

NYOLCADIK KÖNYV

1.

Már az is szerénységre int,

hogy életedet egészében

vagy legalább ifjúkorodtól számítva

nem élhetted filozófushoz méltó módon,

hanem mind a mások szemében,

mind magad előtt úgy tűnt,

hogyan távol állsz a filozófiától.

Lám, zavarban vagy,

s így már nem könnyű

filozófus hírnévre szert tenned.

Különben

életberendezésed is

ellene mondana

ennek a törekvésnek.

Ha igazában beláttad,

mi a fődolog,

akkor ne törődj vele,

mit gondolnak rólad,

s érd be azzal,

hogy életed hátralévő részét,

bármeddig tartson is,

a saját természeted

parancsának megfelelően

morzsold le.

Gondold át,

mit kíván a természet,

s más ne izgasson.

Hiszen oly sok tévelygés után

rájöttél, hogy

a boldogságot sehol nem lelted:

sem a szillogizmusokban,

sem a gazdagságban,

sem a hírnévben,

sem az élvezetben - sehol!

Hol van hát?

Az emberi természet megkívánta tevékenységben.

Mikor cselekszel e szerint?

Ha törekvéseidet és tetteidet

bizonyos alapelvekből vezeted le.

Micsoda alapelvekből?

A jóra és rosszra vonatkozó alapelvekből:

hogyan az ember számára

egyáltalán nem jó az,

ami nem teszi

igazságossá, józanná, férfiassá,

és egyáltalán nem rossz,

ami nem teszi a felsoroltak ellenkezőjévé.

2.

Bármit cselekszel is,

tedd fel a kérdést:

Hogyan is állok ezzel?

Nem bánom majd meg?

Nemsokára halott vagyok,

s mindennek vége!

Kívánhatok-e többet,

hiszen az, amit teszek,

illik egy értelmes,

közösségi életre alkotott

és

az istenekkel azonos törvények szerint

élő lényhez?

3.

Mit jelent Nagy Sándor, Caesar, Pompeius –

Diogenéshez,[79]

Hérakleitoshoz,

Sókratéshez

képest?

Ezek meglátták a jelenségeket,

valamint a jelenségek okait és anyagát,

s vezérlő elveiket nem cserélgették.

Amazoknak mennyi volt a gondjuk,

és mennyi külső körülménytől függtek!

4.

Ha megfeszülsz is,

az emberek nem kevésbé csinálják azt,

amit csinálnak.

5.

Először is ne légy zavarodott,

hiszen minden

a közös természet törvénye

szerint igazodik.

Még egy kis idő,

s már nem létezel,

nem vagy sehol,

mint ahogy nincs már Hadrianus sem,

Augustus sem.

Azután folyvást

a magad életfeladatára függesztve szemed

gondolj rá,

hogy

jó ember légy,

hogy

amit az emberi természet tőled kíván,

azt tétovázás nélkül tedd,

hogy azt mondd,

amit színigazságosnak hiszel,

csak mindig jóindulattal,

szerényen,

képmutatás nélkül.

6.

A mindenség természetének

az a feladata,

hogy ami itt van, azt oda tegye,

változtassa,

innen eltakarítsa, ott elhelyezze.

Minden csak változás:

de ne félj,

nem lesz azért valami új belőle!

Minden a régi, s az elosztódás egyenletes.

7.

Minden természet alkotta lény

megelégedett,

ha a maga útján halad.

Az értelmes lény

akkor halad a maga útján,

ha képzelei nem csalékonyak és zavarosak,

ha törekvéseit

csak közhasznú cselekedetekre irányítja,

ha olyasmire vágyódik

és

olyasmit kerül,

ami rajtunk áll,

ha mindent,

ami a közös természet neki juttat,

örömmel fogad.

Hiszen az értelmes lény

csak egy része a közös természetnek,

mint ahogyan

a levél természete

része

a fa természetének.

