αὐτόθεν ὡς καταγελασθησόμενος, ὡς καταμωκησομένων σου πολλῶν, ὡς ἐρούντων ὅτι «ἄφνω φιλόσοφος ἡμῖν ἐπανελήλυθε» καὶ «πόθεν ἡμῖν αὕτη ἢ ὄφρῦς;» σὺ δὲ ὄφρῦν μὲν μὴ σχῆς· τῶν δὲ βελτίστων σοι φαινομένων οὕτως ἔχου, ὡς ὑπὸ τοῦ θεοῦ τεταγμένος εἰς ταύτην τὴν χώραν μέμνησθαι διότι, ἐὰν μὲν ἐμμείνῃς τοῖς αὐτοῖς, οἱ καταγελαῶντές σου τὸ πρότερον οὗτοί σε ὑστερον θαυμάσονται, ἐὰν δὲ ἠττηθῆς αὐτῶν, διπλοῦν προσλήψῃ καταγέλωτα.

κ'

Να θυμάσαι ὅτι δεν υβρίζει ούτε ὅποιος λοιδορεῖ ούτε ὅποιος χτυπά, ἀλλὰ ἡ δοξασία ὅτι αὐτοὶ εἶναι υβριστές. Ὄταν, λοιπόν, κάποιος σ' ἐρεθίσει, γνώριζε ὅτι σ' ἔχει ἐρεθίσει ἡ ἀντίληψή σου γι' αὐτόν. Γι' αὐτό, κατ' ἀρχὴν ν' ἀποπειράσαι νὰ μὴ συναρπάξεις ἀπὸ τὴν φαντασία, ἐπειδὴ ἀν μίᾳ φορᾷ σοῦ τύχει χρόνος καὶ ἀναβολή, εὐκολότερα θὰ κυριαρχήσεις στὸν εαυτό σου.

κα'

Ὁ θάνατος καὶ ἡ ἐξορία καὶ ὅλα ὅσα φαίνονται ὡς δεινοπαθήματα, ἀς βρίσκονται κάθε μέρα ἐμπρὸς στὰ μάτια σου, καὶ περισσότερο ἀπ' ὅλα ὁ θάνατος, καὶ ποτέ τίποτε ταπεινὸ δεν θὰ θυμηθεῖς, οὔτε κάτι θὰ ἐπιθυμήσεις υπερβολικά.

κβ'

Εἰ ἐπιθυμεῖς τὴν φιλοσοφία, προετοιμάσου κατευθείαν ὥστε νὰ γίνεις καταγέλαστος, ὥστε νὰ χλευαστεῖς ἀπὸ πολλοῦς, ὥστε νὰ πουν ὅτι «ξαφνικά μας ξαναγύρισε φιλόσοφος» καὶ «ἀπὸ πότε μᾶς κρατᾷ τέτοιο ὕφος;». Εσύ, ὅμως, νὰ μὴ κρατᾷς ὕφος. Ἀπέναντι σε ὅσα σου φαίνονται βέλτιστα, ἔτσι νὰ συμπεριφέρεσαι: σαν νὰ σε ἔχει τάξει ὁ Θεός σ' αὐτόν τὸν χώρο. Καὶ νὰ θυμάσαι ὅτι, εἰν παραμείνεις σταθερός σ' αὐτά, ὅσοι πρωύτερα σε καταγελοῦσαν, οἱ ἴδιοι ὕστερα θὰ σε θαυμάσουν, ἐνῶ ἀν ἠττηθεῖς ἀπὸ αὐτά, διπλό καταγέλασμα θὰ εἰσπράξεις.

Εάν 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 ἰκανὸς ἔση.

Οὗτοί σε οἱ διαλογισμοὶ μὴ θλιβέτωσαν «ἄτιμος ἐγὼ βιώσομαι καὶ οὐδεις οὐδαμοῦ». εἰ γὰρ ἡ ἀτιμία ἐστὶ κακόν, οὐ δύνασαι ἐν κακῷ εἶναι δι' ἄλλον, οὐ μᾶλλον ἢ ἐν αἰσχυρῷ μὴ τι οὖν σὸν ἐστιν ἔργον τὸ ἀρχῆς τυχεῖν ἢ παραληφθῆναι ἐφ' ἐστίασιν; οὐδαμῶς. πῶς οὖν ἔτι τοῦτ' ἔστιν ἀτιμία; πῶς δὲ οὐδεις οὐδαμοῦ ἔση, ὃν ἐν μόνοις εἶναί τινα δεῖ τοῖς ἐπὶ σοί, ἐν οἷς ἔξεστί σοι εἶναι πλείστου ἀξίω; ἀλλά σοι οἱ φίλοι ἀβοήθητοι ἔσσονται. τί λέγεις τὸ ἀβοήθητοι; οὐχ ἔξουσι παρὰ σοῦ κερμάτιον οὐδὲ πολίτας Ῥωμαίων αὐτοῦς ποιήσεις. τίς οὖν σοι εἶπεν, ὅτι ταῦτα τῶν ἐφ' ἡμῖν ἐστίν, οὐχὶ δὲ ἀλλότρια ἔργα; τίς δὲ δοῦναι δύναται ἐτέρω, ἃ μὴ ἔχει αὐτός; «κτῆσαι οὖν», φησίν, «ἵνα ἡμεῖς ἔχωμεν». εἰ δύναμαι κτῆσασθαι τηρῶν ἑμαυτὸν αἰδήμονα καὶ πιστὸν καὶ μεγαλόφρονα, δείκνυε τὴν ὁδὸν καὶ κτήσομαι. εἰ δ' ἐμὲ ἀξιούτε τὰ ἀγαθὰ τὰ ἑμαυτοῦ ἀπολέσαι, ἵνα ὑμεῖς τὰ μὴ ἀγαθὰ περιποιήσησθε, ὁρᾶτε ὑμεῖς, πῶς ἄνισοί ἐστε καὶ ἀγνώμονες. τί δὲ καὶ

κγ'

Εάν κάποτε σου συμβεῖ να στραφῆς προς τα εξωτερικά, επειδή επιθυμῆς ν' ἀρέσεις σε κάποιον, γνώριζε ὅτι ἀπώλεσες τὴν εσωτερικὴ στάση σου. Ν' ἀρκεστεῖς, λοιπόν, να εἶσαι φιλόσοφος σε ὅλα, και αν επιθυμῆς να φαῖνεσαι και φιλόσοφος, να φαῖνεσαι στον εαυτό σου και θα εἶναι ἀρκετό.

κδ'

Να μην σε θλίβουν αυτοὶ οἱ διαλογισμοί: «ἐγὼ θα ζήσω χωρὶς τιμές, ὄντας κανεῖς στο πουθενά». Εάν, λοιπόν, ἡ ἔλλειψη τιμῶν εἶναι κακό, δεν δύνασαι να βρεθῆς στο κακό εξαιτίας ἄλλου, και πολύ περισσότερο να βρεθῆς στην αἰσχυρότητα. Μήπως εἶναι δικό σου ἔργο το να επιτύχεις ἕνα αξίωμα ἢ το να προσκληθῆς σε μία συνεστίαση; Οπωσδήποτε ὄχι. Πῶς αὐτό, λοιπόν, εἶναι επιπλέον ἀτιμία; Πῶς θα εἶσαι κανεῖς στο πουθενά, ἐσύ που πρέπει να εἶσαι κάποιος μόνον σε ὅσα εξαρτῶνται ἀπὸ ἐσένα, στα οποία σου ταιριάζει να ἔχεις τὴν περισσότερη ἀξία; Αλλά οἱ φίλοι σου θα εἶναι ἀβοήθητοι; Γιατί λες το «ἀβοήθητοι»; Δεν θα πάρουν ἀπὸ ἐσένα οὔτε κερματάκι. Οὔτε θα τους κάνουν Ῥωμαίους πολίτες. Ποῖός σου εἶπε, λοιπόν, ὅτι αὐτά εξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς και δεν εἶναι ἀλλότρια ἔργα; Ποῖός δύναται να δώσει σε ἄλλον αὐτά που ο ἴδιος δεν ἔχει; «Ἀπόκτησε, λοιπόν», σου λένε, «ὥστε να ἔχουμε κ' ἐμεῖς». Εάν δύναμαι ν' ἀποκτήσω τηρώντας τον εαυτό μου αἰδήμονα και πιστό και μεγαλόφρονα, δείξε μου τὴν οδὸ και θ' ἀποκτήσω. Εάν, ὅμως, ἔχετε ἀπὸ ἐμένα τὴν ἀξίωση ν' ἀπολέσω τα δικά μου ἀγαθὰ, ὥστε ἐσεῖς να ἔχετε τα μη ἀγαθὰ, κοιτάζετε πόσο εἶστε ἀδικοὶ και ἀγνώμονες. Τι επιθυμῆτε

βούλεσθε μάλλον; ἀργύριον ἢ φίλον πιστόν καὶ
 αἰδήμονα; εἰς τοῦτο οὖν μοι μάλλον συλλαμβάνε-
 τε καὶ μὴ, δι' ὧν ἀποβαλῶ αὐτὰ ταῦτα, ἐκεῖνά με
 4 πρᾶσσειν ἀξιούτε. «ἀλλ' ἢ πατρίς, ὅσον ἐπ' ἐ-
 μοί», φησίν, «ἀβοήθητος ἔσται». πάλιν, ποίαν
 καὶ ταύτην βοήθειαν; στοᾶς οὐχ ἔξει διὰ σὲ οὔτε
 βαλανεῖα. καὶ τί τοῦτο; οὐδὲ γὰρ ὑποδήματα ἔ-
 χει διὰ τὸν χαλκέα οὐδ' ὄπλα διὰ τὸν σκυτέα ἰ-
 κανὸν δέ, εἰς ἕκαστος ἐκπληρώσει τὸ ἑαυτοῦ ἔρ-
 γον. εἰ δὲ ἄλλον τινὰ αὐτῇ κατεσκευάζεις πολί-
 την πιστόν καὶ αἰδήμονα, οὐδὲν ἂν αὐτὴν ὠφέ-
 λεις; «ναί.» οὐκοῦν οὐδὲ σὺ αὐτὸς ἀνωφελὴς ἂν
 εἴης αὐτῇ. «τίνα οὖν ἔξω», φησί, «χώραν ἐν τῇ
 5 πόλει;» ἦν ἂν δύνῃ φυλάττων ἅμα τὸν πιστόν
 καὶ αἰδήμονα. εἰ δὲ ἐκείνην ὠφελεῖν βουλόμενος
 ἀποβαλεῖς ταῦτα, τί ὄφελος ἂν αὐτῇ γένοιτο ἀ-
 ναιδῆς καὶ ἄπιστος ἀποτελεσθεῖς;
 25
 1 Προετιμήθη σοῦ τις ἐν ἐστιάσει ἢ ἐν προσαγο-
 ρεύσει 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 αὐ-
 τῶν οὐκ ἔτυχες· μέμνησο δέ, ὅτι οὐ δύνασαι μὴ
 2 ταῦτα ποιῶν πρὸς τὸ τυγχάνειν τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν
 τῶν ἴσων ἀξιούσθαι. πῶς γὰρ ἴσον ἔχειν δύνα-
 ται ὁ μὴ φοιτῶν ἐπὶ θύρας τινὸς τῷ φοιτῶντι; ὁ
 μὴ παραπέμπων τῷ παραπέμποντι; ὁ μὴ ἐπαινῶν

περισσότερο; Ἀργύρια ἢ φίλο πιστό και αιδήμονα; Σ' αυτό, λοι-
 πόν, συμπαρασταθείτε μου περισσότερο και μην έχετε την αξί-
 ωση να πράξω εκείνα, μέσω των οποίων θ' αποβάλω αυτά τ'
 αγαθά. «Η πατρίδα, όμως, όσο εξαρτάται από εμένα», σου λένε,
 «θα μείνει αβοήθητη». Ξαναρωτώ: τι είδους είναι τούτη η βοή-
 θεια; Εξαιτίας μου δεν θα έχει ούτε στοές ούτε βαλανεῖα. Και τι
 σημαίνει αυτό; Ούτε υποδήματα έχει εξαιτίας τού χαλκουργού,
 ούτε όπλα εξαιτίας τού σκυτοτόμου. Είναι αρκετό, όμως, να εκ-
 πληρώνει ο καθένας το δικό του έργο. Αν, λοιπόν, προετοιμάζεις
 γι' αυτήν άλλον έναν πιστό και αιδήμονα πολίτη, καθόλου δεν
 θα την ωφελούσες; «Ναι». Άρα ούτε εσύ ο ίδιος θα ήσουν ανω-
 φελής γι' αυτήν. «Ποιόν χώρο, λοιπόν», σου λένε, «θα έχω μέσα
 στην πολιτεία;». Όποιον χώρο δύνασαι, διαφυλάττοντας συνάμα
 τον πιστό και αιδήμονα χαρακτήρα σου. Εάν αποβάλεις αυτά,
 επιθυμώντας να ωφελήσεις την πατρίδα, τι όφελος θα έχει αυτή,
 αν καταλήξεις αναιδής και άπιστος;

κε'

Αντί για εσένα κάποιον άλλον προτίμησαν στην συνεστίαση ἢ
 στην προσφώνηση ἢ στην πρόσληψη συμβούλου; Εάν αυτά εί-
 ναι αγαθά, πρέπει να χαίρεσαι, επειδή αυτά έτυχαν σ' εκείνον.
 Εάν είναι κακά, μην δυσφορείς, αφού δεν έτυχαν σ' εσένα. Να
 θυμάσαι ότι δεν δύνασαι να έχεις ίσες αξιώσεις, όταν δεν κάνεις
 τα ίδια μ' εκείνους που προσδοκούν να επιτύχουν όσα δεν εξαρ-
 τώνται από εμάς. Πώς δύναται να έχει ίσες απολαβές όποιος δεν
 συχνάζει, με όποιον συχνάζει στην εξώθυρα κάποιου; Όποιος
 δεν τον συνοδεύει, με όποιον τον συνοδεύει; Όποιος δεν τον

τῷ ἐπαινοῦντι, ἄδικος οὖν ἔση καὶ ἄπληστος, εἰ
 μὴ προϊέμενος ταῦτα, ἀνθ' ὧν ἐκεῖνα πιπράσκει-
 3 ται, προῖκα αὐτὰ βουλήσῃ λαμβάνειν. ἀλλὰ πό-
 σου πιπράσκονται θρίδακες; ὀβολοῦ, ἂν οὔτω
 τύχη. ἂν οὖν τις προέμενος τὸν ὀβολὸν λάβῃ θρί-
 4 δακας, σὺ δὲ μὴ προέμενος μὴ λάβῃς, μὴ οἴου ἔ-
 λαττον ἔχειν τοῦ λαβόντος. ὡς γὰρ ἐκεῖνος ἔχει
 θρίδακας, οὔτω σὺ τὸν ὀβολόν, ὃν οὐκ ἔδωκας.
 τὸν αὐτὸν δὴ τρόπον καὶ ἐνταῦθα. οὐ παρεκλή-
 5 θης ἐφ' ἐστίασίν τινος; οὐ γὰρ ἔδωκας τῷ καλοῦ-
 ντι, ὅσου πωλεῖ τὸ δεῖπνον. ἐπαίνου δ' αὐτὸ πω-
 λεῖ, θεραπείας πωλεῖ. δὸς οὖν τὸ διάφορον, εἰ
 σοι λυσιτελεῖ, ὅσου πωλεῖται. εἰ δὲ κἀκεῖνα θέ-
 λεις μὴ προῖεσθαι καὶ ταῦτα λαμβάνειν, ἄπλη-
 6 στος εἶ καὶ ἀβέλτερος. οὐδὲν οὖν ἔχεις ἀντὶ τοῦ
 δεῖπνου; ἔχεις μὲν οὖν τὸ μὴ ἐπαινεῖσαι τοῦτον,
 ὃν οὐκ ἠθέλες, τὸ μὴ ἀνασχέσθαι αὐτοῦ τῶν ἐπὶ
 26 τῆς εἰσόδου.

