

HATODIK KÖNYV

1.

A világanyag engedelmesen simulékony.

Irányító értelmének

semmi belső oka nincs rá,

hogyan rosszat tegyen.

Mivel nincs benne semmi

ártó szándék,

nem is tesz semmi rosszat,

nem is árt semminek.

Minden az ő szándéka támad és teljesül.

2.

Ha kötelességteljesítésről van szó,

ne törődj vele, fázol-e vagy izzadsz,

virrasztasz-e vagy eléggé kialudtad magad,

gáncsolnak-e vagy dicsérnek,

halálveszedelemnek

vagy valami másnak teszed-e ki magad.

Mert maga a halál is

csak az élet feladatainak egyike.

Elég tehát,

ha vele kapcsolatban is derekasan megteszed,

amit a pillanat kíván.

3.

Nézz a dolgok mélyére!

Sajátos tulajdonságaik vagy értékük

egyetlen esetben se kerüljék el figyelmedet.

4.

Az érzéki világ

minden jelensége

gyorsan változik,

s vagy szétpárolog,

ha az anyagi világ egységes marad is,

vagy szétszóródik.

5.

A világot kormányzó értelem

tudja, hogy mi a lényege,

és hogy milyen anyaggal mit csinál.

6.

A legjobb módja a védekezésnek az,

ha nem leszünk hozzájuk hasonlók.

7.

Abban az egyben

találd örömed és megnyugvásod,

ha

- az istenségre gondolva -

egyik közhasznú cselekedetről a másikra térsz át.

8.

A vezérlő értelem

önmagát ébreszti,

módosítja,

akarata szerint formálja,

s ami csak éri,

olyan színben tűnik fel előtte,

amilyenben jónak látja.

9.

Minden

az össztermészet végzése szerint történik,

nem pedig valami más természet parancsára,

mely kívül övezné,

belé volna zárva,

vagy kívülről volna hozzáfűggesztve.

10.

A világ vagy zűrzavar,

összevisszaság,

szétszórtság,

vagy egység, rend, gondviselés.

Ha az előbbi,

akkor miért vágyódom

ebben az önkényes összeviSSzaságban,

ebben a zűrzavarban tovább élni?

Mi lehetne számomra kívánatosabb,

mint egyszer már "elvegyűljek a föld porával?"[50]

Miért nyugtalankodom?

Mert bármit teszek is,

előbb-utóbb hozzám ér ez a szétbomlás.

Ha pedig a másik eset áll,

akkor tisztelem,

bizton tekintem a világ urát,

és rábízom magamat.

11.

Ha

a körülmények arra kényszerítenek,

hogy lelked nyugalma felkavarodjék,

gyorsan húzódj vissza önmagadba,

s a szükséges mértéken túl

ne jöjj ki sodrodból.

Ha gyakran menekülsz a lelki harmóniához,

előbb-utóbb teljesen megszerzed magadnak.

12.

Ha egyszerre

mostohád és édesanyád volna,

amazt ugyanúgy tisztelnéd,

de azért állandóan igazi anyádhoz térnél vissza.

Ugyanígy vagy

a császári udvarral és a filozófiával.

Minél gyakrabban

térj be az utóbbihoz,

és pihenj meg nála.

Mert által találod

tűrhetőnek az előbbit,

és ugyancsak általa

leszel az udvari nép számára te is tűrhető.

13.

Ahogy elképzeljük

a sültekről és más ételekről,

hogy ez halhulla, ez madárhulla, ez disznótetem,

továbbá,

hogy a falernumi bor tulajdonképpen kipréselt szőlőlé,

a bíborszegély juhgyapjú csigavérbe áztatva,

a szerelmi élvezet belső dörzsölődés,

bizonyos inger kíséretében fellépő nyálkakiválás

(mert az ilyen képzetek megközelítik a tárgyakat,

valósággal átjárják őket,

úgy, hogy látjuk, tulajdonképpen micsodák):

akként kell eljárunk egész életünkön át,

s ha a dolgok

kíváncsi alakban tetszelegnek,

le kell őket mezítelenítenünk,

szemünk elé kell állítanunk silányságukat,

le kell róluk hántanunk a ragyogó köntöst,

melyben büszkélkednek.