Csakhogy a levél természete

egy érzéketlen,

értelmetlen,

akadályozható

természetnek a része,

az ember viszont részese

a szabad röptű,

értelmes,

igazságos természetnek,

amely minden lénynek értéke szerint,

arányosan osztja el az időt,

anyagot, okot, erőt, esetlegességet.

Számolj azzal is,

hogy ezt a méltányosságot

nem mindig akkor fedezed fel,

ha az egyes dolgot az egyessel veted össze,

hanem akkor,

ha összesítve az egyiknek minden dolgát

a másikénak teljességéhez hasonlítod.

8.

Olvasnod nem lehet!

De dőlőfödöt megfékezned lehet;

az élvezetet és fájdalmat megvetned lehet;

a hírnév csábításával szemben

fölényesen viselkedned lehet;

a faragatlan és hálátlan emberekre

nem haragudnod,

sőt még ráadásul gondjukat viselned –

mindezt lehet!

9.

Soha senki

egy zokszót se halljon tőled

az udvari életről,

s még magadnak se panaszkodj

a magad életéről.

10.

A megbánás

bizonyos fajtája az önkorholásnak,

mert valami hasznos dolgot elmulasztottunk.

Az, ami jó,

szükségképpen hasznos,

és

a minden tekintetben kifogástalan férfi

gondjának méltó tárgya.

Márpedig

még egyetlen ilyen kifogástalan férfiú

sem bánta meg,

hogyan valami élvezetet elszalasztott!

Következőleg:

az élvezet nem is hasznos, nem is jó.

11.

Mi ez, mi előttem van,

önmagában véve,

sajátos alkatát tekintve?

Mi a lényege, mi az anyaga?

Mi a formáló oka?

Mi a feladata a világrendben?

Meddig tart?

12.

Ha nehezedre esik álmodból felébredned,

gondold meg,

hogyan az alvás az értelmetlen lényekkel közös dolog,

te pedig alkatodnak

és

emberi természetednek

megfelelően

közérdekű tevékenységre hivatván.

Márpedig,

ami az ember természete szerint van,

az egyúttal megfelelőbb, alkalmasabb,

sőt még kellemesebb is számára.

13.

Állandóan

és

lehetőleg minden felmerülő képzetnél

gondolj arra,

amire a természettudomány,

a lélek szenvedélyeinek ismerete,

és a dialektika tanít.

14.

Ha sorsod valakivel összehoz,

tedd fel magadnak előre a kérdést:

milyen alapelveket vall ez az ember

a jóról és a rosszról?

Mert ha az élvezetről és a fájdalomról,

mindkettő előidézőiről,

a hírnévről és a névtelen szürkeségről

ilyen és ilyen alapelvei vannak,

akkor nem is csodálatos,

nem is meglepő,

ha adott helyzetben így és így cselekszik.

Sőt azt sem felejttem el,

hogy szükségszerűen így cselekszik.

15.

Gondold meg:

amint nem veheted rossz néven,

ha a fügefa fügét terem,

úgy azt sem,

ha a világrend azt hozza létre,

amitől terhes.

Csúnya dolog volna,

ha az orvos

vagy a kormányos

rossz néven venné,

hogyan a beteg lázas,

vagy hogy ellenszél támadt.

16.

Gondold meg,

hogy

a szabadsággal egyáltalán nem összeférhetetlen,

ha nézetedet megváltoztatod,

és ha arra hallgatsz,

aki jó tanácsot ad.

Hiszen tevékenységednek

akkor is

a te törekvésed,

ítéleted,

sőt

a te értelmed

az irányítója mindvégig!

17.

Ha tőled függ, miért teszed?

Ha mástól, kit vádolsz?

Az atomokat vagy az isteneket?

Egyformán oktalanság volna.

Ne vádolj senkit!

Ha teheted,

igazítsd helyre azt, aki hibázott,

ha nem teheted, hozd helyre legalább a hibát.

Ha ezt sem lehet, mire jó még a vádaskodás?

Ne tégy semmit oktalanul.

18.

Ha valami elhal,

azért még a világban marad.