1 Τὸ βούλημα τῆς φύσεως καταμαθεῖν ἔστιν ἐξ ὧν
 οὐ διαφερόμεθα πρὸς ἀλλήλους. οἷον, ὅταν ἄλ-
 λου παιδάριον κατεάξῃ τὸ ποτήριον, πρόχειρον
 εὐθύς λέγειν ὅτι «τῶν γινομένων ἐστίν». ἴσθι
 οὖν, ὅτι, ὅταν καὶ τὸ σὸν κατεαγῇ, τοιοῦτον εἶ-
 2 ναί σε δεῖ, ὅποιον ὅτε καὶ τὸ τοῦ ἄλλου κατεά-
 γῃ. οὔτω μετατίθει καὶ ἐπὶ τὰ μείζονα. τέκνον
 ἄλλου τέθνηκεν ἢ γυνή; οὐδεὶς ἐστίν ὃς οὐκ ἂν

επαινεῖ, με ὅποιον τον επαινεῖ; Θα εἶσαι, λοιπόν, ἄδικος και ἀ-
 πληστος, εἰάν επιθυμήσεις να λάβεις αυτά δωρεάν, χωρίς να πα-
 ράσχεις εκείνα, με τα οποία αυτά αγοράζονται. Αλλά πόσο πω-
 λούνται οι θρίδακες; Έναν οβολό, αν τύχει. Αν, λοιπόν, κάποιος
 δώσει τον οβολό και πάρει θρίδακες, ενώ εσύ δεν τον δώσεις και
 δεν πάρεις, μην θεωρήσεις ότι έχεις λιγότερα από εκείνον που
 τους πήρε. Όπως εκείνος έχει θρίδακες, έτσι κ' εσύ έχεις τον
 οβολό, τον οποίον δεν έδωσες. Κατά τον ίδιο τρόπο και στ' α-
 κόλουθα. Δεν προσκλήθηκες στην συνεστίαση κάποιου; Αυτό
 συνέβη επειδή δεν έδωσες το αντίτιμο τού δείπνου σ' αυτόν που
 προσκαλεῖ. Πουλά το δείπνο για έναν έπαινο ή για μία υπηρεσί-
 α. Εάν σ' ενδιαφέρει, δώσε του το αντίτιμο για το οποίο πωλεί-
 ται. Αν, όμως, κ' εκείνα θέλεις να μην δώσεις, και τούτα να λά-
 βεις, είσαι άπληστος και αβέλτερος. Τίποτε, λοιπόν, δεν έχεις
 αντί για το δείπνο; Και βέβαια έχεις; το ότι δεν επαινέσες εκεί-
 νον που δεν ήθελες και το ότι δεν εμποδίστηκες από τους δού-
 λους που έχει στην είσοδό του.

ΚΣΤ'

Εἶναι δυνατόν να καταλάβουμε την βούληση τῆς φύσης από
 τα πράγματα στα οποία δεν διαφέρουμε μεταξύ μας. Δηλαδή:
 όταν ο μικρός δούλος ενός άλλου ανθρώπου σπάσει το ποτήρι,
 ευθύς έχουμε πρόχειρο τον λόγο ότι «γίνονται και αυτά». Γνώ-
 ριζε, λοιπόν, ότι όταν και το δικό σου σπάσει, πρέπει ν' αντι-
 δράσεις έτσι, όπως θ' αντιδρούσες και όταν έσπαζε τού άλλου.
 Εφάρμοσε το ίδιο και στα μεγαλύτερα θέματα. Πέθανε το τέκνο
 ή η γυναίκα ενός άλλου. Κανείς δεν υπάρχει που δεν θα πει ότι

εἶποι ὅτι «ἀνθρώπινον»· ἀλλ' ὅταν τὸ αὐτοῦ τι-
νος ἀποθάνῃ, εὐθύς «οἴμοι, τάλας ἐγώ». ἔχρῃν δὲ
μεμνήσθαι, τί πάσχομεν περὶ ἄλλων αὐτὸ ἀκού-
σαντες.

27

I

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

28

I

μὲν τὸ σῶμά σου τις ἐπέτρεπε τῷ ἀπαντήσαντι,
ἡγανάκεις ἂν ὅτι δὲ σὺ τὴν γνώμην τὴν σεαυ-
τοῦ ἐπιτρέπεις τῷ τυχόντι, ἵνα, ἐὰν λοιδορήση-
ταί σοι, ταραχθῇ ἐκείνη καὶ συγχυθῇ, οὐκ αἰ-
σχύνῃ τούτου ἕνεκα;

29

I

Ἐκάστου ἔργου σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ
ἀκόλουθα αὐτοῦ καὶ οὕτως ἔρχου ἐπ' αὐτό. εἰ δὲ
μὴ, τὴν μὲν πρώτην προθύμως ἤξεις ἅτε μηδὲν
τῶν ἐξῆς ἐντεθυμημένος, ὕστερον δὲ ἀναφανέ-
ντων δυσχερῶν τινων αἰσχυρῶς ἀποστήσῃ. θέλεις

2

Ὀλύμπια νικῆσαι; κἀγώ, νῆ τοὺς θεοῦς κομπῶν
γάρ ἐστιν. ἀλλὰ σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ
ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἄπτου τοῦ ἔργου. δεῖ σ' εὐ-
τακτεῖν, ἀναγκοτροφεῖν, ἀπέχεσθαι πεμμάτων,
γυμνάζεσθαι πρὸς ἀνάγκην, ἐν ᾧρᾳ τεταγμένη,
ἐν καύματι, ἐν ψύχει, μὴ ψυχρὸν πίνειν, μὴ οἴ-
νον, ὡς ἔτυχεν, ἀπλῶς ὡς ἰατρῷ παραδεδωκέναι
σεαυτὸν τῷ ἐπιστάτῃ, εἶτα ἐν τῷ ἀγῶνι παρο-

αὐτὸ «εἶναι ἀνθρώπινον». Ἀλλὰ ὅταν πεθάνῃ ἓνας δικός σου, ευ-
θύς λέει: «αλίμονό μου, τὸν ταλαίπωρο!». Θα ἔπρεπε, ὅμως, να
θυμόμαστε τι πάθαμε ὅταν τὸ ἴδιο ἀκούσαμε γιὰ κάποιους ἄλ-
λους.

κζ'

Ὅπως ακριβῶς δεν θέτουμε ἓναν σκοπὸ γιὰ ν' ἀποτύχουμε, ἔ-
τσι δεν γίνεται στὸν κόσμὸ ἐκ φύσεως τὸ κακό.

κη'

Εἰάν κάποιος παρέδιδε τὸ σῶμα σου στὸν πρῶτο τυχόντα, θ' α-
γανακτούσες. Εσύ, λοιπόν, παραδίδεις τὴν δική σου κρίση στὸν
τυχόντα – ὥστε ἐκείνη να ταραχθεῖ καὶ να συγχυθεῖ, ἀν αὐτός
σε λοιδορήσει – καὶ δεν αἰσχύνεσαι γι' αὐτό;

κθ'

Εξέτασε τὰ προηγούμενα καὶ τὰ επακόλουθα καθενός ἔργου,
καὶ μετὰ ἀνάλαβέ το. Ἀλλιῶς, πρόθυμα θα τὸ ἀρχίσεις, ἀφοῦ
κανένα επακόλουθο δεν σκέφτηκες, καὶ ὕστερα, ὅταν θ' ἀναφα-
νοῦν κάποιες δυσχέρειες, θα τὸ παρατήσεις ντροπιασμένος. Θέ-
λεις να νικήσεις στὸν Ὀλυμπιακούς; Κ' ἐγώ, μα τοὺς Θεούς!
Εἶναι κάτι κομπῶ. Ἀλλὰ σκέψου ὅσα προηγούνται καὶ ὅσα ἀκο-
λουθοῦν, καὶ τότε ἀνάλαβε τὸ ἔργο. Πρέπει να πειθαρχῆς, να
τρέφεσαι με τ' ἀναγκαῖα, ν' ἀπέχεις ἀπὸ τὰ γλυκίσματα, να γυ-
μνάζεσαι ἀναγκαστικά, σε καθορισμένη ὥρα, με καύσωνα, με
ψύχος, να μὴν πίνεις ψυχρὰ ποτὰ, οὔτε οἶνο ὅποτε τύχει, να πα-
ραδώσεις ἀπλὰ τὸν εαυτὸ σου στὸν γυμναστή σου, σαν σε ἰα-

3 ρύσσεσθαι, ἔστι δὲ ὅτε χεῖρα ἐκβαλεῖν, σφυρὸν
 στρέψαι, πολλὴν ἀφὴν καταπιεῖν, ἔσθ' ὅτε μαστι-
 γωθῆναι καὶ μετὰ τούτων πάντων νικηθῆναι. ταῦ-
 4 τα ἐπισκεψάμενος, ἂν ἔτι θέλης, ἔρχου ἐπὶ τὸ ἀ-
 θλεῖν. εἰ δὲ μὴ, ὡς τὰ παιδία ἀναστραφήσῃ, ἃ νῦν
 μὲν παλαιστὰς παίζει, νῦν δὲ μονομάχους, νῦν δὲ
 σαλπίζει, εἶτα τραγωδεῖ οὕτω καὶ σὺ νῦν μὲν ἀ-
 5 θλητῆς, νῦν δὲ μονομάχος, εἶτα ῥήτωρ, εἶτα φιλό-
 σοφος, ὅλη δὲ τῇ ψυχῇ οὐδὲν ἄλλ' ὡς πίθηκος πᾶ-
 σαν θέαν, ἦν ἂν ἴδῃς, μιμῆ καὶ ἄλλο ἐξ ἄλλου σοι
 6 ἀρέσκει. οὐ γὰρ μετὰ σκέψεως ἦλθες ἐπὶ τι οὐδὲ
 περιοδεύσας, ἀλλ' εἰκῆ καὶ κατὰ ψυχρὰν ἐπιθυμί-
 αν. οὕτω θεασάμενοί τινες φιλόσοφον καὶ ἀκού-
 σαντες οὕτω τινὸς λέγοντος, ὡς Εὐφράτης λέγει
 (καίτοι τίς οὕτω δύναται εἰπεῖν, ὡς ἐκεῖνος;), θέ-
 7 λουσι καὶ αὐτοὶ φιλοσοφεῖν. ἄνθρωπε, πρῶτον ἐ-
 πίσκεσαι, ὁποῖόν ἐστι τὸ πρᾶγμα· εἶτα καὶ τὴν σε-
 αυτοῦ φύσιν κατάμαθε, εἰ δύνασαι βαστάσαι. πέ-
 νταθλος εἶναι βούλει ἢ παλαιστής; ἴδε σεαυτοῦ
 τοὺς βραχίονας, τοὺς μηρούς, τὴν ὀσφὴν κατάμα-
 8 θε. ἄλλος γὰρ πρὸς ἄλλο πέφυκε. δοκεῖς, ὅτι ταῦ-
 τα ποιῶν ὡσαύτως δύνασαι ἐσθίειν, ὡσαύτως πί-
 νειν, ὁμοίως ὀρέγεσθαι, ὁμοίως δυσαρρεστεῖν; ἀ-
 γρουπνήσαι δεῖ, πονῆσαι, ἀπὸ τῶν οἰκείων ἀπελ-
 θεῖν, ὑπὸ παιδαρίου καταφρονηθῆναι, ὑπὸ τῶν
 ἀπαντῶντων καταγελασθῆναι, ἐν παντὶ ἥττον ἔ-
 9 χεῖν, ἐν τιμῇ, ἐν ἀρχῇ, ἐν δίκῃ, ἐν πραγματίῳ πα-

τρὸ, κ' ἐπειτα, στον αγώνα, θα υποσκάπτεσαι, κάποτε θα εξαρ-
 θρώσεις το χέρι σου, θα διαστρέψεις τον αστράγαλό σου, θα
 καταπιεῖς πολλή σκόνη, κάποτε θα μαστιγωθεῖς και, μετά απ'
 όλα τούτα, θα νικηθεῖς. Αφού αυτά καλοσκεφτεῖς, αν ακόμη το
 θέλεις, ξεκίνα την ἀθληση. Αν ὄχι, θα παλινωδεῖς σαν τα παιδιά,
 που πότε παίζουν τους παλαιστές, πότε τους μονομάχους, πότε
 σαλπίζουν, ἐπειτα παίζουν θέατρο. Ἐτσι κ' ἐσύ: πότε εἶσαι α-
 θλητῆς, πότε μονομάχος, ἐπειτα ρήτορας, ἐπειτα φιλόσοφος,
 ἀλλά τίποτε με ὅλη την ψυχὴ σου. Σαν πίθηκος, λοιπόν, μιμείσαι
 οτιδήποτε τύχει να δεις, και σου ἀρέσει το ἓνα μετὰ το ἄλλο,
 γιατί σε τίποτε δεν κατέληξες μετὰ ἀπὸ σκέψη, οὔτε το εξέτασες
 ἀπὸ παντοῦ, ἀλλὰ ἐπιλέγεις ἀσκοπα και με ψυχρὴ ἐπιθυμία. Ἐ-
 τσι και κάποιοι που εἶδαν ἓναν φιλόσοφο και που ἀκουσαν κά-
 ποιον να μιλά, ὅπως μιλά ο Ευφράτης⁶ – αν και ποιὸς δύναται να
 μιλήσει ὅπως ἐκεῖνος; – θέλουν και οι ἴδιοι να γίνουν φιλόσο-
 φοι. Ἄνθρωπε, πρῶτα εξέτασε τι ακριβῶς εἶναι αὐτὸ το πρᾶγμα.
 Ἐπειτα μάθε και την δική σου φύση: αν δύνασαι να το ἀντέξεις.
 Ἐπιθυμῆς ν' ασχοληθεῖς με το πένταθλο ἢ με την πάλη; Δες
 τους βραχίονές σου, τους μηρούς, δοκίμασε την ὀσφύ σου. Κα-
 θένας γιὰ κάτι ἄλλο γεννήθηκε. Θεωρεῖς ὅτι, κάνοντας αὐτά, με
 τον ἴδιο τρόπο δύνασαι να τρως, με τον ἴδιο τρόπο να πίνεις,
 ὁμοίως να ὀρέγεσαι, ὁμοίως να δυσαρρεστεῖσαι; Πρέπει ν' αγρυ-
 πνεῖς, να καταπονείσαι, ν' απομακρυνθεῖς ἀπ' τους οικείους
 σου, να καταφρονηθεῖς ἀπὸ ἓνα παιδάριο, να καταγελαστεῖς ἀπ'
 ὅλους, να μειονεκτεῖς σε ὅλα, στις τιμές, στ' αξιώματα, στην
 δικαιοσύνη, σε κάθε μικροπρᾶγμα. Αὐτά πρέπει να καλοσκε-

ντί. ταῦτα ἐπίσκεψαι. εἰ θέλεις ἀντικαταλλάξασθαι τούτων ἀπάθειαν, ἐλευθερίαν, ἀταραξίαν εἰ δὲ μή, μὴ προσάγαγε. μὴ ὡς τὰ παιδιὰ νῦν φιλόσοφος, ὕστερον δὲ τελώνης, εἶτα ῥήτωρ, εἶτα ἐπίτροπος Καίσαρος. ταῦτα οὐ συμφωνεῖ. ἓνα 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.