Mert a gőg félelmetes csaló

s legtöbbször éppen akkor csal lépre,

mikor azt hiszed,

hogy a legfigyelemreméltóbb dolgokkal foglalkozol. Gondolj csak rá,

mit mondott Kratész^[51] magáról Xenokratésről.^[52]

14.

A legtöbb dolog,

amit a tömeg bámul,

bizonyos átfogó csoportokba sorolható.

Először ott vannak

a természet összetartó erejének alkotásai:

kő, fa, fügefa, szőlő, olajfa.

Valamivel feljebb állnak

az élőlények,

a kisebb és nagyobb állatok.

A még finomabb érzékűek bámulatának tárgyai

az értelmes lelkű lények,

ha nem is világpolgári értelemben,

de legalább művészi szempontból,

vagy más ügyesség tekintetében.

Ez a csoport

esetleg egyszerűen arra törekszik,

hogy minél több rabszolgája legyen.

Aki azonban az okos,

világpolgárhoz

és

állampolgárhoz méltó lelket

értékelni tudja,

azt semmi más nem érdekli.

Az ilyen ember

mindenekelőtt

a maga lelkét igyekszik

értelmes,

közérdeket szolgáló állapotban és tevékenységben

megtartani,

s hasonló törekvésében embertársát is támogatja.

15.

Az egyik lény siet a létbe,

a másik siet el a létből,

abból is, ami most keletkezik,

valami máris elmúlt.

A világot

szakadatlan áramlás, változás újítja meg,

mint ahogyan

a végtelen örökkévalóságot

az idő megállás nélküli folyama

frissíti fel.

Ki az

ebben a soha nem pihenő áradatban,

aki az elrohanó dolgok valamelyikéhez

különösebben ragaszkodnék?

Mintha valaki

a röpködő verebek közül akarná kiválasztani

a szívének kedveset –

de íme, már el is tűnt szeme elől!

Olyan az egyes ember élete,

mint a vérpezsdülés, vagy a lélegzés.

Mert igazán mindegy:

egyszer beszívni és kilehelni a levegőt

– amit pillanatonként megteszünk -,

vagy az egész légzőképességünket,

amit tegnap, tegnapelőtt, születésedkor kaptál,

oda visszaadni, ahonnan kezdetben vetted.

16.

Nem az a becses,

hogy kipárolgunk:

megteszik ezt a növények is.

De az sem, hogy belehelünk,

hiszen a háziállatok és a vadállatok is

ugyanezt cselekszik.

Az sem,

hogy a külvilág benyomásait felfogjuk,

hogy vágyaktól rángatott ösztöneink megmozdulnak,

hogy nyájszerűen társulunk.

Az sem, hogy táplálkozunk,

mert a táplálkozás sem különb annál a folyamatnál,

amellyel a táplálék fölöslegét kiválasztjuk.

Mi hát a becses?

Tapsokat aratni? Nem!

Az sem, ha a nyelvek tapsolnak.

Mert a tömeg tetszészúgása: nyelvek tapsa.

Lemondtál tehát erről a kis dicsőségről is.

Mi marad hát, ami becses?

Azt hiszem, ez:

saját alkatodnak megfelelően

nekilendülni és pihenni.

Erre ösztökélnek

a tudományok és a mesterségek is.

Minden mesterség arra törekszik,

hogyan kidolgozott módszere

pontosan megfeleljen annak a célnak,

amelynek érdekében készült.

Ezt keresi a kertész, mikor a szőlőt gondozza,

ezt keresi a lóidomító, a kutyaedző.

Ugyanerre törekszik a gyermeknevelés és az oktatás.