Itt marad,

itt megváltozik,

saját őselemeire bomlik,

melyek egyúttal a világéi és a tied is.

Majd ezek is megváltoznak,

és nem zúgolódnak.

19.

Minden lény

valamire született:

a ló is, a szőlő is.

Mit csodálkozol?

Hélios[80] is azt mondja:

valamilyen munkára születtem,

akárcsak a többi istenek.

Hát te mire születél?

Talán élvezetre?

Vizsgáld csak meg,

eltűr-e ilyen állítást a józan ész!

20.

A természet minden lényt számon tart:

megszűnésüket éppúgy,

mint keletkezésüket

vagy életük sorát

- akárcsak a játékos a labdát.

Jó-e a labdának,

ha felrepül,

és rossz-e,

ha leesik vagy földre hull?

Jó-e a vízbuboréknak,

ha alakul,

és rossz-e, ha szétpukkan?

Vagy a mécsvilágnak?

21.

Fordítsd ki egyszer

gondolatban

testedet

s képzeld el,

milyen, és milyenné teszi majd

az öregség, a betegség, a tobzódás.

Rövid az élet annak is,

aki dicsér,

annak is, akit dicsérnek,

annak is, aki mást emleget,

annak is, akit emlegetnek.

Ráadásul

mindez csak

ennek a kis földszávnak egy zugában történik,

s még itt sincs mindenki egy nézetén,

sőt még az egyes ember

sem mindig következetes.

S még az egész föld is csak kicsi pont!...

22.

Figyelj közvetlen feladatodra

akár alapelveiről,

akár cselekvésről,

akár valaminek a jelentéséről van szó.

Ha baj ér, méltán ér:

holnap akarsz jó lenni, nem ma.

23.

Cselekszem valamit?

Úgy cselekszem,

hogyan az emberek javára vonatkoztatom.

Valami baj ér?

Úgy fogadom,

hogyan az istenekre vonatkoztatom

és mindenkinek a forrására,

amelyből az összes történés folyik,

egymással belső kapcsolatban.

24.

Amilyennek a fürdést látod:

olaj, izzadság, piszok, nyúlós víz,

csupa-csupa undor,

olyan az élet

minden része, olyan minden jelenség.

25.

Lucilla[81] látta meghalni Verust,

azután meghalt Lucilla.

Maximus előbb meghalt, mint Secunda[82] –

de Secunda követte.

Epitynkhanos túlélte Diotimost,[83]

utána Epitynkhanos is eltávozott.

Faustina[84] Antoninus előtt sírba szállt,

majd Antoninus is megtért őseihez.

És így tovább - kivétel nélkül!

Hadrianust eltemette Celer,[85]

utána kivitték Celert.

Hol vannak

mindezek

az éleselméjű,

előrelátó,

önérzetes emberek?

Hol vannak az átható elméjű férfiak:

Kharax,

a platonikus Démétrios, Eudaimón,[86]

és a hozzájuk hasonlók?

Mindegyik csak egy napig élt,

s már régen meghalt.

Néhány emberről

még rövid ideig sem emlékeztek meg;

mások mesehőskké változtak;

ismét mások már a meséből is kikoptak.

Arra is gondolj hát,

hogyan tested szövedéke

innen-onnan szükségszerűen szétfoszlik,

gyenge párad elfúl

vagy átvándorol,

és máshová rendeltetik.

26.

Ember öröme,

ha emberi kötelességét teljesíti.

Emberi kötelesség:

jóindulat az embertárssal szemben,

az érzéki izgalmak megvetése,

a megbízható képzetek kiválasztása,

a közös természetbe

és a rendje szerint történő dolgokba mélyedő

elmélkedés.

27.

Három viszony irányítja életedet:

az egyik a téged burkoló sáredényhez fűz,

a másik az isteni okhoz,

amelyből mindenkre minden árad,

a harmadik pedig kortársaidhoz.

28.

A fájdalom

vagy a testet gyötri

- ez az ő baja! -,

vagy a lelket.