30

I

Τὰ καθήκοντα ὡς ἐπίπαν ταῖς σχέσεσι παραμετρεῖται. πατήρ ἐστιν ὑπαγορεύεται ἐπιμελεῖσθαι, παραχωρεῖν ἀπάντων, ἀνέχεσθαι λοιδοροῦντος, παίοντος. «ἀλλὰ πατήρ κακός ἐστι». μὴ τι οὖν πρὸς ἀγαθὸν πατέρα φύσει ὠκειώθης; ἀλλὰ πρὸς πατέρα. «ὁ ἀδελφὸς ἀδικεῖ.» 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 βλάπτει, 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.

31

I

Τῆς περὶ τοὺς θεοὺς εὐσεβείας ἴσθι ὅτι τὸ κυριώτατον ἐκεῖνό ἐστιν, ὀρθὰς ὑπολήψεις περὶ αὐ-

φτεῖς, ἀν θέλεις μ' αὐτὰ ν' ἀναλλάξεις τὴν ἀπάθεια, τὴν ἐλευθερία, τὴν ἀταραξία. Εἰδεμή, μὴν τὰ πλησιάζεις, μὴν γίνεσαι σαν τὰ παιδιὰ: τώρα φιλόσοφος, ὕστερα τελώνης, ἔπειτα ῥήτορας, ἔπειτα ἐπίτροπος τοῦ Καίσαρα. Αὐτὰ δὲν συμφωνοῦν μετὰ ξύ τους. Ἐνας ἄνθρωπος πρέπει νὰ εἶσαι: ἀγαθός ἢ κακός. Ἡ το ἡγεμονικό μέρος τῆς ψυχῆς σου πρέπει νὰ ἐπεξεργάζεσαι ἢ τὰ ἐξωτερικά πράγματα. Ἡ γιὰ τὰ ἐσωτερικά πράγματα νὰ ἐργάζεσαι ἢ γιὰ τὰ ἐξωτερικά. Δηλαδή: νὰ κατέχεις ἢ θέση φιλοσόφου ἢ θέση κοινού ἀνθρώπου.

λ'

Κατὰ το πλείστον, τὰ καθήκοντα προσμετροῦνται ὡς πρὸς τις σχέσεις μας. Ἐχεις πατέρα. Ὑπαγορεύεται νὰ τον ἐπιμελεῖσαι, νὰ υποχωρεῖς σὲ ὅλα, νὰ τον ἀνέχεσαι ὅταν σὲ λοιδορεῖ ἢ σὲ χτυπά. «Εἶναι κακός πατέρας». Μήπως, ὁμως, ἡ φύση σου ἔδωσε ἀγαθὸ πατέρα; Ὁχι. Σοὺ ἔδωσε πατέρα. «Ὁ ἀδελφός με ἀδικεῖ». Τήρησε τὴν δική σου στάση ἀπέναντί του. Μὴν ἐξετάζεις τι κάνει ἐκεῖνος, ἀλλὰ τι θα κάνεις ἐσύ ὥστε ἡ προαίρεσή σου νὰ ἐνεργεῖ σύμφωνα με τὴν φύση. Ἄλλος ἐσένα δὲν θα βλάπτει, ἀν ἐσύ δὲν θέλεις. Τότε θα υποστεις βλάβη, ὅταν θεωρήσεις ὅτι βλάπτεσαι. Ἐτσι, λοιπόν, θα βρεις τι πρέπει νὰ περιμένεις ἀπὸ τον γείτονα, ἀπὸ τον συμπολίτη, ἀπὸ τον στρατηγὸ, ἀν ἐθιστεῖς νὰ ἐξετάζεις τις σχέσεις σου.

λα'

Νὰ ξέρεις ὅτι τὸ κυριότατο ὡς πρὸς τὴν εὐσεβεία πρὸς τοὺς Θεοὺς εἶναι τούτο: νὰ ἔχεις ὀρθὲς ἀντιλήψεις⁷ γι' αὐτοὺς, δηλα-

τῶν ἔχειν ὡς ὄντων καὶ διοικούντων τὰ ὅλα κα-
 λῶς καὶ δικαίως καὶ σαυτὸν εἰς τοῦτο κατατετα-
 χέναι, τὸ πείθεσθαι αὐτοῖς καὶ εἶκειν πᾶσι τοῖς
 γινομένοις καὶ ἀκολουθεῖν ἐκόντα ὡς ὑπὸ τῆς ἀ-
 ρίστης γνώμης ἐπιτελουμένοις. οὕτω γὰρ οὐ μέμ-
 2 ψη ποτέ τοὺς θεοὺς οὔτε ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελού-
 μενος. ἄλλως δὲ οὐχ οἷόν τε τοῦτο γίνεσθαι, ἐὰν
 μὴ ἄρης ἀπὸ τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν καὶ ἐν τοῖς ἐφ' ἡ-
 μῖν μόνοις θῆς τὸ ἀγαθὸν καὶ τὸ κακόν. ὡς, ἂν
 γέ τι ἐκείνων ὑπολάβης ἀγαθὸν ἢ κακόν, πᾶσα
 ἀνάγκη, ὅταν ἀποτυγχάνης ὧν θέλεις καὶ περι-
 3 πίπτῃς οἷς μὴ θέλεις, μέμψασθαι σε καὶ μισεῖν
 τοὺς αἰτίους. πέφυκε 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. ἀμήχα-
 4 νον οὖν βλάπτεσθαι τινα οἰόμενον χαίρειν τῷ
 δοκοῦντι βλάπτειν, ὥσπερ καὶ τὸ αὐτῇ τῇ βλάβῃ
 χαίρειν ἀδύνατον. ἐνθεν καὶ πατὴρ ὑπὸ υἱοῦ
 λοιδορεῖται, ὅταν τῶν δοκούντων ἀγαθῶν εἶναι
 τῷ παιδί μὴ μεταδιδῶ καὶ Πολυνείκην καὶ Ἐτεο-
 κλέα τοῦτ' ἐποίησε πολεμίους ἀλλήλοις τὸ ἀγα-
 θὸν οἶεσθαι τὴν τυραννίδα. διὰ τοῦτο καὶ ὁ γε-
 ωργὸς λοιδορεῖ τοὺς θεοὺς, διὰ τοῦτο ὁ ναύτης,
 διὰ τοῦτο ὁ ἔμπορος, διὰ τοῦτο οἱ τὰς γυναῖκας
 καὶ τὰ τέκνα ἀπολλύντες. ὅπου γὰρ τὸ συμφέ-
 ρον, ἐπεὶ καὶ τὸ εὐσεβές. ὥστε, ὅστις ἐπιμελεῖται

δὴ ὅτι ὑπάρχουν καὶ διοικούν το σύμπαν ωραία καὶ δίκαια. Να
 τάξεις τον εαυτό σου σε τούτο: να πειθαρχεῖς σ' αὐτούς καὶ ν'
 αποδέχεσαι ὅλα ὅσα γίνονται, κ' εκούσια να τ' ἀκολουθεῖς, σαν
 να ἐπιτελοῦνται ὅλα ἀπὸ την ἀρίστη διάνοια. Ἐτσι, οὔτε θα
 μεμφθεῖς ποτέ τους Θεοὺς οὔτε θα τους ἐγκαλέσεις ὡς ἀμελού-
 μενος. Ἀλλιῶς, λοιπόν, δεν μπορεῖ να γίνεῖ τούτο, παρά μόνον
 αν ἄρεις το ἀγαθὸ καὶ το κακὸ ἀπ' ὅσα δεν ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς
 καὶ το θέσεις μόνον σε ὅσα ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς. Αν ἐκλάβεις
 ὡς ἀγαθὸ ἢ κακὸ κάτι ἀπὸ τα πρῶτα, κατ' ἀπόλυτη ἀνάγκη θα
 μεμφθεῖς καὶ θα μισήσεις τους υπαίτιους ὅταν ἀποτύχεις σε ὅσα
 θέλεις καὶ περιπέσεις σε ὅσα δεν θέλεις. Ἐκ φύσεως κάθε ζω-
 ντανό ον τείνει ν' ἀποφεύγει καὶ να ἐκτρέπεται ἀπ' ὅσα φαίνο-
 νται βλαβερά, καθὼς καὶ ἀπὸ τις αἰτίες τους, ἐνῶ τα ὠφέλιμα,
 καθὼς καὶ τις αἰτίες τους, τα ἐπιζητεῖ καὶ τα σέβεται. Εἶναι, λοι-
 πόν, ἀδιανόητο γιὰ κάποιον να θεωρεῖ ὅτι βλάπτεται καὶ να χαί-
 ρεται μ' αὐτό που ο ἴδιος νομίζει ὅτι τον βλάπτει, ὅπως ἀκριβῶς
 εἶναι ἀδύνατο να χαίρεται καὶ με την ἴδια την βλάβῃ. Γι' αὐτό
 καὶ ο πατέρας λοιδορεῖται ἀπ' τον γιό, ὅταν δεν μεταδίδει στο
 παιδί του ἀπὸ ἐκεῖνα που θεωροῦνται ἀγαθὰ. Αὐτό ἔκανε πολέ-
 μους μεταξύ τους τον Πολυνείκη καὶ τον Ἐτεοκλή⁸: τὸ ὅτι θεώ-
 ρησαν ἀγαθὸ πρᾶγμα την τυραννίδα. Γι' αὐτό καὶ ο γεωργὸς
 λοιδορεῖ τους Θεοὺς, γι' αὐτό καὶ ο ναύτης, γι' αὐτό καὶ ο ἔμπο-
 ρος, γι' αὐτό καὶ ὅσοι χάνουν τις γυναῖκες καὶ τα παιδιά τους,
 ἐπειδὴ ὅπου βρίσκεται τὸ συμφέρον, ἐκεῖ βρίσκεται καὶ ἡ εὐσεβ-
 βεια. Ἄρα, ὅποιος ἐπιμελεῖται ὅπως πρέπει την ὄρεξη καὶ την

5 τοῦ ὀρέγεσθαι ὡς δεῖ καὶ ἐκκλίνειν, ἐν τῷ αὐτῷ
καὶ εὐσεβείας ἐπιμελεῖται. σπένδειν δὲ καὶ θύειν
καὶ ἀπάρχεσθαι κατὰ τὰ πάτρια ἐκάστοτε προ-
σῆκει καθαρῶς καὶ μὴ ἐπισεσυρμένως μηδὲ ἀμε-
32 λῶς μηδὲ γε γλίσχρως μηδὲ ὑπὲρ δύναμιν.
1 Ὅταν μαντικῇ προσίης, μέμνησο, ὅτι, τί μὲν ἀπο-
βήσεται, οὐκ οἶδας, ἀλλὰ ἦκεις ὡς παρὰ τοῦ μά-
ντεως αὐτὸ πευσόμενος, ὅποιον δέ τι ἐστίν, ἐλή-
λυθας εἰδῶς, εἶπερ εἶ φιλόσοφος. εἰ γὰρ ἐστὶ τι
2 τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν, πᾶσα ἀνάγκη μῆτε ἀγαθὸν αὐ-
τὸ εἶναι μῆτε κακόν. μὴ φέρε οὖν πρὸς τὸν μά-
ντιν ὄρεξιν ἢ ἐκκλισιν μηδὲ τρέμων αὐτῷ πρό-
σει, ἀλλὰ διεγνωνκῶς, ὅτι πᾶν τὸ ἀποβησόμενον
ἀδιάφορον καὶ οὐδὲν πρὸς σέ, ὅποιον δ' ἂν ἦ, ἔ-
σται αὐτῷ χρήσασθαι καλῶς καὶ τοῦτο οὐθεὶς
κωλύσει. θαρρόων οὖν ὡς ἐπὶ συμβούλους ἔρχου
τοὺς θεοὺς καὶ λοιπόν, ὅταν τί σοι συμβουλευ-
3 θῇ, μέμνησο τίνας συμβούλους παρέλαβες καὶ τί-
νων παρακούσεις ἀπειθήσας. ἔρχου δὲ ἐπὶ τὸ μα-
ντεύεσθαι, καθάπερ ἠξίου Σωκράτης, ἐφ' ὧν ἢ
πᾶσα σκέψις τὴν ἀναφορὰν εἰς τὴν ἔκβασιν ἔχει
καὶ οὔτε ἐκ λόγου οὔτε ἐκ τέχνης τινὸς ἄλλης ἀ-
φορμαὶ δίδονται πρὸς τὸ συνιδεῖν τὸ προκειμέ-
νον ὥστε, ὅταν δεήσῃ συγκινδυνεύσαι φίλῳ ἢ
πατρίδι, μὴ μαντεύεσθαι, εἰ συγκινδυνευτέον.

ἐκκλιση, ταυτόχρονα επιμελείται και την ευσέβεια. Πάντοτε, ὅμως, ταιριάζει να κάνεις σπονδές και θυσίες⁹ και να προσφέ-
ρεις τις απαρχές – κατὰ τα πάτρια ἔθιμα – με καθαρότητα και
χωρίς νωθρότητα, χωρίς αμέλεια, οὔτε φειδωλά οὔτε πάνω απ'
τις δυνατότητές σου.

λβ'

Ὅταν προσφεύγεις στην μαντική τέχνη, να θυμάσαι ὅτι δεν
γνωρίζεις τι θα συμβεῖ στο τέλος, ἀλλὰ ὅτι ἦρθες γιὰ να το πλη-
ροφορηθεῖς ἀπὸ τον μάντη. Αν, ὅμως, εἶσαι φιλόσοφος, ἦρθες
γνωρίζοντας γιὰ ποιὸ πράγμα πρόκειται. Αν εἶναι κάτι απ' ὅσα
δεν εξαρτῶνται ἀπὸ εμάς, κατ' ἀπόλυτη ἀνάγκη αὐτὸ δεν εἶναι
μῆτε ἀγαθὸ μῆτε κακὸ. Μην φέρνεις, λοιπόν, στον μάντη οὔτε
την ὄρεξη οὔτε την ἐκκλισή σου, οὔτε να τον πλησιάζεις τρέμο-
ντας, ἀλλὰ γνωρίζοντας ὅτι, καθετί που θα συμβεῖ, εἶναι ἀδιά-
φορο και ανεξάρτητο ἀπὸ εσένα, και ὅποιο και να εἶναι, ο ἴδιος
θα το χρησιμοποιήσεις καλῶς και κανεὶς δεν θα σε κωλύσει σ'
αὐτὸ. Πήγαινε, λοιπόν, στους Θεοὺς με θάρρος, σαν να πηγαί-
νεις σε συμβούλους. Στην συνέχεια, ὅταν σου δοθεῖ κάποια
συμβουλή, θυμήσου ποιούς συμβούλους παρέλαβες και ποιούς
θα παρακούσεις, αν ἀπειθαρχήσεις. Να προσφεύγεις, λοιπόν,
στην μαντική τέχνη – ὅπως ακριβῶς αξίωνε ο Σωκράτης – γιὰ
ὅσα πράγματα ολόκληρη ἡ σκέψη σου ἔχει την ἀναφορά της
στην ἐκβασή τους, και οὔτε ἀπὸ τον συλλογισμό οὔτε ἀπὸ κά-
ποια ἄλλη τέχνη δίνονται οἱ ἀφορμές γιὰ να ἔχεις μιὰ ἰδέα περὶ
τοῦ προκειμένου ὥστε, ὅταν χρειαστεῖ να συγκινδυνεύσεις με
φίλο ἢ με την πατρίδα, μην χρησιμοποιεῖς την μαντική τέχνη,

καὶ γὰρ ἂν προείπη σοι ὁ μάντις φαῦλα γεγονέ-
 ναι τὰ ἱερά, δηλονότι θάνατος σημαίνεται ἢ πῆ-
 ρωσις μέρους τινὸς τοῦ σώματος ἢ φυγή ἀλλ' αἰ-
 ρεῖ ὁ λόγος καὶ σὺν τούτοις παρίστασθαι τῷ φί-
 λῳ καὶ τῇ πατρίδι συγκινδυνεύειν. τοιγαροῦν
 τῷ μείζονι μάντει πρόσεχε, τῷ Πυθίῳ, ὃς ἐξέβαλε
 33 τοῦ ναοῦ τὸν οὐ βοηθήσαντα ἀναιρουμένῳ τῷ
 1 φίλῳ. Τάξον τινὰ ἤδη χαρακτηῖρα σαυτῷ καὶ τύ-
 πον, ὃν φυλάξεις ἐπὶ τε σεαυτοῦ ὧν καὶ ἀνθρώ-
 2 ποις ἐντυγχάνων. καὶ σιωπῇ τὸ πολὺ ἔστω ἢ λα-
 λείσθω 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 ἀ-
 θλητῶν, μὴ περὶ βρωμάτων ἢ πομάτων, τῶν ἑκα-
 σταχοῦ, μάλιστα δὲ μὴ περὶ ἀνθρώπων ψέγων ἢ
 3 ἐπαινῶν ἢ συγκρίνων. ἂν μὲν οὖν οἴός τε ἦς, με-
 τάγαγε τοῖς σοῖς λόγοις καὶ τοῖς τῶν συνόντων
 ἐπὶ τὸ προσῆκον. εἰ δὲ ἐν ἀλλοφύλοις ἀπολη-
 4 φθεις τύχοις, σιώπα. γέλως μὴ πολὺς ἔστω μηδὲ
 5 ἐπὶ πολλοῖς μηδὲ ἀνειμένος. ὄρκον παραίτησαι,
 εἰ μὲν οἴσῃν τε, εἰς ἅπαν, εἰ δὲ μὴ, ἐκ τῶν ἐνό-
 6 ντων. ἐστιάσεις τὰς ἔξω καὶ ἰδιωτικὰς διακρού-
 οῦ ἂν δέ ποτε γίνηται καιρός, ἐντετάσθω σοι ἢ
 προσοχή, μήποτε ἄρα ὑπορρηγῆς εἰς ἰδιωτισμὸν.