Ez a becses.

Ha ezt megvalósítottad,

nem töröd magad más dolgok után.

Abbahagyod-e már a sok egyéb dolog megbecsülését?

Különben sohasem leszed

szabad, önálló, szenvedélytelen ember.

Mert irigykedned, féltékenykedned,

gyanakodnod kell

mindazokra,

akik ezeket a javakat elvonhatják tőled,

fondorkodnod kell azok ellen,

akik a szemedben becses dolgokat birtokolják.

Általában az,

aki ilyesminek hiányát érzi,

szükségszerűen zavaros életet él,

s ráadásul még az isteneket is ócsárolja.

Ezzel szemben

saját értelmed tisztelete és megbecsülése

kibékít önmagaddal,

összhangba hoz embertársaiddal,

békességre hangol az istenekkel,

más szóval,

örömmel fogadsz mindent,

amit ők osztanak és rendelnek.

17.

Fel, le, körben áramlik az ősanyag.

Egyik sem az erény útja.

Az valami istenibb,

és bár nehezen felfogható úton halad,

mégis célhoz ér.

18.

Milyen nevetséges az emberek magatartása!

A velük egyidőben élő kortársaktól sajnálják a dicséretet,

de milyen nagyra tartják,

ha az utódok dicsérik őket:

az utódok,

akiket nem láttak,

és soha nem látnak!

Ez majdnem olyan,

mintha azon búsulnál,

hogyan az elődök nem zengtek rólad dicshimnusz.

19.

Ne gondold,

hogy ami neked nehezedre esik,

az emberileg lehetetlen.

Inkább úgy fogd fel,

hogy ami emberileg lehetséges és megszokott,

azt te is eléred.

20.

Testgyakorlás közben megesik,

hogy valaki a körmével megkarmol,

vagy fejjel nekünk rohanva megüt bennünket.

Ezt még csak rossz néven se vesszük,

nem is bosszankodunk,

nem nézzük rossz szemmel,

mintha valami ármánykodó volna,

s bár óvakodunk tőle,

azért nem tartjuk ellenségnek,

meg sem gyanúsítjuk,

hanem inkább jóindulattal kitérünk az útjából.

Így járj el az élet egyéb dolgaiban:

nézzünk el sokat azoknak,

akikkel mintegy együtt tornázunk.

Mert módodban áll

az előbb mondottak szerint

gyanakvás, gyűlölködés nélkül kitérned előlük.

21.

Ha valaki

meggyőző módon rám tudja bizonyítani,

hogyan ítéletem vagy magatartásom helytelen,

készséggel visszakozom,

mert az igazságot keresem,

az igazság pedig még soha senkinek nem ártott.

Önmagának árt viszont az,

aki megátalkodik a tévedésében és tudatlanságában.

22. Azt teszem, ami a kötelességem!

A többi nem izgat,

mert vagy élettelen,

vagy tévelygő,

és még a maga útját sem ismeri.

23.

Az esztelen teremtményeket,

általában az érzéki világ értelmetlen tárgyait

kezeld eszes lény módjára,

nagylelkűen, szabadon;

embertársaidat pedig,

mint eszes lényeket,

a közösségi élet szellemében.

Minden alkalommal folyamodj az istenek segítségéhez.

Azt pedig,

hogy az élet mennyi időt enged erre a tevékenységre,

ne számolgasd,

mert elég, ha három ilyen órád van.

24.

Világbíró Nagy Sándor és az öszvérhajcsára

holtuk után egy sorsra jutottak;

mert

vagy felszálltak a világ alkotó szellemébe,

vagy mindketten egyformán

szétszóródtak az atomok között.

25.

Gondold meg,

hogy egyazon pillanatban

mindegyikünkben

mennyi testi és lelki folyamat megy végbe,

s akkor nem csodálkozol,

hogyan abban az egyetlen mindenségben,

amit világnak hívunk,

még sokkal több –

sőt minden, ami történik, egyszerre történik.