Ennek azonban módjában áll

a maga derűjét és nyugalmat

végig megőriznie,

és visszautasítania azt a képzetet,

hogy ami éri, az rossz.

Mert minden

ítélet, törekvés, vágy, visszautasítás

legbensőbb bensőnk ügye,

ide pedig semmi fel nem hatol.

29.

Szorítsd vissza

felbukkanó képzeidet,

s szüntelenül így szólj magadhoz:

most csak tőlem függ,

hogyan lelkemben

semmiféle hitványság,

semmiféle vágy,

általában

semmiféle zavar ne legyen,

hanem mindent

a maga igaz voltában szemügyre véve,

minden dologgal

értéke szerint éljek.

Ne feledkezz meg erről

a természetadta szabadságodról.

30.

Akár

a tanácshoz intézed szavadat,

akár bárkihez,

tedd méltósággal, ne túl hangosan.

Beszéded legyen józan.

31.

Augustus környezete:

felesége, leánya, utódai, ősai,

nővére, Agrippa,[87] rokonai, háznépe,

barátai, Areus,[88] Maecenes,

orvosai, áldozópapjai – egész udvara meghalt.

Azután térj át más esetekre,

ne csak egyes emberek halálára,

hanem egész nemzetségekre,

például a Pompeiusokéra.

Ott a felirat a síremlékeken:

nemzetségének utolsó sarja.

Gondold meg,

mennyire szívükön feküdt az ősöknek,

hogyan utódokat hagyjanak.

Azután valakinek

mégis

utolsóknak kell lennie;

s ez ismét csak

egy egész nemzetség

kihalását jelenti.

32.

Az életet

egyes cselekedetekre kell felépíteni,

s érdeke vele,

ha minden egyes cselekedet

a lehetőség szerint eléri a maga célját.

Márpedig

semmi meg nem akadályozhat téged abban,

hogyan ezt elérje.

- Hát a külső akadály? –

Azt, hogy igazságos,

józan, megfontolt légy,

semmi sem akadályozhatja meg.

Előfordulhat,

hogy valami más cselekedeted akadályba ütközik,

de ha az akadályt egykedvűen fogadod,

ha nyugodt lélekkel áttérsz arra,

ami lehetséges,

azonnal alkalmad nyílik

más olyan tevékenységre,

amely megfelel az előbb említett életépítésnek.

33.

Fogadd a dolgokat gőg nélkül,

válj meg tőlük könnyű szívvel.

34.

Láttál-e már

levágott kezet, lábat vagy fejet

a törzstől elválasztva valahol heverni?

Nos hát,

szántszándékkal ilyenné lesz

- már ha rajta áll -,

aki harcol az őt érő események ellen,

és a világ egységéből valósággal kiközösíti magát,

vagy arra vetemedik,

hogyan a közösség érdeke ellen cselekedjék.

Ezzel kiszakadtál

a természet szerint való egységből,

mert hiszen résznek születél,

te pedig levágtad magad.

De micsoda nagyszerű dolog,

hogyan módodban áll az egységgel ismét összeforrod!

Ezt az újra összeilleszkedést

az istenség

egyetlen más,

már egyszer levált vagy levágott

résznek

sem adatott meg.

Méltányold a jószágot,

mellyel az embert megbecsülte,

hiszen tőle tette függővé,

hogyan az egésztől soha el ne szakadjon,

vagy ha mégis elszakadt,

lehetővé tette számára,

hogy visszatérjen hozzá,

összenőjön vele,

és mint rész, kiszabott helyét újra elfoglalja.

35.

Minden értelmes lény

a világértelemtől kapta

csaknem az összes egyéb képességét,

a következőt is:

ahogyan a világértelem

minden

útjában álló vagy ellene szegülő erőnek

más irányt ad,

beleilleszti a sorsösszességbe,

és mintegy kiegészíti önmagát vele,

éppen úgy az értelmes lény

minden akadályt tevékenysége anyagává avathat,

és

felhasználhat

bármilyen törekvésének megvalósítása érdekében.