ρωτώντας ἀν πρέπει νὰ συγκινδυνεύσεις ἐπειδὴ, ἀν ὁ μάντης
 προβλέψει ὅτι ἡ θυσία σου δὲν ἔχει εὐνοϊκὴ ἐκβαση, εἶναι πρό-
 δηλο ὅτι σημαίνεται θάνατος ἢ ἀκρωτηριασμός κάποιου μέρους
 τοῦ σώματός σου ἢ ἐξορία. Ὁ συλλογισμός, ὅμως, ἀναδέχεται
 ὅτι – παρ' ὅλ' αὐτά – θα συμπαρασταθεῖς στὸν φίλο καὶ θα συ-
 γκινδυνεύσεις με τὴν πατρίδα. Πρόσεξε, λοιπόν, τὸν μέγιστο
 μάντη, τὸν Πύθιο¹⁰, που ἐξέβαλε ἀπὸ τὸν ναὸ τοῦ ἐκείνου, ὁ ο-
 ποῖος δὲν βοήθησε τὸν φίλο του που δολοφονοῦνταν.

λγ'

Καθόρισε ἀπὸ τώρα γιὰ τὸν εαυτὸ σου ἕναν χαρακτήρα καὶ
 τύπο, τὸν οποίο θα διαφυλάττεις καὶ ὅταν βρίσκεσαι με τὸν εαυ-
 τὸ σου καὶ ὅταν βρίσκεσαι με ἄλλους ἀνθρώπους. Τὸν περισσό-
 τερο καιρὸ νὰ σιωπᾷς ἢ νὰ λες τ' ἀναγκαῖα με λίγα λόγια. Σπά-
 νια, ὅταν σου δοθεῖ εὐκαιρία γιὰ νὰ μιλήσεις, μίλησε, ἀλλὰ γιὰ
 τίποτε τυχαῖο. Οὔτε γιὰ μονομαχίες οὔτε γιὰ ἵπποδρομίες οὔτε
 γιὰ ἀθλητές οὔτε γιὰ τροφές ἢ ποτὰ – θέματα που συζητιοῦνται
 παντοῦ – καὶ μάλιστα οὔτε γι' ἀνθρώπους, ψέγοντας ἢ ἐπαινώ-
 ντας ἢ συγκρίνοντάς τους. Ἀν σου εἶναι δυνατό, οδήγησε με τὰ
 λόγια σου πρὸς τὸ κατάλληλο θέμα τὰ λόγια τῶν συντρόφων
 σου. Ἀν τύχει ν' ἀπομείνεις μεταξύ ξένων, σιώπα. Μὴν γελᾷς
 πολὺ, οὔτε γιὰ πολλὰ πράγματα οὔτε ἀκράτητα. Παραίτησου
 ἀπὸ ὄρκους. Ἀν σου εἶναι δυνατό, τελείως. Ἀν ὄχι, ὅσο μπορεῖς.
 Ν' ἀποκρούεις τις συνεστιάσεις που δὲν σχετίζονται με τὴν φι-
 λοσοφία καὶ που ἀφοροῦν τοὺς κοινούς ἀνθρώπους. Ἀν ἔρθει
 κάποτε ὁ καιρὸς, νὰ ἐντείνεις τὴν προσοχή σου, ὥστε νὰ μὴν
 υπορρεύσεις στὴν θέση τῶν κοινῶν ἀνθρώπων. Γνώριζε, λοιπόν,

ἴσθι γάρ, ὅτι, ἐὰν ὁ ἑταῖρος ἢ μεμολυσμένος, καὶ
 τὸν συνανατριβόμενον αὐτῷ συμμολύνεσθαι ἀ-
 7 νάγκη, κὰν αὐτὸς ὦν τύχη καθαρὸς. τὰ περὶ τὸ
 σῶμα μέχρι τῆς χρείας ψιλῆς παραλάμβανε, οἶον
 τροφάς, πόμα, ἀμπεχόνην, οἰκίαν, οἰκετίαν· τὸ
 8 δὲ πρὸς δόξαν ἢ τρυφήν ἅπαν περιέγραφε. περὶ
 ἀφροδίσια εἰς δύναμιν πρὸ γάμου καθαρευτέον·
 ἀπτομένῳ δὲ ὦν νόμιμόν ἐστι μεταληπτέον. μὴ
 μέντοι ἐπαχθῆς γίνου τοῖς χρωμένοις μηδὲ ἐλε-
 9 γκτικός· μηδὲ πολλαχοῦ τὸ ὅτι αὐτὸς οὐ χρῆ, πα-
 ράφερε. ἐὰν τίς σοι ἀπαγγείλῃ ὅτι ὁ δεῖνά σε κα-
 κῶς λέγει, μὴ ἀπολογοῦ πρὸς τὰ λεχθέντα, ἀλλ’
 ἀποκρίνου διότι «ἠγγόνει γὰρ τὰ ἄλλα τὰ προσό-
 10 ντα μοι κακά, ἐπεὶ οὐκ ἂν ταῦτα μόνα ἔλεγεν».
 εἰς τὰ θέατρα τὸ πολὺ παριέναι οὐκ ἀναγκαῖον.
 εἰ δέ ποτε καιρὸς εἴη, μηδενὶ σπουδάζων φαίνου
 ἢ σεαυτῷ, τοῦτ’ ἔστι. θέλε γίνεσθαι μόνα τὰ γι-
 νόμενα καὶ νικᾶν μόνον τὸν νικῶντα· οὕτω γὰρ
 οὐκ ἐμποδιοθήσῃ. βοῆς δὲ καὶ τοῦ ἐπιγελαῖν τι-
 11 ἢ ἐπὶ πολὺ συγκινεῖσθαι παντελῶς ἀπέχου. καὶ
 μετὰ τὸ ἀπαλλαγῆναι μὴ πολλὰ περὶ τῶν γεγενη-
 μένων διαλέγου, ὅσα μὴ φέρει πρὸς τὴν σὴν ἐπα-
 νόρθωσιν· ἐμφαίνεται γὰρ ἐκ τοῦ τοιοῦτου, ὅτι
 ἐθαύμασας τὴν θέαν. εἰς ἀκροάσεις τινῶν μὴ εἰ-
 12 κῆ μηδὲ ῥαδίως πάριθι· παριῶν δὲ τὸ σεμνὸν καὶ
 τὸ εὐσταθὲς καὶ ἅμα ἀνεπαχθὲς φύλασσε. ὅταν

ὅτι εἴαν ὁ ἑταῖρος εἶναι μολυσμένος, κατ’ ἀνάγκη μολύνεται κο-
 ντά του καὶ αὐτὸς που τον συναναστρέφεται, ἀκόμη καὶ ἀν τύχει
 νὰ εἶναι καθαρὸς. Τ’ ἀπαραίτητα γιὰ τὸ σῶμα νὰ τὰ παίρνεις
 στὸν βαθμὸ που τὰ χρειάζεσαι, ὅπως τὶς τροφές, τὸ ποτό, τὸ α-
 μπέχονο, τὴν οἰκία, τὸν υπηρέτη. Διάγραψε ὅλα ὅσα ἀποβλέ-
 πουν στὴν δόξα ἢ στὴν τρυφή. Ὡς πρὸς τὶς ἀφροδίσιες ἀπολαύ-
 σεις, μείνε κατὰ τὸ δυνατόν καθαρὸς πρὸ τοῦ γάμου. Ἀν δοκι-
 μάσεις, κάνε ὅσα εἶναι νόμιμα. Σ’ αὐτούς, που κάνουν χρῆση
 τῶν ἀφροδισίων ἀπολαύσεων, μὴ γίνεσαι φορτικός οὔτε ἐλε-
 γκτικός. Οὔτε παντοῦ ν’ ἀναφέρεις ὅτι ὁ ἴδιος δὲν κάνεις χρῆση
 αὐτῶν. Ἀν κάποιος σοῦ ἀναγγεῖλει ὅτι ὁ δεῖνά σε κακολογεῖ,
 μὴ ἀπολογοῖσαι γιὰ τὰ λεχθέντα, ἀλλ’ ἀποκρίσου ὅτι «το κάνει
 ἐπειδὴ ἀγνοεῖ τὰ υπόλοιπα ἐλαττώματά μου, ἀλλιῶς δὲν θὰ ἐλε-
 γε μόνον τούτα». Δὲν εἶναι ἀναγκαῖο νὰ πολυσυχνάζεις στὰ θέα-
 11 τρα. Ἀν ἔρθει κάποτε ὁ καιρὸς, δεῖξε ὅτι δὲν σ’ ἐνδιαφέρει κα-
 νεῖς ἄλλος, παρά ὁ εαυτὸς σου. Δηλαδή: θέλε νὰ γίνονται μόνον
 ὅσα γίνονται, καὶ νὰ νικά μόνον ὅποιος νικά. Ἐτσι, λοιπόν, δὲν
 θὰ συναντᾶς ἐμπόδια. Παντελῶς ν’ ἀπέχεις ἀπὸ τὴν βοή καὶ ἀπὸ
 τὰ γέλια σε βάρους κάποιου καὶ ἀπὸ τὶς μεγάλες συγκινήσεις, καὶ
 ἀφοῦ ἀπαλλαγεῖς ἀπὸ αὐτά, μὴ λες πολλὰ γιὰ ὅσα ἔχουν γίνε-
 τόσα που δὲν θὰ συμβάλουν στὴν ἐπανόρθωσή σου, γιὰτὶ ἀπὸ
 μιὰ τέτοια ἀντίδραση θ’ ἀφήσεις τὴν ἐντύπωση ὅτι θαύμασες τὸ
 θέαμα. Μὴν παρευρίσκεσαι οὔτε ἀσκοπα οὔτε εὐκόλα σε ακρο-
 12 ἄσεις διαφόρων. Ἀν παρευρεθεῖς, διαφύλαξε τὴν σεμνότητα καὶ
 τὴν εὐστάθειά σου, καὶ συνάμα μὴ γίνεσαι φορτικός. Ὅταν

τινὶ μέλλης συμβαλεῖν, μάλιστα τῶν ἐν ὑπεροχῇ
δοκούντων, πρόβαλε σαυτῷ, τί ἂν ἐποίησεν ἐν
τούτῳ Σωκράτης ἢ Ζήνων, καὶ οὐκ ἀπορήσεις
13 τοῦ χρήσασθαι προσηκόντως τῷ ἐμπεσόντι. ὅταν
φοιτᾷς πρὸς τινα τῶν μέγα δυναμένων, πρόβαλε,
ὅτι οὐχ εὐρήσεις αὐτὸν ἔνδον, ὅτι ἀποκλεισθή-
ση, ὅτι ἐντιναχθήσονται σοι αἱ θύραι, ὅτι οὐ
φροντιεῖ σου. κἂν σὺν τούτοις ἐλθεῖν καθήκη,
ἐλθὼν φέρε τὰ γινόμενα καὶ μηδέποτε εἵπης αὐ-
τὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι «οὐκ ἦν τοσοῦτου» ἰδιωτι-
14 κὸν γὰρ καὶ διαβεβλημένον πρὸς τὰ ἐκτός. ἐν
ταῖς ὁμιλίαις ἀπέστω τὸ ἑαυτοῦ τινων ἔργων ἢ
κινδύνων ἐπὶ πολὺ καὶ ἀμέτρως μεμνησθαι. οὐ
γάρ, ὡς σοὶ ἡδύ ἐστι τὸ τῶν σῶν κινδύνων με-
μνησθαι, οὕτω καὶ τοῖς ἄλλοις ἡδύ ἐστι τὸ τῶν
15 σοὶ συμβεβηκότων ἀκούειν. ἀπέστω δὲ καὶ τὸ γέ-
λωτα κινεῖν ὀλισθηρὸς γὰρ ὁ τρόπος εἰς ἰδιωτι-
σμὸν καὶ ἅμα ἱκανὸς τὴν αἰδῶ τὴν πρὸς σὲ τῶν
16 πλησίον ἀνιέναι. ἐπισηφάλες δὲ καὶ τὸ εἰς αἰ-
σχρολογίαὶν προελθεῖν. ὅταν οὖν τι συμβῆ τοιοῦ-
τον, ἂν μὲν εὐκαιρὸν ἦ, καὶ ἐπίπληξον τῷ προελ-
θόντι· εἰ δὲ μή, τῷ γε ἀποσιωπῆσαι καὶ ἐρυθριᾶ-
σαι καὶ σκυθροπάσαι δῆλος γίνου δυσχεραίνων
τῷ λόγῳ.
34
1 Ὅταν ἡδονῆς τιнос φαντασίαν λάβῃς, καθάπερ
ἐπὶ τῶν ἄλλων, φύλασσε σαυτόν, μὴ συναρπα-

πρόκειται να συναντήσεις κάποιον – και μάλιστα από εκείνους που θεωρούνται ότι υπερέχουν – φέρε στον νου σου τι θα έκανε σ' αυτή την περίπτωση ο Σωκράτης ή ο Ζήνων¹¹, και δεν θα βρεθείς σε αμηχανία ως προς το πώς ταιριάζει να χειριστείς το περιστατικό. Όταν επισκέπτεσαι κάποιον από εκείνους που έχουν μεγάλη δύναμη, φέρε στον νου σου ότι δεν θα τον βρεις κατ' οίκον, ότι θα σε κλείσουν απ' έξω, ότι θα σου κλείσουν τις θύρες κατά πρόσωπο, ότι δεν θ' ασχοληθεί μαζί σου. Αν, παρ' όλ' αυτά, οφείλεις να πας, πήγαινε και υπόφερε αυτά που γίνονται και ποτέ μην πεις ο ίδιος στον εαυτό σου ότι «δεν άξιζε τον κόπο», γιατί αυτό είναι χαρακτηριστικό κοινού ανθρώπου και ευεπηρέαστου από τα εξωτερικά πράγματα. Στις συνομιλίες απόφευγε να μνημονεύεις για πολλή ώρα και χωρίς μέτρο τα έργα ή τους κινδύνους σου, γιατί δεν είναι τόσο ευχάριστο στους άλλους ν' ακούν όσα σου συνέβησαν, όσο ευχάριστο είναι σ' εσένα να μνημονεύεις τους κινδύνους σου. Απόφευγε την πρόκληση γέλιου, γιατί αυτή η συμπεριφορά διολισθαίνει προς εκείνη των κοινών ανθρώπων, και συνάμα είναι ικανή να άρει τον σεβασμό των πλησίον σου προς εσένα. Ωστόσο, είναι επισηφάλες να περιπέσει κάποιος και σ' αισχρολογία. Όταν συμβεί κάτι τέτοιο, αν έχεις την ευκαιρία, επίπληξε εκείνον που περιέπεσε σ' αισχρολογία. Αν όχι, σιωπώντας κ' ερυθριάζοντας και σκυθροπιάζοντας δήλωσε ότι δυσχεραστήθηκες μ' αυτά τα λόγια.