26.

Ha valaki feltenné neked a kérdést,

hogyan írják Antoninus nevét,

vajon felemelt hangon kiabálnád el minden betűjét?

S ha valaki bosszankodnék rajta,

csak nem haragudnál rá viszont te is?

Nem számlálnád-e inkább

tűstént nyugodtan, sorjában a betűket?

Éppen így gondold meg azt is,

hogyminden kötelesség

meghatározott teljesítmények összessége.

Ezeket a részletteljesítményeket

tartsd számon,

és zavartalanul,

nem neheztelve a neheztelőkre,

módszeresen végezd a magad dolgát.

27.

Milyen kegyetlenség

meg nem engedni az embereknek,

hogyan

a - hitük szerint -

nekik megfelelő és hasznos után törekedjenek.

Márpedig,

akárhogyan vesszük is,

elütöd ettől őket,

ha hibáikon bosszankodol.

Mert mindig

a nekik megfelelő és a hasznos

látszata

csalogatja őket.

- De ha nincs igazuk!

- Tanítsd hát őket,

mutasd meg nekik hibájukat, de harag nélkül.

28.

Mi a halál?

Az érzések közvetítette benyomásoknak,

az ösztönök izgalmainak,

az értelem tévelygéseinek

és hozzá még a hitvány test kiszolgálásának

megszűnte.

29.

Csúnya dolog,

ha az élet lelkedet már megtörte,

tested pedig még fürge.

30.

Vigyázz, el ne császárosodj,

fel ne vedd szokásaikat –

mert ez könnyen megesik.

Légy csak egyszerű, jó, tiszta, komoly,

kendőzetlen, igazságszerető, istenfélő,

jóindulatú, szeretetteljes,

tántoríthatatlanul kötelességtudó.

Arra törekedj,

hogyan maradj,

amivé a filozófia igyekezett tenni.

Tiszteld az isteneket, segítsd embertársaidat.

Rövid az élet.

A földi lét egyetlen gyümölcse

a tiszta érzésvilág és a közérdekű tevékenység.

Légy mindenben

Antoninus méltó tanítványa:

olyan állhatatos

és az értelem parancsainak teljesítésében,

olyan egyenletes minden dologban,

olyan kegyes,

olyan tiszta tekintetű,

olyan nyájas,

olyan hiúság nélkül való,

olyan szorgos a dolgok megismerésében,

mint ő.

A világért sem hagyott abba semmit,

míg jól meg nem vizsgálta és alaposan ki nem ismerte!

Milyen békében tűrte,

hogyan igazságtalanul ócsárolják,

és soha nem viszonzta!

Mennyire nem sietett el semmit!

Mennyire nem hajlott besúgásokra!

Milyen alaposan ellenőrizte

az emberek erkölceit és cselekedeteit!

Nem gyalázkodott,

nem aggodalmaskodott,

nem gyanakodott,

nem volt tudálékos!

Milyen kevéssel beérte:

milyen lakással, fekvőhellyel,

ruhával, étellemmel, kiszolgálással!

Mennyire szerette a munkát,

mennyire türelmes volt!

Egyszerű életmódja lehetővé tette,

hogy alkonyatig kitartson ugyanabban a munkában:

még testi szükség sem bántotta,

csak a megszokott órában.

Baráti kapcsolataiban

állhatatos,

mindig egyforma volt.

Ha valaki szókimondóan szembeszállt nézetével,

eltűrte,

sőt örült,

ha valami jobbra figyelmeztette.

Istenfélő volt, de nem babonás.

Vajha

olyan tiszta lelkiismerettel

nézhetnél szembe utolsó óráddal,

mint ő!

31.

Ébredj és térj magadhoz,

s ha az álomból kizökkenve rájöttél,

hogy csak álmok képek zavartak,

tisztult fővel

az élet dolgait is csak álmok képeknek tekintsd.

32.