36.

Ne ijessz magad azzal,

hogy képzeletben az élet egészét átfogod!

Ne sűrítsd egy gondolatba,

hogy előreláthatólag

milyen és mennyi baj vár rád,

hanem minden egyes fölmerülő esetben

tedd föl magadnak a kérdést:

mi ebben a dologban a tűrhetetlen és elviselhetetlen?

Bizony szégyellnéd bevallani!

Azután idézd emlékezetedbe,

hogy sem a jövő,

sem a múlt

nem nehezedik rád,

hanem mindig csak a jelen.

Ennek a súlya pedig kisebbedik,

ha egymagában körülhatárolod,

és ha értelmednek szemrehányást teszel,

hogymég arra sem képes,

hogyma jelent önmagában elviselje.

37.

Panthea[89] vagy Pergamos[90]

talán csak nem ül még mindig Verus sírján?

Hát Hadrianusén Khabrias vagy Diotimos?

Nevetséges kérdés!

Nos, ha ott ülnének, éreznék-e a holtak?

S ha éreznék, örülnének-e neki?

S ha örülnének, talán a gyászolók örökké élnének?

Nem az-e az ő sorsuk is,

hogy először öregasszonyok és öregemberek legyenek,

azután pedig meghaljanak?

S azok mit csinálnak később,

ha ezek már meghaltak?

Minden rothadás és tele zsákra való búzhödés!

38.

Ha éles szemed van,

láss vele, és hozd a legbölcsebb ítéleteket!

39.

Az eszes lény alkatában

az igazságossággal ellentétes erényt nem látok;

az élvezettel ellentétet viszont látok –

a mértékletességet.

40.

Tedd félre

egyéni véleményedet arról,

ami nézeted szerint bánt,

máris a legnagyobb biztonságban érezheted magad.

- Mit jelent az, hogy magam?

- Értelmedet!

- De én nemcsak értelem vagyok!

- Jó, jó, ezt megengedem!

A fődolog azonban,

hogy az értelem ne okozzon önmagának bánatot.

Ha pedig más részed rosszul érzi magát,

arról ítéljen ő maga.

41.

Az érzékelés korlátozása

kellemetlen

az állati természetnek.

Az ösztön megfékezése is

rossz az állati természetnek.

Hasonlóképpen előfordul,

hogyan a növényi lényt

valami más korlátozza,

s ezzel bajt okoz neki.

Ennek megfelelően

az értelem bilincsbe verése

bajt jelent

az értelmes természetnek.

Mindezt alkalmazd most önmagadra.

Fájdalom vagy élvezet támad rád?

Ám lássa az érzéklés, mire megy velük!

Valamelyik ösztönöd akadályba ütközött?

Ha ösztönödet

feltétlenül érvényre kívánnád juttatni,

ezzel értelmes lény voltodat sértened meg.

Ha azonban

az egyetemesség szempontját érvényesíted,

kár sem érhet,

akadály nem gátolhat.

Hiszen

az értelem birodalmába

semmi más nem hatolhat be,

hogyan akadékoskodják:

sem a tűz, sem a vas, sem a zsarnok, sem a rágalom,

sem más egyéb nem ér el odáig.

"Ami egyszer tökéletes gömbbé formálódott,

meg is marad annak."

42.

Nem érdelem meg,

hogy önmagamát bántsam,

én,

aki szántszándékkal soha senkit nem bántottam.

43.

Az egyik ennek,

a másik annak örül.

Én annak,

ha vezető értelmem egészséges,

ha nem fordul el

sem az egyes emberektől,

sem az olyan eseményektől,

amilyenek az embereket érni szokták,

hanem mindent jóindulatú szemmel néz,

fogad,

és mindennel értéke szerint él.

44.

Ügyelj rá,

hogy a jelent

kellemessé tedd a magad számára.

Akik inkább az utókor dicséretét hajszolják,

nem veszik észre,

hogy ez a minket felváltó nemzedék is

csak olyan lesz,

mint a mostani nehezen tűrt embergomolyag,

és az is csak halandó lesz.