λδ'

Όταν προσλάβεις κάποια ηδονική φαντασίωση, φύλαξε τον ε-
αυτό σου – όπως ακριβώς και με τις άλλες φαντασιώσεις – για

σθῆς ὑπ' αὐτῆς ἄλλ' 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 ὑστερον μετανοήσεις καὶ αὐτὸς σεαυτῷ λαιδορήσῃ καὶ τούτοις ἀντίθετος ὅπως ἀποσχόμενος χαίρησιν καὶ ἐπαινέσεις αὐτὸς σεαυτόν. ἐὰν δέ σοι καιρὸς φανῆ ἄψασθαι τοῦ ἔργου, πρόσσεχε, μὴ ἠτήση σε τὸ προσηνὲς αὐτοῦ καὶ ἡδὺ καὶ ἐπαγωγόν ἄλλ' ἀντιτίθει, πόσω ἄμεινον τὸ συνειδέναι σεαυτῷ ταύτην τὴν νίκην νενικηκότι.

35

I

Ὅταν τι διαγνοῦς, ὅτι ποιητέον ἐστὶ, ποιῆς, μὴ δέποτε φύγῃς ὀφθῆναι πράσσειν αὐτό, κἄν ἄλλοῖόν τι μέλλωσιν οἱ πολλοὶ περὶ αὐτοῦ ὑπολαμβάνειν. εἰ μὲν γὰρ οὐκ ὀρθῶς ποιεῖς, αὐτὸ τὸ ἔργον φεῦγε εἰ δὲ ὀρθῶς, τί φοβῆ τοὺς ἐπιπλήξοντας οὐκ ὀρθῶς;

36

I

Ὡς τὸ «ἡμέρα ἐστὶ» καὶ «νύξ ἐστὶ» πρὸς μὲν τὸ διεξευγμένον μεγάλην ἔχει ἀξίαν, πρὸς δὲ τὸ συμπελεγμένον ἀπαξίαν, οὕτω καὶ τὸ τὴν μεῖζω μερίδα ἐκλέξασθαι πρὸς μὲν τὸ σῶμα ἐχέτω ἀξίαν, πρὸς δὲ <τὸ> τὸ κοινωνικὸν ἐν ἐστιάσει, οἷον δεῖ, φυλάξαι, ἀπαξίαν ἔχει. ὅταν οὖν συνεσθίης

να μὴ συναρπασθῆς ἀπὸ αὐτῆν. Ἄφησε τὸ πρᾶγμα να σε προσμένει καὶ λάβε μία ἀναβολὴ ἀπὸ τον εαυτό σου. Ἐπειτα σκέψου ἀμφοτέρα τα χρονικά διαστήματα: ἐκεῖνο κατὰ το οποίο θ' ἀπολαύσεις τὴν ἡδονή, κ' ἐκεῖνο κατὰ το οποίο θα μετανοήσεις καὶ ο ἴδιος θα λαιδορήσεις τον εαυτό σου ἀφού τὴν ἀπολαύσεις. Σ' αὐτὰ ἀντίταξε το πόσο θα χαρεῖς ἀπέχοντας, καὶ ο ἴδιος θα ἐπαινέσεις τον εαυτό σου. Ἀν σου φανεί ὅτι εἶναι ευκαιρία ν' ἀσχοληθεῖς με το ἔργο, πρόσσεχε να μὴ σε νικήσει ἡ προσήνεια, ἡ γλυκύτητα καὶ ἡ ἐλκυστικότητα του. Ἀντίταξε, λοιπόν, το πόσο καλύτερο εἶναι να συνειδητοποιήσεις ὅτι ο εαυτός σου ἔχει κερδίσει αὐτὴ τὴν νίκη.

λε'

Ὅταν διαγνώσεις ὅτι κάτι πρέπει να γίνει καὶ το κάνεις, ποτέ μὴν ἀποφύγεις να σε δουν ὅτι το πράττεις, ἀκόμη καὶ αν οἱ πολλοὶ πρόκειται ν' ἀντιληφθῶν κάτι διαφορετικό γι' αὐτό. Ἀν, λοιπόν, δεν κάνεις κάτι ὀρθό, ἀπόφυγε το ἴδιο το ἔργο. Ἀν κάνεις κάτι ὀρθό, γιατί φοβάσαι ὅσους θα σε ἐπιπλήξουν λανθασμένα;

λστ'

Ὅπως οἱ ἐννοίες «εἶναι ἡμέρα» καὶ «εἶναι νύχτα» ἔχουν μεγάλη ἀξία ὄντας σε διάσταση, ἐνὼ δεν ἔχουν καμμία ἀξία ὄντας συμπελεγμένες, ἔτσι καὶ ἡ ἐπιλογή τῆς μεγαλύτερης μερίδας ἔχει ἀξία γιὰ το σῶμα, ἀλλὰ δεν ἔχει ἀξία σὴν διαφύλαξη τῆς ὀρθῆς κοινωνικότητάς σου κατὰ τις συνεστιάσεις. Ὅταν, λοιπόν, τρως

έτέρω, μέμνησο, μὴ μόνον τὴν πρὸς τὸ σῶμα ἀξι-
αν τῶν παρακειμένων ὄραν, ἀλλὰ καὶ τὴν πρὸς
37 τὸν ἐστιάτορα αἰδῶ φυλάξαι.

I Ἐὰν ὑπὲρ δύναμιν ἀναλάβῃς τι πρόσωπον, καὶ
ἐν τούτῳ ἡσχμημόνησας καί, ὃ ἡδύνασο ἐκπληρῶ-
38 σαι, παρέλιπες.

I Ἐν τῷ περιπατεῖν καθάπερ προσέχεις, μὴ ἐπιβῆς
ἡλῶ ἢ στρέψῃς τὸν πόδα σου, οὕτω πρόσσεχε, μὴ
καὶ τὸ ἡγεμονικὸν βλάβῃς τὸ σεαυτοῦ. καὶ τοῦ-
το ἐὰν ἐφ' ἐκάστου ἔργου παραφυλάσσωμεν, ἀ-
39 σφαλέστερον ἀψόμεθα τοῦ ἔργου.

I Μέτρον κτήσεως τὸ σῶμα ἐκάστῳ ὡς ὁ πούς ὑ-
ποδήματος. ἐὰν μὲν οὖν ἐπὶ τούτου στήῃς, φυλά-
ξεις τὸ μέτρον ἐὰν δὲ ὑπερβῆς, ὡς κατὰ κρημνοῦ
λοιπὸν ἀνάγκη φέρεσθαι καθάπερ καὶ ἐπὶ τοῦ
ὑποδήματος, ἐὰν ὑπὲρ τὸν πόδα ὑπερβῆς, γίνε-
ται κατάχρυσον ὑπόδημα, εἴτα πορφυροῦν, κε-
ντητόν. τοῦ γὰρ ἅπαξ ὑπὲρ τὸ μέτρον ὄρος οὐ-
40 θεῖς ἐστίν.

I Αἱ γυναῖκες εὐθύς ἀπὸ τεσσαρεσκαίδεκα ἐτῶν
ὑπὸ τῶν ἀνδρῶν κυρίαι καλοῦνται. τοιγαροῦν

μαζί με ἄλλον, να θυμάσαι να μην βλέπεις μόνον την αξία που
έχουν γιὰ το σῶμα τα παρακείμενα ἐδέσματα, ἀλλὰ και να δια-
φυλάττεις την αἰδῶ προς τον οικοδεσπότη.

λζ'

Αν ἀναλάβεις το ἔργο ενός προσώπου που υπερβαίνει τις δυ-
νάμεις σου, τότε και σ' αυτό το ἔργο θα ντροπιαστεῖς και εκείνο,
που θα μπορούσες να ἐκπληρώσεις, το παρέλειψες.

λη'

Ὅπως ακριβῶς προσέχεις στον περίπατο ὡστε να μην πατήσεις
καρφί ἢ να μην διαστρέψεις το πόδι σου, ἔτσι να προσέχεις ὡστε
να μην βλάβεις το ἡγεμονικό μέρος τῆς ψυχῆς σου. Αν προφυ-
λάσσουμε αυτό σε κάθε ἔργο μας, ἀσφαλέστερα ξεκινούμε το
ἔργο.

λθ'

Μέτρο των ἀποκτημάτων καθενός εἶναι το σῶμα του, ὡπως εἶ-
ναι το πόδι γιὰ το ὑπόδημα. Εἴαν μείνεις σταθερός σε τούτο, θα
διαφυλάξεις το μέτρο. Εἴαν το υπερβείς, κατ' ἀνάγκη, στην συ-
νέχεια, θα εἶσαι σαν να πηγαίνεις προς τον γκρεμό. Ὅπως ακρι-
βῶς και με το ὑπόδημα: εἴαν υπερβείς το μέτρο τού ποδίου, το
ὑπόδημα γίνεται κατάχρυσο, ἔπειτα πορφυρό, κεντητό, γιατί αν
μία φορά υπερβείς το μέτρο, μετὰ δεν ὑπάρχει κανένα ὄριο.

μ'

Οι γυναῖκες, εὐθύς μετὰ ἀπὸ τα δεκατέσσερα ἔτη τους, καλοῦ-
νται «κυρίες» ἀπὸ τους ἀνδρες. Βλέποντας τότε ὅτι δεν τις απο-

ὁρῶσαι, 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.

41

I

Ἀφυΐας 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 ἢ πᾶσα ἔστω ἐπιστροφή.

42

I

Ὅταν σέ τις κακῶς ποιῇ ἢ κακῶς λέγῃ, μέμνησο, ὅτι καθήκειν αὐτῷ οἰόμενος ποιεῖ ἢ λέγει. οὐχ οἶόν 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 ἐξαπατηθεὶς. ἀπὸ τούτων οὖν ὀρμώμενος πρῶως ἕξεις πρὸς τὸν λοιδοροῦντα. ἐπιφθέγγου γὰρ ἐφ' ἐκάστῳ ὅτι «ἔδοξεν αὐτῷ».

43

I

Πᾶν πρᾶγμα δύο ἔχει λαβὰς, τὴν μὲν φορητὴν, τὴν δὲ ἀφορητον. ὁ ἀδελφὸς ἐὰν ἀδικῇ, ἐντεῦθεν

μένει τίποτε ἄλλο, παρά μόνον να κοιμούνται με τους ἄνδρες, αρχίζουν να καλλωπίζονται και ν' αποθέτουν σ' αυτό όλες τις ἐλπίδες τους. Αξίζει να προσέξουμε ὥστε να αισθανθῶν ὅτι γιὰ τίποτε ἄλλο δεν τιμῶνται, παρά γιὰ το ὅτι φαίνονται κόσμιες και αἰδήμονες.

μα'

Εἶναι σημάδι αφυΐας ἡ ἐντονη ἐνασχόληση με τα σωματικά, ὅπως εἶναι ἡ πολλή γυμναστική, το πολὺ φαγητό, το πολὺ ποτό, το πολὺ ἀποπάτημα, ἡ πολλή συνουσία. Αυτὰ πρέπει να γίνονται ὡς πάρεργα. Ολόκληρη ἡ προσοχή ας εἶναι στραμμένη προς τὴν διανόηση.

μβ'

Ὅταν κάποιος σε κακοποιεῖ ἢ σε κακολογεῖ, θυμήσου ὅτι το κάνει και το λέει θεωρώντας ὅτι αὐτό εἶναι το καθήκον του. Δεν εἶναι δυνατόν αὐτός ν' ἀκολουθεῖ ἐκεῖνο που σ' ἐσένα φαίνεται σωστό, ἀλλὰ ἐκεῖνο που στον ἴδιο φαίνεται τέτοιο ὥστε, αν δεν κατανοεῖ καλά, ἐκεῖνος βλάπτεται, ο οποίος ἔχει ἤδη ἐξαπατηθεῖ, ἐπειδὴ ἀκόμη και αν ἐκλάβει ὡς ψεῦδος τον ἀληθινὸ συλλογισμό, δεν βλάπτεται ο συλλογισμός, ἀλλὰ ο ἐξαπατημένος. Ὀρμώμενος ἀπὸ τούτα, θα εἶσαι πρᾶος προς αὐτὸν που σε λοιδορεῖ. Σε κάθε περίπτωση πες ἐπιπλέον ὅτι «ἔτσι ἐκρίνε αὐτός».

μγ'

Κάθε πρᾶγμα ἔχει δύο λαβές: μία ὑποφερτή και μία ἀνυπόφορη. Εἴαν σε ἀδικεῖ ο ἀδελφός σου, μην πιαστεῖς ἀπὸ αὐτὴν τὴν

αὐτὸ μὴ λάμβανε, ὅτι ἀδικεῖ (αὕτη γὰρ ἡ λαβὴ ἐστιν αὐτοῦ οὐ φορητὴ), ἀλλὰ ἐκείθεν μᾶλλον, ὅτι ἀδελφός, ὅτι σύντροφος, καὶ λήψη αὐτὸ καθ' ὃ φορητόν.

44

I

Οὗτοι οἱ λόγοι ἀσύνακτοι «ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσω»· «ἐγὼ σου λογιώτερος, ἐγὼ σου ἄρα κρείσσω». ἐκείνοι δὲ μᾶλλον συνακτικοί «ἐγὼ σου πλουσιώτερός εἰμι, ἢ ἐμὴ ἄρα κτήσις τῆς σῆς κρείσσω»· «ἐγὼ σου λογιώτερος, ἢ ἐμὴ ἄρα λέξις τῆς σῆς κρείσσω». σὺ δέ γε οὔτε κτήσις εἶ οὔτε λέξις.

45

I

Λούεται τις ταχέως μὴ εἵπης ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι ταχέως. πίνει τις πολὺν οἶνον μὴ εἵπης ὅτι κακῶς, ἀλλ' ὅτι πολὺν. πρὶν γὰρ διαγνῶναι τὸ δόγμα, πόθεν οἶσθα, εἰ κακῶς; οὕτως οὐ συμβήσεται σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ συγκατατίθεσθαι. Μηδὰ μοῦ σεαυτὸν εἵπης φιλόσοφον μηδὲ λάλει τὸ πολὺ ἐν ἰδιώταις περὶ τῶν θεωρημάτων, ἀλλὰ ποίει τὸ ἀπὸ τῶν θεωρημάτων οἶον ἐν συμποσίῳ μὴ

46

I

λαβὴ, δηλαδή ἀπὸ το ὅτι σε ἀδικεῖ, γιατί αὐτὴ ἡ λαβὴ εἶναι ἀνυπόφορη, ἀλλὰ πιάσου ἀπὸ τὴν ἄλλη, δηλαδή ἀπὸ το ὅτι εἶναι ἀδελφός σου, ἀπὸ το ὅτι εἶναι σύντροφός σου, καὶ τότε θα πιαστεῖς ἀπὸ τὴν υποφερτὴ λαβὴ.