Test és lélek vagyok.

A testnek minden közömbös;

mert nem lehet megzavarni.

Értelmemnek viszont mindaz közömbös,

ami nem az ő működésének a következménye.

Ami pedig az ő működésének a következménye,

az tőle függ.

S ez is csak a jelen pillanatra vonatkozó dolgokról áll:

mert jövőendő

vagy elmúlt működésének következménye

számára pillanatnyilag közömbös.

33.

Semmi munka sem természetellenes

a kéznek és a lábnak,

míg a kéz a kéz, a láb a láb dolgát végzi.

Így

az embernek mint embernek

sem természetellenes a munka,

míg az ember feladatát végzi.

Ha pedig nem természetellenes,

akkor nem is rossz számára.

34.

Milyen élvezeteket habzsolnak

a rablók, kicsapongók, apagyilkosok, zsarnokok!

35.

Nem látod-e,

hogy a közönséges mesteremberek,

ha bizonyos fokig alkalmazkodnak is

megrendelőik ízléséhez,

azért nem kevésbé ragaszkodnak

mesterségük alapelvehez,

s nem engedik magukat eltéríteni tőle?

Nem szégyenletes-e,

ha az építőmester és az orvos

jobban tiszteli saját mestersége törvényét,

mint az ember a magáét,

amely pedig közös az istenekével?

36.

Ázsia, Európa

- kicsi zuga a világnak; a világóceán -

egy cseppje a világnak;

az Athos-hegy[53] - földtúrás;

az egész jelen - az örökkévalóság egy pillanata.

Minden kicsi, változó, esendő.

Minden onnan ered

vagy közvetlenül, vagy közvetve,

abból a közös vezérlő értelemből.

Így az oroszlán torka,

a pusztító méreg,

minden, ami kártékony,

mint a tövis, a mocsár,

csak tartozéka a világ szép és jeles dolgainak.

Ne képzeld tehát,

hogy ezek más lényegűek,

mit akiket tisztelsz,

hanem inkább elmélkedj közös eredetükön.

37.

Aki a jelent látja,

az mindent látott,

ami csak valaha volt,

vagy valaha volt,

vagy valaha lesz,

mert minden egy eredetű és egy formájú.

38.

Elmélkedj gyakran

az összes világjelenségek

összefüggéséről

és

egymáshoz való szoros viszonyáról.

Mert valahogy minden egymásba fonódik,

éppen ezért minden rokon egymással,

egyik dolog a másikból következik,

mégpedig az állandó mozgás,

az együttérzés,

továbbá az anyagi világ egysége alapján.

39.

Alkalmazkodj

a sorsod által osztályrészedül adott körülményekhez,

és az embereket,

akiket társul kaptál,

szerezd igazán őszinte szeretettel.

40.

Minden gép, szerszám, edény,

ha rendeltetésének eleget tesz,

jó,

még ha készítője nincs is jelen.

A természet

átfogta alkotásokban

azonban

bennük is marad

az őket létrehozó erő.

Tehát

annál inkább

tisztelned kell a természetet,

abban a meggyőződésben, hogy

ha következetesen akarata szerint élsz,

minden szándékod szerint igazodik.

Éppen így a mindenségben is

minden a világértelem szándéka szerint történik.

41.

Ha

a hatalmadban nem álló

dolgok valamelyikéről is

azt hiszed:

számodra jó vagy rossz,

az ilyen rossz bekövetkezte

vagy az ilyen jó elmaradása miatt

szükségszerűen

zúgolódol az istenekre

és

gyűlölöd az embereket,

akik okai,

vagy talán csak vélt okai

az elmaradásnak vagy a bekövetkeztetésnek.

Így

természetesen

sok igazságtalanságot követünk el,

mert érdekeltek vagyunk.

Ha

azonban

csak a tőlünk függő dolgokat ítéljük

jóknak vagy rosszaknak,

nem marad okunk

sem arra, hogy az istenséget vádoljunk,

sem arra, hogy embertársunkkal hadilábon álljunk.