μδ'

Αὐτοὶ οἱ λόγοι εἶναι ἀσύνακτοι: «ἐγὼ εἶμαι πλουσιότερος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ἐγὼ εἶμαι καλύτερος ἀπὸ ἐσένα», «ἐγὼ εἶμαι πῖο μορφωμένος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ἐγὼ εἶμαι καλύτερος ἀπὸ ἐσένα». Αὐτοὶ εἶναι περισσότερο συνακτικοί: «ἐγὼ εἶμαι πλουσιότερος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα τὰ δικά μου ἀποκτῆματα εἶναι καλύτερα ἀπὸ τὰ δικά σου», «ἐγὼ εἶμαι πῖο μορφωμένος ἀπὸ ἐσένα, ἄρα ὁ δικός μου λόγος εἶναι καλύτερος ἀπὸ τὸν δικό σου». Εσύ, ὅμως, δὲν εἶσαι οὔτε ἀπόκτημα οὔτε λόγος.

με'

Κάποιος λούζεται ταχέως. Μὴν πεις ὅτι λούζεται «κακῶς», ἀλλὰ «ταχέως». Κάποιος πίνει πολὺ οἶνο. Μὴν πεις ὅτι πίνει «κακῶς», ἀλλὰ «πολύ». Πρὶν καλοεξετάσεις τὴν ἀποψὴ σου, ἀπὸ πού γνωρίζεις ὅτι πράττει «κακῶς»; Ἐτσι δὲν θα σου συμβεῖ, ἐνῶ ἀπὸ ἄλλα πράγματα προσλαμβάνεις καταληπτές ἐντυπώσεις, σε ἄλλα νὰ συγκατατίθεσαι.

μστ'

Πουθενά μὴν ονομάσεις φιλόσοφο τὸν εαυτό σου, οὔτε νὰ πολυμιλάς σε κοινούς ἀνθρώπους γιὰ τὰ θεωρήματά σου, ἀλλὰ πράττει αὐτὸ που προκύπτει ἀπὸ τὰ θεωρήματα. Ὅπως σ' ἕνα

λέγε, πῶς δεῖ ἐσθίειν, ἀλλ' ἐσθιε, ὡς δεῖ. μέμνησο γάρ, ὅτι οὕτως ἀφηγήκει πανταχόθεν Σωκράτης τὸ ἐπιδεικτικόν, ὥστε ἤρχοντο πρὸς αὐτὸν βουλόμενοι φιλοσόφοις ὑπ' αὐτοῦ συσταθῆναι, κακείνος ἀπῆγεν αὐτούς. οὕτως ἠνείχετο παρορῶμενος. κὰν περὶ θεωρήματός τιнос ἐν ἰδιώταις ἐμπύπτη λόγος, σιώπα τὸ πολὺ μέγας γὰρ ὁ κίνδυνος εὐθύς ἐξεμέσαι, ὃ οὐκ ἔπεψας. καὶ ὅταν εἶπῃ σοὶ τις, ὅτι οὐδὲν οἶσθα, καὶ σὺ μὴ δηχθῆς, τότε ἴσθι, ὅτι ἄρχη 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.

47

I

Ὅταν εὐτελῶς ἠρμοσμένος ἦς κατὰ τὸ σῶμα, μὴ καλλωπίζου ἐπὶ τούτῳ μῆδ', ἀν ὕδωρ πίνης, ἐκ πάσης ἀφορμῆς λέγε, ὅτι ὕδωρ πίνεις. κὰν ἀσκησαί ποτε πρὸς πόνον θέλῃς. σεαυτῷ καὶ μὴ τοῖς ἔξω' μὴ τοὺς ἀνδριάντας περιλάμβανε' ἀλλὰ διψῶν ποτε σφοδρῶς ἐπίσπασαι ψυχροῦ ὕδατος καὶ ἔκπτυσον καὶ μηδενὶ εἶπῃς.

48

I

Ἰδιώτου στάσις καὶ χαρακτήρ' οὐδέποτε ἐξ ἑαυτοῦ προσδοκᾷ ὠφέλειαν ἢ βλάβην, ἀλλ' ἀπὸ τῶν

συμπόσιο: μὴν λες πῶς πρέπει νὰ τρώμε, ἀλλὰ τρῶε ὅπως πρέπει. Οὐμήσου ὅτι τόσο πολὺ ὁ Σωκράτης εἶχε ἀφαιρέσει ἀπὸ παντοῦ τὴν ἐπιδεικτικὴν τάση, ὥστε ἔρχονταν πρὸς αὐτὸν ἐπιθυμῶντας νὰ τοὺς συστήσει σε φιλοσόφους, κ' ἐκεῖνος τοὺς πῆγαινε. Τόσο πολὺ ανεχόταν νὰ τον παραβλέπουν. Ἀν, πάλι, μεταξὺ κοινῶν ἀνθρώπων γίνεαι λόγος γιὰ κάποιο θεώρημα, μείνε πολὺ σιωπηλός, ἐπειδὴ εἶναι μέγας ὁ κίνδυνος εὐθύς νὰ ἐξεμέσεις αὐτὸ που δεν χώνεψες. Καὶ ὅταν κάποιος σου πει ὅτι τίποτε δεν γνωρίζεις κ' ἐσύ δεν δαγκωθεῖς, τότε γνώριζε ὅτι ἔχεις ἀρχίσει τὸ ἔργο, ἐπειδὴ καὶ τὰ πρόβατα δεν φέρνουν χόρτο στους ποιμένες γιὰ νὰ ἐπιδείξουν πόσο ἔφαγαν, ἀλλὰ ὅταν μέσα τοὺς χωνέψουν τὴν νομὴν, φέρνουν ἔξω τὸ μαλλί καὶ τὸ γάλα. Κ' ἐσύ, λοιπόν, μὴν ἐπιδεικνύεις στους κοινούς ἀνθρώπους τὰ θεωρήματα, ἀλλὰ τὰ ἔργα που προκύπτουν ἀπὸ τὴν πέψη τοὺς.

μζ'

Ὅταν προσαρμόσεις τὸ σῶμα σου στὴν λιτότητα, μὴν υπερηφανεύεσαι γι' αὐτὸ, οὔτε – ἀν πίνεις νερό – με κάθε ἀφορμὴ νὰ λες ὅτι πίνεις νερό. Καὶ ἀν κάποτε θελήσεις ν' ἀσκηθεῖς στις καταπονήσεις, νὰ τὸ κάνεις γιὰ τὸν εαυτὸ σου καὶ ὄχι γιὰ τοὺς ἔξω. Μὴν ἀγκαλιάζεις τοὺς ἀνδριάντες¹² ἀλλὰ, ὅταν κάποτε διψάσεις σφοδρᾶ, πάρε ψυχρὸ νερό στο στόμα σου, μετὰ φτύσε το, καὶ μὴν τὸ πεις σε κανέναν.

μη'

Στάση καὶ χαρακτήρας κοινού ἀνθρώπου: οὐδέποτε προσδοκᾷ ὠφέλεια ἢ βλάβη ἀπὸ τὸν εαυτὸ του, ἀλλὰ ἀπὸ τὰ ἐξωτερικά

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 ἐμποδισθῆ τι ἢ κωλυθῆ, ἑαυτῷ ἐγκαλεῖ. κἂν τις αὐτὸν ἐπαινῆ, καταγελά τοῦ ἐπαινοῦντος αὐτὸς παρ' ἑαυτῷ κἂν ψέγη, οὐκ ἀπολογεῖται. περίεσι δὲ καθάπερ οἱ ἄρρωστοι, εὐλαβοῦμενός τι κινῆσαι τῶν καθισταμένων, πρὶν πῆξιν λαβεῖν. ὄρεξιν ἅπασαν ἤρκεν ἐξ ἑαυτοῦ τὴν δ' ἔκκλισιν εἰς μόνα τὰ παρὰ φύσιν τῶν ἐφ' ἡμῖν μετατέθεικεν. ὁρμῆ πρὸς ἅπαντα ἀνειμένη χρῆται. ἂν ἡλίθιος ἢ ἀμαθὴς δοκῆ, οὐ πεφρόντικεν. ἐνὶ τε λόγῳ, ὡς ἐχθρὸν ἑαυτὸν παραφυλάσσει καὶ ἐπίβουλον.

Ὅταν τις ἐπὶ τῷ νοεῖν καὶ ἐξηγεῖσθαι δύνασθαι τὰ Χρυσίππου βιβλία σεμνύνηται, λέγε αὐτὸς πρὸς ἑαυτὸν ὅτι «εἰ μὴ Χρῦσιππος ἀσαφῶς ἐγεγράφει, οὐδὲν ἂν εἶχεν οὗτος, ἐφ' ᾧ ἐσεμνύνετο.» ἐγὼ δὲ τί βούλομαι; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτη ἐπεσθαι. ζητῶ οὖν, τίς ἐστὶν ὁ ἐξηγούμενος καὶ ἀκούσας, ὅτι Χρῦσιππος, 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

πράγματα. Στάση καὶ χαρακτήρας φιλοσόφου: προσδοκᾷ ὠφέλεια καὶ βλάβη ἀπὸ τον εαυτοῦ. Σημάδια τοῦ προκομμένου: κανέναν δεν ψέγει, κανέναν δεν επαινεί, κανέναν δεν μέμφεται, κανέναν δεν εγκαλεῖ, τίποτε δεν λέει γιὰ τον εαυτό του, ὅτι δήθεν κάποιος εἶναι ἢ γνωρίζει κάτι. Ὅταν ἐμποδιστεῖ ἢ κωλυθεῖ σε κάτι, εγκαλεῖ τον εαυτό του, καὶ αν κάποιος τον επαινεί, μέσα του καταγελά αὐτόν που τον επαινεί, καὶ αν κάποιος τον ψέγει, δεν ἀπολογεῖται. Περιφέρεται ὅπως ακριβῶς οἱ ἄρρωστοι: φοβούμενος μήπως κινήσει τὰ μέλη που αναρρώνουν, πρὶν ἀποκατασταθῶν. Ἀπὸ τον εαυτό του ἔχει εξαλείψει κάθε ὄρεξη, ἐνῶ ἔχει μεταστρέψει τὴν ἐκκλισὶ του πρὸς ἐκεῖνα μόνον τὰ πράγματα, που εἶναι παρὰ φύση κ' ἐξαρτῶνται ἀπὸ ἐμᾶς. Κάνει χρῆση μετριοπαθούς ὁρμῆς πρὸς τὰ πάντα. Δεν τον ἀπασχολεῖ αν δίνει ἐντύπωση ἡλίθιου ἢ ἀμαθούς. Μ' ἕναν λόγο, προφυλάσσεται ἀπὸ τον εαυτό του, σαν να του εἶναι ἐχθρός κ' ἐπίβουλος.

μθ'

Ὅταν κάποιος σεμνύνεται ἐπειδὴ δύναται να ἐννοήσει καὶ να ἐξηγήσει τὰ βιβλία τοῦ Χρῦσιππου¹³, λέγε στον εαυτό σου ὅτι «αν ο Χρῦσιππος δεν εἶχε γράψει ἀσαφῶς, αὐτός ἐδῶ δεν θα εἶχε λόγο γιὰ να σεμνύνεται». Ὅμως ἐγὼ τι θέλω; Να μάθω καλὰ τὴν φύση καὶ να τὴν ἀκολουθήσω. Ἀναζητῶ, λοιπόν, ποιός εἶναι αὐτός που τὴν ἐξηγεῖ, καὶ ἀκούγοντας ὅτι εἶναι ο Χρῦσιππος, ἔρχομαι σ' αὐτόν. Δεν ἐννοῶ, ὅμως, τὰ καταγεγραμμένα. Ἄρα ἀναζητῶ τον ἐξηγητὴ. Μέχρι ἐδῶ δεν ὑπάρχει τίποτε σημαντικό. Ὅταν βρῶ τον ἐξηγητὴ, ἀπολείπεται ἡ χρῆση των παραγγελημά-

σεμνόν ἐστιν. ἂν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου; πλὴν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὅμηρου Χρῦσιππον ἐξηγούμενος. μᾶλλον οὖν, ὅταν τις εἴπῃ μοι «ἐπανάγνωθί μοι Χρῦσιππον», ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύνωμαι ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.

50

I

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

51

I

Εἰς ποῖον ἔτι χρόνον ἀναβάλλῃ τὸ τῶν βελτίστων ἀξιούν σεαυτὸν καὶ ἐν μηδενὶ παραβαίνειν τὸν διαιροῦντα λόγον; παρείληφας τὰ θεωρήματα, οἷς ἔδει σε συμβάλλειν, καὶ συμβέβληκας. ποῖον οὖν ἔτι διδάσκαλον προσδοκᾷς, ἵνα εἰς ἐκείνον ὑπερθῇ τὴν ἐπανόρθωσιν ποιῆσαι τὴν σεαυτοῦ; οὐκ ἔτι εἰ μειράκιον, ἀλλὰ ἀνήρ ἤδη τέλειος. ἂν νῦν ἀμελήσης καὶ ῥαθυμήσης καὶ ἀεὶ προθέσεις ἐκ προθέσεως ποιῇ καὶ ἡμέρας ἄλλας ἐπ' ἄλλαις ὀρίζῃς, μεθ' ἃς προσέξεις σεαυτῶ, 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 ἔνδο-

2

των. Μόνον αὐτὸ εἶναι κάτι σημαντικό. Ἀν θαυμάσω μόνον τὴν ἴδια τὴν ἐξήγηση, τί ἄλλο ἔχω καταφέρει, ἀπὸ το να γίνω γραμματικός παρά φιλόσοφος; Μάλλον, λοιπόν, ὅταν κάποιος μου πει «ξαναδιάβασέ μου τὸν Χρῦσιππο», θα ἐρυθριάσω, καθὼς δεν θα δύνωμαι ν' ἀποδείξω ὅτι τὰ ἔργα εἶναι ὅμοια καὶ σύμφωνα με τοὺς λόγους.

v'

Μείνε σταθερός σε ὅλα τὰ προστάγματα, σαν να ἦταν νόμοι, σαν να ἀσεβούσες εἴαν τὰ παράβαινες. Οτιδήποτε καὶ ἀν πει κάποιος γιὰ ἐσένα, μὴν το παρατηρεῖς, γιατί αὐτὸ δεν εἶναι πιά κάτι δικό σου.

να'

Γιὰ πόσον ἀκόμη καιρὸ θ' ἀναβάλλεις να θεωρήσεις τὸν εαυτὸ σου ἀξίω γιὰ τὰ βέλτιστα καὶ σε τίποτε να μὴν παραβαίνεις τις διαιρέσεις τῆς λογικῆς; Ἐχεις παραλάβει τὰ θεωρήματα, με τὰ οποία πρέπει να συμφωνήσεις, καὶ συμφώνησες. Ποῖον διδάσκαλο προσδοκᾷς ἀκόμη, γιὰ να τοῦ ἀναθέσεις να κάνει τὴν διόρθωση τοῦ εαυτοῦ σου; Δεν εἶσαι πιά παιδάκι, ἀλλὰ ἤδη τέλειος ἄνδρας. Ἀν τώρα ἀμελήσεις καὶ ραθυμήσεις καὶ συνεχῶς κάνεις σχεδιασμούς ἐπὶ σχεδιασμών, καὶ καθορίζεις ἄλλες ἡμέρες ἀντὶ γιὰ ἄλλες, κατὰ τις ὁποῖες θα προσέξεις τὸν εαυτὸ σου, θα ξεχάσεις ὅτι δεν πρόκοψες, καὶ θα διατελέσεις ὡς κοινὸς ἄνθρωπος καὶ στὴν ζωὴ καὶ στὸν θάνατο. Ἦδη, λοιπόν, ἀξίωσε τὸν εαυτὸ σου να βιώσει ὡς τέλειος καὶ προκομμένος, καὶ καθετί, που σου φαίνεται βέλτιστο, ἀς εἶναι γιὰ σένα νόμος ἀπαράβα-

3 ξον ἢ ἄδοξον προσάγεται, μέμνησο, ὅτι νῦν ὁ ἀγὼν καὶ ἤδη πάρεστι τὰ Ὀλύμπια καὶ οὐκ ἔστιν ἀναβάλλεσθαι οὐκέτι καὶ ὅτι παρὰ μίαν ἡμέραν καὶ ἔν πρᾶγμα καὶ ἀπόλλυται προκοπὴ καὶ σώζεται. Σωκράτης οὕτως ἀπετελέσθη, ἐπὶ πάντων τῶν προσαγομένων αὐτῷ μηδενὶ ἄλλω προσέχων ἢ τῷ λόγῳ. σὺ δὲ εἰ καὶ μήπω εἶ Σωκράτης, ὡς Σωκράτης γε εἶναι βουλόμενος ὀφείλεις βιοῦν.