42.

Mindnyájan

egy célért dolgozunk közösen,

egyikünk tudatosan belátással,

másikunk öntudatlanul,

mint ahogyan

- gondoltam -

Hérakleitos

az alvókat is dolgozóknak mondta:

a világban történő események közreműködőinek.

De mindenki más-más módon működik közre.

Az összeműködés legragyogóbb példája

a gáncsoskodó,

aki szembeszállni próbál

és megállítani akarná a világ folyását:

mert a világnak ilyenre is szüksége van.

Végre is dönts el,

melyik csoporthoz csatlakozol.

A mindenség ura téged

mindig megfelelő módon tud

felhasználni és beilleszkedni

a közreműködő erők és személyek

valamelyik csoportjába.

Csak azután ne olyan rész légy,

mint a drámában

az a haszontalan és nevetséges vers,

amelyikről Khrysippos[54] példálózik.

43.

Vajon átvenné-e a nap az esőcsillag szerepét,

vagy Asklépios a Karpophososét?[55]

Mit mondjak az egyes csillagokról?

Nemde,

akármennyire elütnek is egymástól,

mégis egyazon közös cél munkásai?

44.

Ha az istenek

döntöttek

rólam és sorsomról,

bizonyára jól döntöttek,

mert tervszerűtlen istenséget

még elgondolni sem könnyű.

Arra pedig mi okuk volna,

hogyan tegyenek ellenem?

Mert mi hasznom származnék ebből

rájuk vagy a közre,

amely legfontosabb tárgya a gondoskodásuknak?

De ha külön rólam nem is,

a világrendről mindenesetre van döntésük;

tehát azt,

ami velem történik,

örömmel és szeretettel kell fogadnom.

Ha azonban semmiről sincs határozatuk

- amit még feltenni is istentelenség,

mert mire valók akkor

az áldozat,

az imádság,

az eskü

és a többi szent cselekedet,

melyek mindegyikét abban a hitben végezzük,

hogyan az istenek jelen vannak

és életünktől elválaszthatatlanok -,

ha,

ismétlem,

semmi

minket illető

dologról nem volna végzésük,

akkor nekem hatalmamban áll

magamról határoznom.

Ennek a mércéje,

ami nekem hasznos.

Mindenkinek pedig az a hasznos,

ami alkatának és természetének megfelel.

Az én természetem

az értelmes és közösségi életre született lényé.

Városom és hazám,

mint Antoninusnak:

Róma,

mint embernek:

a világ.

Tehát csak az a jó nekem,

ami ezeknek a közösségeknek is hasznos.

45.

Ami az egyessel történik,

az az egésznek hasznos.

Ez már elég!

Figyelmesebb vizsgálatnál

azt is észreveheted, hogy

ami az egyes embernek hasznos,

az a többi embernek is az.

Ebben az esetben a "hasznos" szót

köznapi értelemben

értsd a közömbös dolgokra is.

46.

Mint ahogy nyomaszt

a mutatványok egyhangúsága

az amphithreatrumban és más hasonló helyeken,

és szinte émelyít

a mindig egyforma látvány:

ugyanúgy vagy az egész élettél is.

Minden, fenn, lenn, egyforma,

és egyazon okra megy vissza. Meddig még?

47.

Elmélkedj rajta állandóan:

mennyi

mindenféle

különböző rendű és fajtájú ember

meghalt már!

Szállj el gondolatban

egészen Philistiónig, Phoibosig, Origaniónig.[56]

Azután

térj át

más embercsoportokra is.

Oda jutunk mi is,

ahol annyi a félelmetes szónok,

annyi a híres-neves filozófus:

egy Hérakleitos, egy Pythagoras, egy Sókratés,

ahol annyi a hős az ősidőkből,

ahol annyi a hadvezér, a zsarnok, a későbbi korból.