52

I

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 ἄλλος ὁ αὐτῶν τούτων βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς, οἷον πόθεν ὅτι τοῦτο ἀπόδειξις; τί γὰρ ἐστὶν 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 ποιοῦμεν ἐν γὰρ τῷ τρίτῳ τόπῳ διατρίβουμεν καὶ περὶ ἐκείνόν ἐστιν ἡμῖν ἢ πᾶσα σπουδὴ τοῦ δὲ πρῶτου παντελῶς ἀμελοῦμεν. τοιγαροῦν ψευδόμεθα μὲν, πῶς δὲ ἀποδείκνυται ὅτι οὐ δεῖ ψεύδεσθαι, πρόχειρον ἔχομεν.

53

I

Ἐπὶ παντὸς πρόχειρα ἐκτέον ταῦτα

τος. Καὶ ἀν σου προσάγεται κάτι επίπονο ἢ ἡδύ ἢ ἐνδοξο ἢ ἄδοξο, θυμήσου ὅτι ὁ ἀγώνας εἶναι τώρα καὶ ὅτι ἤδη ἐφτασαν τὰ Ὀλύμπια καὶ ὅτι δὲν μπορεῖς πιά καθόλου ν' ἀναβάλεις καὶ ὅτι γιὰ μία ἡμέρα καὶ γιὰ μία πράξη εἴτε χάνεται εἴτε σώζεται ἡ προκοπή. Ὁ Σωκράτης ἐτσι ἐφτασε στὴν τελείωση, μὴ προσέχοντας τίποτε ἄλλο, ἐκτός ἀπὸ τὴν λογικὴ, σε ὅλα ὅσα τοῦ προσάγονταν. Εσύ, λοιπόν, ἀν καὶ ἀκόμη δὲν εἶσαι Σωκράτης, οφείλεις νὰ βιώνεις σαν νὰ ἐπιθυμεῖς νὰ εἶσαι Σωκράτης.

νβ'

Ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος, μέσα στα πλαίσια τῆς φιλοσοφίας, εἶναι ἐκεῖνος τῆς χρήσης τῶν θεωρημάτων, ὅπως το νὰ μὴν ψεύδεσαι. Ὁ δεύτερος εἶναι ἐκεῖνος τῶν ἀποδείξεων, ὅπως το ἀπὸ πού πηγάζει το ὅτι δὲν πρέπει νὰ ψεύδεσαι. Ὁ τρίτος εἶναι ὁ βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς τῶν προηγουμένων, ὅπως το ἀπὸ πού πηγάζει το ὅτι αὐτὴ εἶναι ἡ ἀπόδειξη. Τι εἶναι, λοιπόν, ἀπόδειξη, τι συνακολουθία, τι διαμάχη, τι ἀληθές, τι ψεῦδος; Ἄρα ὁ τρίτος τόπος εἶναι ἀναγκαῖος γιὰ τὸν δεύτερο, καὶ ὁ δεύτερος γιὰ τὸν πρῶτο, ἐνῶ ὁ ἀναγκαιότατος, καὶ ἐκεῖνος ὅπου πρέπει νὰ σταθούμε, εἶναι ὁ πρῶτος. Ἐμεῖς, ὅμως, κάνουμε το ἀντίθετο. Διατρίβουμε στὸν τρίτο τόπο καὶ γύρω ἀπὸ αὐτόν συγκεντρώνεται ὁλόκληρη ἡ φροντίδα μας, ἐνῶ παντελῶς ἀμελοῦμε τὸν πρῶτο. Ἐπομένως, λέμε ψέμματα, ἀλλὰ ἔχομε πρόχειρη τὴν ἀπόδειξη ὅτι δὲν πρέπει νὰ λέμε ψέμματα.

νγ'

Σε κάθε περίπτωση πρέπει νὰ ἔχομε πρόχειρα τ' ἀκόλουθα:

ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη,
 ὅποι ποθ' ὑμῖν εἶμι διατεταγμένος
 ὡς ἔψομαί γ' ἄοκνος ἦν δέ γε μὴ θέλω,
 κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἤττον ἔψομαι.
 «ὅστις δ' ἀνάγκη συγκεχώρηκεν καλῶς,
 σοφὸς παρ' ἡμῖν, καὶ τὰ θεῖ' ἐπίσταται.»
 «ἀλλ', ὦ Κρίτων, εἰ ταύτη τοῖς θεοῖς φίλον, ταύ-
 τη γενέσθω.» «ἐμὲ δὲ Ἄνυτος καὶ Μέλιτος ἀπο-
 κτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δὲ οὔ.»

«Ζεὺ κ' ἐσύ Πεπρωμένο, οδήγησέ με ὅπου εσεῖς μ' ἔχετε τάξει.
 Ἄοκνος θ' ἀκολουθήσω. Ἄν, ὅμως, δεν θέλω, θα γίνω κακός,
 ἀλλὰ καὶ πάλι θ' ἀκολουθήσω»¹⁴. «Ὅποιος καλῶς ἀποδέχεται το
 ἀναγκαῖο, εἶναι σοφός γιὰ εμάς, καὶ καλῶς γνωρίζει τα θεῖα»¹⁵.
 «Ἀλλά, Κρίτων, ἀν ἔτσι ἀρέσει στους Θεούς, ἔτσι ας γίνε»¹⁶.
 «Ἐμένα ο Ἄνυτος καὶ ο Μέλιτος δύνανται νὰ με ἀποκτείνουν,
 ἀλλὰ ὄχι νὰ με βλάψουν»¹⁷.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

1. «Σκληρή φαντασία»: η επώδυνη εντύπωση, η δύναμη, η οποία καθιστά φανερή μία οδυνηρή έννοια.
2. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο β'.
3. Πρόκειται μάλλον για τον Διογένη τον Κυνικό, που έζησε στον 4^ο αιώνα π.Χ.
4. Πρόκειται για τον Ηράκλειτο τον Εφέσιο, τον επονομαζόμενο και «σκοτεινό», που έζησε γύρω στα 500 π.Χ.
5. «Κάτι μη αίσιο»: έναν κακό οινόν, μιά «κακοσημαδιά».
6. Στωικός φιλόσοφος τής εποχής του αυτοκράτορα Αδριανού (β' μ.Χ. αιώνας). Όταν γέρασε, ζήτησε από τον αυτοκράτορα την άδεια για ν' αυτοκτονήσει πίνοντας κώνειο, και αυτό έκανε.
7. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο γ'.
8. «Πολυνείκης και Ετεοκλής»: γιοί του Οιδίποδα, οι οποίοι ήρθαν σε αντιπαλότητα και μονομάχησαν για την διαδοχή του πατρικού θρόνου.
9. Βλέπε στο Παράρτημα, το κεφάλαιο γ'.
10. «Πύθιος»: ένα από τα πολλά προσωνύμια του Θεού Απόλλωνα.
11. Ζήνων ο Κιτιεύς (335 π.Χ. - 262 π.Χ.): υπήρξε ο ιδρυτής τής σχολής των στωικών φιλοσόφων. Εγκαταστάθηκε στην Αθήνα στα 313 π.Χ. και η διδασκαλία του εντυπωσίασε ιδιαίτερα τους κυνικούς φιλοσόφους.
12. Το «αγκάλιασμα» ενός χιονισμένου ανδριάντα ήταν είτε επίδειξη αντοχής στο ψύχος είτε σκληραγώγηση του σώματος.
13. Ο Χρύσιππος έζησε στον 3^ο π.Χ. αιώνα και υπήρξε ο μεγαλύτερος και πολυγραφότερος θεωρητικός τής Στοάς. Ήταν ξακουστός για την πολυμάθεια, την ετοιμολογία και την διαλεκτική οξύνοιά του.

14. Στίχοι τού στωικού Κλεάνθη, τού ποιητή-φιλοσόφου.
15. Στίχοι τού Ευριπίδη (απόσπασμα 965).
16. Πλάτων, «Κρίτων», 43d.
17. Πλάτων, «Απολογία», 30c-d.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

α. Ο Πλούταρχος και η στωική θεολογία

Σχετικά με την θεολογία των Στωικών είναι τα παρακάτω αποσπάσματα από το βιβλίο «Περί Ίσιδος και Οσίριδος» τού Πλουτάρχου, ο οποίος αντιμετώπιζε περιφρονητικά την στωική θεολογία (Βλέπε και: Τσακνάκης Α., *Πλούταρχος: Ίσις και Όσιρις*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005).

(α) «Αυτά, όμως, είναι όμοια με όσα θεολογούν οι Στωικοί, επειδή κ' εκείνοι λένε ότι το γόνιμο και διατροφικό πνεύμα είναι ο Διόνυσος, ενώ ο Ηρακλής είναι το διαπληκτικό και διαιρετικό, και ο Άμμων το καταδεκτικό και η Δήμητρα με την Κόρη είναι το πνεύμα που εμφανίζεται μέσω τής γης και των καρπών, ενώ ο Ποσειδών μέσω τής θάλασσας. Όσοι, πάλι, σ' αυτά τα φυσικά φαινόμενα αναμειγνύουν και μερικά στοιχεία τής αστρονομίας και των μαθηματικών, θεωρούν ότι Τυφών λέγεται ο ηλιακός κόσμος, ενώ Όσιρις ο σεληνιακός...».

(β) «Οι Στωικοί λένε ότι ο Ήλιος ανάβει και τρέφεται από την θάλασσα, ενώ τα κρηναία και λιμναία νάματα πέμπουν γλυκές και μαλακές αναθυμιάσεις προς την Σελήνη...».

(γ) «Υπάρχουν κάποιοι που Τυφώνα ονομάζουν το σκίασμα τής γης, στο οποίο θεωρούν ότι ολισθαίνει η Σελήνη και εκλείπει, γι' αυτό θα ταίριαζε να πούμε ότι ο καθένας μόνος του δεν μιλά ορθά, αλλά όλοι μαζί μιλούν ορθά, αφού μπορούμε να πούμε ότι μέρος τού Τυφώνα είναι καθετί βλαβερό και φθαρτικό που έχει η φύση, αλλά όχι μόνον η στεγνότητα ή μόνον ο άνεμος ή

μόνον η θάλασσα ή μόνον το σκότος, ούτε μπορούμε να τοποθετούμε την αρχή του σύμπαντος σε άψυχα σώματα – όπως έκανε ο Δημόκριτος και ο Επίκουρος – ούτε να θεωρούμε δημιουργό τής χωρίς ποιότητα ύλης έναν λόγο και μία πρόνοια που υπερσχύει και κυβερνά τα πάντα, όπως λένε οι Στωικοί, επειδή είναι αδύνατο να γεννηθεί κάτι φαύλο εκεί όπου αιτία όλων είναι ο Θεός, ή κάτι χρηστό εκεί όπου ο Θεός δεν είναι αιτία κανενός...».

β. Σωκράτης ο Αθηναίος

Ο Σωκράτης, ένας από τους μεγαλύτερους σοφούς τής οικουμένης, ένας εξέχων διδάσκαλος τής πρακτικής φιλοσοφίας και ιδιαίτερος τής ηθικής, υπήρξε γιός του Σωφρονίσκου και τής Φαιναρέτης, από τον Δήμο Αλωπεκών. Γεννήθηκε στην Αττική κατά το τέταρτο έτος τής 77¹⁵ Ολυμπιάδας. Από τον πατέρα του διδάχτηκε την αγαλματοποιία και διακρίθηκε σ' αυτήν κατασκευάζοντας αληθινά αριστουργήματα.

Νωρίς εκδήλωσε έντονο ενδιαφέρον για την φιλοσοφία, στην οποία αφοσιώθηκε, υπηρετώντας την καθ' όλη την διάρκεια τής υπόλοιπης ζωής του. Από τον Αναξαγόρα διδάχτηκε την φυσική επιστήμη και από τον Πρόδοκο την τέχνη τής ρητορικής. Ο ίδιος υπήρξε αγαπητός και σεβαστός διδάσκαλος τής αρετής και τής δικαιοσύνης για μιά πληθώρα επιφανών Αθηναίων, καθώς και άξιος συνομιλητής των διασημότερων σοφιστών και φιλοσόφων τής εποχής του, ενώ το Μαντείο των Δελφών τον ονόμασε ως τον «σοφότερο μεταξύ όλων των ανθρώπων».

Σε ηλικία εβδομήντα ετών δυσφημίστηκε με αναξιοπρεπή και άθλιο τρόπο και κατηγορήθηκε άδικα από δύο μισαλλόδοξους δημαγωγούς – τον υστερόβουλο άρχοντα Άνυτο και τον ψευτοποιητή Μέλητο – ως «διαφθορέας των νέων». Μετά από μία παρωδία δίκης στην περίφημη Βουλή των Πεντακοσίων, ο αγνώμονας, δεισιδαίμων και αμαθής αθηναϊκός όχλος τον καταδίκασε να

πιεί το κώνειο. Η μελετημένη προσπάθεια των πλουσίων μαθητών του – να δωροδοκήσουν τους δεσμοφύλακες και να τον φυγαδεύσουν από την Αθήνα – δεν καρποφόρησε, γιατί ο μεγάλος φιλόσοφος αρνήθηκε με θάρρος να παραβεί τους νόμους τής πατρίδας του.

Οι Αθηναίοι σύντομα μεταμελήθηκαν για το ανοσιούργημά τους και διέταξαν κοινό πένθος σε ολόκληρη την πόλη, τιμώντας τον Σωκράτη με χάλκινο ανδριάντα. Ο ίδιος δεν άφησε κανένα γραπτό κείμενο. Η διδασκαλία του διασώθηκε κυρίως μέσα από το λαμπρό συγγραφικό έργο του Πλάτωνα και του Ξενοφώντα, που υπήρξαν μαθητές του. Ο μεγάλος σεβασμός και θαυμασμός τού Επίκτητου προς το πρόσωπο τού Σωκράτη είναι εμφανέστατος σε πολλά σημεία τού «Εγχειριδίου».

γ. Στοιχεία νεοπλατωνικής θεολογίας

Σημαντικό γιά την μελέτη τής ελληνο-ρωμαϊκής θεολογίας είναι το ελληνόγλωσσο βιβλίο «Περί Θεών και Κόσμου», τού Ρωμαίου φιλοσόφου Σαλουστίου (4^{ος} μ.Χ αιώνας). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν ορισμένες «κοινές θεολογικές αρχές», οι οποίες αμυδρά υποδηλώνονται στον Επίκτητο, που δεν θεωρείται νεοπλατωνικός φιλόσοφος, ενώ πληρέστερα αναλύονται στον Σαλούστιο, ο οποίος ανήκει στους εξέχοντες νεοπλατωνικούς φιλοσόφους. Τα ακόλουθα τέσσερα κεφάλαια, από το έργο «Περί Θεών και Κόσμου», είναι αρκετά κατατοπιστικά (Βλέπε και: Τσακνάκης Α., *Σαλούστιος: Περί Θεών και Κόσμου*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005).

Κεφάλαιο α': Πώς πρέπει να είναι ο ακροατής και τι είναι η «κοινή έννοια».