Rajtuk kívül ott van

Eudoxos,[57] Hipparkhos,[58] Arkhimédész,[59]

és több más éles eszű,

emelkedett gondolkodású,

fáradhatatlan ezermester,

magabiztos szellem,

az esendő, egy napig tartó emberi lét kigúnyolói,

mint Menippos[60]

és annyian mások.

Gondold meg,

hogy mindezek már régen elpihentek.

Mi rossz van ebben számukra?

Hát azok számára,

akiknek nevét már egyáltalán nem emlegetik?

Egy igaz érték van:

úgy élni le életünket,

hogy még a hazugokkal

és csalókkal szemben is

jóindulatot tanúsítsunk,

az igazságot és az igazságosságot szolgáljuk.

48.

Ha örömet akarsz szerezni magadnak,

gondold meg kortársaid jeles tulajdonságait,

ennek tetterejét,

annak szerénységét,

emennek bőkezűségét,

amannak más valami jelességét.

Mert semmi sem okoz tisztább örömet,

mint az erény képe,

amely a kortársak erkölcsében

gyakran és szembeötlően

megnyilvánul.

Azért lebegtesd ezeket állandóan szemed előtt.

49.

Azon,

hogy ennyi és ennyi,

nem pedig háromszáz fontot nyomsz,

ugye nem bosszankodol?

Éppen így nem számít az sem,

hogy ennyi meg ennyi,

és nem több évig kell élned.

Mert

amint a neked jutott anyaggal elégedett vagy,

úgy a kiszabott idővel is meg kell elégedned.

50.

Próbáld meggyőzni embertársaidat,

esetleg akaratuk ellenére is,

ha az igazságosság úgy kívánja.

Ha pedig valaki erőszakosan ellenáll,

a békés szenvtelenség legyen fegyvered,

s használd fel

az ellenállás nyújtotta alkalmat

más erények gyakorlására.

Ne felejtsd el,

hogy csak feltételes célt tűzöl magad elé,

és hogy nem törekszel lehetetlenre.

Hát mire?

Éppen arra, hogy ezt akard.

A célt eléred:

ha egyszer nekiindultál, ez már meg is valósult!

51.

A becsvágyó

abban találja meg a maga javát,

ahogy más ember vele szemben viselkedik,

a kéjvágyó szenvedélyének kielégítésében,

az értelmes ember a maga tevékenységében.

52.

Módodban áll,

hogyan egyes dolgokról

egyáltalán ne alkoss ítéletet,

és így lelked nyugalmát megőrizheted.

Mert a külső tárgyak

önmagukban nem olyan természetűek,

hogy ítéletünket kikényszeríthetnék.

53.

Szoktasd magad hozzá,

hogy más beszédére

a legpontosabban figyelj,

szinte helyezd át magad a beszélő lelkébe.

54.

Ami a rajnak nem hasznos,

az a méhnek sem hasznos.

55.

Ha a hajósok a kormányost,

a betegek az orvost ócsárolnák,

vajon volna-e valami más céljuk,

mint hogy biztosítsák

a hajózóknak a menekülést

és az ápoltaknak a gyógyulást?

56.

Hányan eltávoztak már a világból,

akikkel együtt érkeztem!

57.

A sárgaságban szenvedőknek

keserű ízű

a méz.

A veszett kutyától megmartak

iszonyodnak a víztől.

A gyermekeknek szép a labda.

Miért bosszankodom hát?

Vagy azt hiszed,

hogy a csalódásnak kisebb az ereje,

mint az epének a sárgaságban,

vagy a méregnek a veszettségben?

58.

Abban

senki nem akadályozhat meg,

hogy természeted törvénye szerint élj,

s a közös természet törvénye

ellenére

semmi sem érhet.

59.

Kik azok,

akiknek az emberek tetszeni akarnak?

Milyen előnyökért és milyen eszközökkel?

Milyen hamar eltemet az idő mindent,

és már mennyit eltemetett!