«Όσοι θέλουν ν' ακούσουν γιά τους Θεούς πρέπει από την παιδική ηλικία να έχουν καλή αγωγή και να μην ανατρέφονται

με ανόητες δοξασίες. Πρέπει και ως προς την φύση τους να είναι αγαθοί και έμφρονες, γιά να έχουν κάποια ομοιότητα προς τους λόγους. Πρέπει, επίσης, να γνωρίζουν και τις κοινές έννοιες. Κοινές έννοιες είναι εκείνες γιά τις οποίες, αν ορθώς ερωτηθούν όλοι οι άνθρωποι, θα δώσουν όμοιες απαντήσεις».

Κεφάλαιο κ': Από πού προέρχονται τα κακά. Δεν υπάρχει φύση τού κακού.

«Πώς, όμως, υπάρχουν στον Κόσμο τα κακά, αφού οι Θεοί είναι αγαθοί και δημιουργούν τα πάντα; Ή πρέπει πρώτα να πούμε ότι, ενώ οι Θεοί είναι αγαθοί και δημιουργούν τα πάντα, δεν υπάρχει εκ φύσεως το κακό, αλλ' αυτό γίνεται με την απουσία τού αγαθού, όπως ακριβώς δεν υπάρχει σκότος, αλλ' αυτό γίνεται με την απουσία τού φωτός; Αν υπάρχει κακό, τότε κατ' ανάγκη βρίσκεται είτε στους Θεούς είτε στους νόες είτε στις ψυχές είτε στα σώματα. Στους Θεούς, όμως, δεν βρίσκεται, επειδή κάθε Θεός είναι αγαθός. Αν κάποιος ονομάζει κακό τον νου, μιλά γιά ανόητο νου. Αν ονομάζει κακή την ψυχή, τότε η ψυχή πλάστηκε χειρότερη από το σώμα, επειδή κανένα σώμα δεν έχει από μόνο του κακία. Αν το κακό προέρχεται και από την ψυχή και από το σώμα, είναι παράλογο να μην είναι κακά όντας χωρισμένα, και να παράγουν κακία όταν συνενώνονται. Αν, πάλι, κάποιος ονομάζει κακούς τους Δαίμονες και αν αυτοί έχουν απ' τους Θεούς την δύναμή τους, τότε δεν θα ήταν κακοί. Αν την έχουν από αλλού, τότε δεν δημιουργούν οι Θεοί τα πάντα. Αν οι Θεοί δεν δημιουργούν τα πάντα, τότε ή θέλουν αλλά δεν μπορούν, ή μπορούν αλλά δεν θέλουν. Τίποτε από τα δύο, όμως, δεν ταιριάζει σε Θεό. Ότι, λοιπόν, τίποτε εκ φύσεως κακό δεν υπάρχει στον Κόσμο, φαίνεται από τα προηγούμενα. Τα κακά εμφανίζονται από τις ενέργειες των ανθρώπων, και πάλι όχι όλων ούτε πάντοτε. Αν, όμως, οι άνθρωποι αμαρτάνουν χάριν τού ίδιου τού κακού, τότε η ίδια η φύση τους θα ήταν κακή. Αν ο μοιχός θεωρεί την μοιχεία κακό και την ηδονή αγαθό, και αν ο φονιάς θεωρεί τον

φόνο κακό και τα χρήματα αγαθό, και αν αυτός που κακοποιεί τον εχθρό θεωρεί την κακοποίηση κακό και την άμυνα εναντίον τού εχθρού αγαθό, και αν έτσι πέφτει σε αμαρτίες η ψυχή, τότε τα κακά γίνονται χάριν τής αγαθότητας, όπως ακριβώς χάριν τής μη ύπαρξης τού φωτός γίνεται το σκότος, το οποίο εκ φύσεως δεν υπάρχει. Η ψυχή, λοιπόν, αμαρτάνει επειδή εφίεται προς το αγαθό, αλλά πλανάται σχετικά με το αγαθό, επειδή αυτή δεν είναι πρώτη ουσία. Προκειμένου, λοιπόν, να μην πλανάται, και όταν πλανάται να θεραπεύεται, μπορούμε να δούμε πόσα πράγματα έπλασαν οι Θεοί. Πλάστηκαν, λοιπόν, τέχνες, επιστήμες, μελέτες, προσευχές, θυσίες, τελετές, νόμοι, πολιτεύματα, δίκες και τιμωρίες γιά να κωλύονται και να μην αμαρτάνουν οι ψυχές, τις οποίες – ακόμη και όταν εξέλθουν από το σώμα – οι καθάρσιοι Θεοί και οι Δαίμονες τις καθαρίζουν από τα αμαρτήματα».

Κεφάλαιο κγ': Γιάτί τιμούμε τους Θεούς εφόσον είναι ανενδεείς.

«Μέσω αυτών δίνεται λύση και στο ζήτημα των θυσιών και των άλλων τιμών που αποδίδουμε στους Θεούς, αφού το Θείο είναι ανενδεές, ενώ οι τιμές αποδίδονται χάριν τής δικής μας ωφέλειας. Η Πρόνοια των Θεών εκτείνεται παντού, ενώ το μόνο που χρειάζεται είναι η ικανότητα γιά να την δεχτούμε. Κάθε ικανότητα εμφανίζεται μέσω τής μίμησης και τής ομοιότητας, γι' αυτό οι ναοί μιμούνται τον ουρανό, οι βωμοί την γη, τ' αγάλματα την ζωή – γι' αυτό και απεικονίζουν ζωντανά όντα – οι προσευχές το νοερό, τα ιερά σύμβολα τις άρρητες άνω δυνάμεις, τα βότανα και οι λίθοι την ύλη, και τα θυσιαζόμενα ζώα την άλογη ζωή που υπάρχει μέσα μας. Απ' όλα τούτα οι Θεοί δεν κερδίζουν τίποτε επιπλέον – τι περισσότερο να χρειάζεται ένας Θεός; – αλλά εμείς γινόμαστε συναφείς μ' εκείνους».

Κεφάλαιο κδ': Οι θυσίες και οι άλλες τιμές. Πώς ωφελούν τους ανθρώπους και όχι τους Θεούς.

«Νομίζω ότι είναι αξιόλογη μία βραχεία προσθήκη περί θυσιών. Πρώτ' απ' όλα, επειδή από τους Θεούς έχουμε τα πάντα, είναι δίκαιο να δίνουμε τις απαρχές σ' εκείνους που μας τα δίνουν. Απαρχές των αποκτημάτων μας είναι τ' αναθήματα, των σωμάτων μας η κόμη, και τής ζωής μας οι θυσίες. Έπειτα, οι προσευχές χωρίς θυσίες είναι μόνον λόγοι, μαζί με θυσίες είναι έμψυχοι λόγοι, γιατί ο λόγος δυναμώνει την ζωή και η ζωή εμπυχώνει τον λόγο. Προσέτι, ευδαιμονία κάθε πράγματος είναι η οικεία τελειότητα, και γιά κάθε πράγμα οικεία τελειότητα είναι η συναφής με την αιτία του. Γι' αυτό κ' εμείς προσευχόμαστε: γιά να έλθουμε σε συνάφεια με τους Θεούς. Επειδή, λοιπόν, πρώτη ζωή είναι εκείνη των Θεών, και μορφή ζωής είναι η ανθρώπινη ζωή, που επιθυμεί να έλθει σε συνάφεια με την πρώτη, χρειάζεται κάτι ενδιάμεσο, γιατί τίποτε απ' όσα βρίσκονται σε μεγάλη διάσταση δεν συνάπτεται χωρίς ενδιάμεσο. Το ενδιάμεσο, όμως, οφείλει να είναι όμοιο προς τα συναπτόμενα, άρα το ενδιάμεσο τής ζωής χρειάζεται να είναι ζωή, και γι' αυτό οι άνθρωποι θυσιάζουν ζώα, και όσοι τώρα είναι ευδαίμονες και όλοι οι παλαιότεροι. Δεν θυσιάζουν, όμως, οποιοδήποτε ζώο, αλλά σε κάθε Θεό τα πρόποντα και με την συνοδεία ολόκληρου τού άλλου θρησκευτικού τυπικού. Αρκετά είναι αυτά γιά τις θυσίες».

Επίλογος

«Όταν κάποιος αμαρτήσσει εις βάρος σου, ευθός σκέψου τι έλαβε υπόψη του ως αγαθό ή κακό, και αμάρτησε, γιατί – όταν το κατανοήσεις – θα αισθανθείς έλεος γι' αυτόν και ούτε θ' απορήσεις ούτε θα οργιστείς, επειδή κ' εσύ ακόμη ή εκλαμβάνεις ως αγαθό το ίδιο μ' εκείνον, ή κάποιο ομοειδές. Πρέπει, λοιπόν, να συγχωρείς. Αν, όμως, δεν εκλαμβάνεις πιά ως αγαθά και κακά τα ίδια μ' εκείνον, θα είσαι περισσότερο ευμενής προς αυτόν που πλανήθηκε».

Μάρκος Αυρήλιος, Εις εαυτόν

«Η πρώτη οδός, όμως, είναι και ατελεύτητη και μακριά. Δηλαδή: αυτό που ο Ζευς δεν μπόρεσε να κάνει, αυτό ακριβώς να επιχειρείς, να πείσεις όλους τους ανθρώπους ποιά είναι τ' αγαθά και ποιά τα κακά. Γιατί; Μήπως σου δόθηκε αυτό; Μόνον εκείνο σου δόθηκε: να πείσεις τον εαυτό σου. Και ακόμη δεν τον έχεις πείσει. Κ' έπειτα επιχειρείς να πείσεις τώρα τους άλλους; Και ποιός έζησε μαζί σου τόσον χρόνο, όσον εσύ με τον εαυτό σου;».

Επίκτητος, Τέταρτη Διατριβή

Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία

1. Βαρβιτσιώτης Θ., *Λεξικόν Αρχαίων Ελλήνων*, Αθήνα, 1997.
2. Βλαστός Γ., *Πλατωνικές Μελέτες*, Εκδ.: Μ. Ι. Ε. Τ., Αθήνα, 1994.
3. Buchwald W. – Hohlweg A. – Prinz Ot., *Tusculum – Λεξικόν*, Εκδ.: Αθανάσιος Φουρλάς, Αθήνα, 1993.
4. Burkert W., *Αρχαία Ελληνική Θρησκεία*, Εκδ.: Καρδαμίτσα, Αθήνα, 1993.
5. Γεωργιάδης Α., *Ομοφυλοφιλία στην Αρχαία Ελλάδα*, Εκδ.: Γεωργιάδης, Αθήνα, 2002.
6. Δέλτα Σ., *Επίκτητου Εγχειρίδιον κ.ά.*, Εκδ.: Βιβλιοπωλείον τής Εστίας, Αθήνα, 2002.
7. Δούκας Κ., *Ομήρου Ιλιάς*, Αθήνα, 1998.
8. Δούκας Κ., *Ομήρου Οδύσσεια*, Αθήνα, 1999.
9. Edelstein L., *Ο στωικός σοφός*, Εκδ.: Θύραθεν, Θεσσαλονίκη, 2002.
10. Θεοδωρίδης Χ., *Εισαγωγή στη Φιλοσοφία (ανατύπωση)*, Αθήνα, 2000.
11. *Ιστορία τού Ελληνικού Έθνους*, Εκδ.: Εκδοτική Αθηνών Α.Ε., Αθήνα, 1971-1979.
12. Καραγιάννης Γ., *Ο παιδαγωγικός Έρωτας στην Αρχαία Ελλάδα*, Εκδ.: Μαϊάνδρος, Θεσσαλονίκη, 2003.
13. Kroh P., *Λεξικό Αρχαίων Συγγραφέων*, Εκδ.: University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 1996.
14. Λέσκυ Α., *Ιστορία τής Αρχαίας Ελληνικής Λογοτεχνίας*, Εκδ.: Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 1990.

15. Λωρέντης Ν., *Λεξικόν των Αρχαίων Μυθολογικών, Ιστορικών και Γεωγραφικών Κυρίων Ονομάτων*, Βιέννη, 1837.
16. Long A. A., *Η ελληνιστική φιλοσοφία: Στωικοί – Επικούρειοι – Σκεπτικοί*, Εκδ.: Μ. Ι. Ε. Τ., Αθήνα, 1987.
17. Ματσούκας Ν., *Ιστορία τής Φιλοσοφίας*, Θεσσαλονίκη, 1993.
18. Μιχαηλίδης Σ., *Εγκυκλοπαίδεια τής Αρχαίας Ελληνικής Μουσικής*, Αθήνα.
19. Συκουτρής Ι., *Αρχαία Επιστολογραφία*, Αθήνα, 1988.
20. Συκουτρής Ι., *Πλάτωνος Συμπόσιον*, Αθήνα, 1990.
21. Sitter-Liver B., «Πεπερασμένο: μιά παραμελημένη προοπτική στη Βιοηθική», περιοδικό «Θρησκευσιολογία», τεύχος 5, σελ. 305-322, Αθήνα, 2004.
22. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Ερασταί – Φιλοκερδής*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2004.
23. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Ίων*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2004.
24. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Περί φιλίας*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
25. Τσακνάκης Α., *Πλάτων: Τιμαιο*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
26. Τσακνάκης Α., *Πλούταρχος: Ίσις και Όσιρις*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
27. Τσακνάκης Α., *Σαλούστιος: Περί Θεών και Κόσμου*, Εκδ.: Βιβλιοβάρδια, Θεσσαλονίκη, 2005.
28. Τσέλλερ-Νέστλε, *Ιστορία τής Ελληνικής Φιλοσοφίας*, Αθήνα, 2000.
29. Frankfurt H. G., *Η Ηθική τής Αγάπης*, Εκδ.: Ποιότητα, Αθήνα, 2004.
30. Χριστοδούλου Ι. Σ., *Επίκτητος*, Εκδ.: Ζήτρος, Θεσσαλονίκη, 1997.

Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία

1. Anastasi R., *I frammenti degli Stoici antichi*, Padova, 1962.
2. Brun J., *Le Stoicisme*, Paris, 1961.
3. Brun J., *Les Stoiciens*, Paris, 1962.
4. Desideri A., *Storia e storiografia*, Εκδ.: G. D' Anna, Milano, 1989.
5. Engelhardt H. T., *Bioethics and Secular Humanism – The Search for a Common Morality*, London / Philadelphia, 1991.
6. Festa N., *I frammenti degli Stoici antichi*, Bari, 1935.
7. Field G. C., *The Philosophy of Plato*, Oxford, 1949.
8. Guthrie W. K. C., *A History of Greek Philosophy*, vol. IV, Cambridge, 1975.
9. Kennedy G., *The Art of Persuasion in Greece*, Princeton, 1963.
10. Long A. A., *Problems in Stoicism*, London, 1971.
11. Mates B., *Stoic Logic*, Εκδ.: University of California Press, 1953.
12. McKenny G. P., *To Relieve the Human Condition – Bioethics, Technology, and the Body*, Albany, 1997.
13. Nock A. D., *Sallustius*, England, 1966.
14. Oakesmith J., *The Religion of Plutarch*, London.
15. Pujana Arza J. J., *Politeia*, Εκδ.: Klasikoak S. A., Bilbo, 1993.
16. Rist J. M., *Stoic Philosophy*, Cambridge, 1969.
17. Ross D., *Plato's Theory of Ideas*, Oxford, 1951.
18. Sambursky S., *Physics of the Stoics*, Εκδ.: Routledge, London, 1959.
19. Solmsen F., *Plato's Theology*, New York, 1942.
20. Unamuno M. de, *Amor y Pedagogía*, Εκδ.: Alianza Editorial, Madrid, 1997.

21. Vlastos G., *Socratic Studies*, Cambridge, 1994.

22. Watson G., *The Stoic Theory of Knowledge*, Belfast.