Általában,

mit fő attól a fejed,

hogy az utókor ilyen híredet visszhangozza-e,

vagy olyan véleményt formál-e rólad?

45.

Ragadj fel és vess oda, ahová akarsz;

szellemem ott is derűs lesz,

mert beéri azzal,

ha saját alkatának megfelelő módon él és cselekszik.

Vajon ér-e annyit az a dolog,

hogy rosszul érezze magát a lelkem miatta,

hogy lealacsonyodjék,

hogy megalázott, sóvárgó,

magába süppedt, megzavarodott legyen?

Találsz-e valamit, ami ezt megéri?

46.

Emberrel

semmi nem eshetik meg,

ami nem emberi dolog,

ökörrel, ami ökörhöz,

szőlővel, ami szőlőhöz,

kővel, ami kőhöz nem illenék.

Ha tehát mindent csak olyasmi ér,

ami megszokott és természetes,

mit zúgolódol?

Hiszen a közös természet

nem hozott rád semmi elviselhetetlent!

47.

Ha valami külső jelenség bánt,

voltaképpen

nem

maga a jelenség nyugtalanít,

hanem a róla alkotott ítéleted.

Márpedig

csak tőled függ, hogy ezt megszüntesd.

Ha viszont

a rossz érzés oka a lelkedben rejlik,

ki akadályozhatná meg,

hogyan felfogásodat helyesbítsd?

Ugyanígy,

ha az bánt,

hogy nem teheted azt,

amit helyesnek ítélsz,

nem okosabb-e

fokozott erővel tevékenykedni,

mint bánkódni?

- De valami nagyobb hatalom utamban áll! –

Hát akkor se bánkódj,

hiszen az eredménytelenség oka nem benned van!

- De élnem sem érdemes, ha ennek végére nem járok!

- Akkor hát távozz az életből nyugodtan,

az utadba került akadályokkal szemben megbékélten,

mint ahogyan távozik az is,

aki dolgának végére járt.

48.

Gondold meg,

hogy vezető értelmed,

ha önmagába zárkózva beéri azzal,

hogy semmit ne tegyen, amit nem akar,

még akkor is bevehetetlen erősség,

ha nincs oka rá,

hogy ellenséges legyen.

Hát még

ha

megfontolt körütekintéssel

ítélkezik valamiről!

Ezért

a szenvedélytől megtisztult értelem

valóságos fellegvár.

Az embernek

nincs ennél biztosabb menedéke,

hiszen,

ha ide húzódik,

továbbra is megközelíthetetlen.

Aki ezt nem látja be,

az tudatlan,

aki pedig belátja,

de nem húzódik oda vissza,

az szerencsétlen.

49.

Ne beszélj be magadnak többet,

mint

amennyit

közvetlen érzéki benyomásaid

tudtadra adnak.

Meghallod,

hogyan valaki rosszat mond rólad.

Nos,

ezt ugyan hallod,

de nem látom, hogy emiatt sérelem ért volna.

Látom,

hogyan gyermekem beteg.

Ezt látom,

de azt,

hogy veszélyben forog,

már nem látom.

Állj meg tehát

mindig az első benyomásoknál,

ne tégy hozzájuk magadból semmit,

s akkor semmi baj nem ér.

Vagy nem bánom, tégy hozzájuk!

De olyan emberhez méltó módon,

aki fölkészült a világ összes esélyére.

50.

Keserű az uborka? El vele!

Tüskebozót állja utadat? Keröld ki!

Elég!

Ne kérdezd: miért vannak ezek a világon?

- mert a természet titkait értő ember csak kinevet,

mint ahogyan az ács és a varga is kinevetne,

ha kifogásolnád,

hogy műhelyükben ott találsz

a feldolgozott anyagok forgácsát és hulladékát.

Pedig nekik még van hová dobniuk az ilyesmit.

A közös természetnek azonban

nincs önmagán kívül eső helye!

S éppen ez a csodálatos a művészetében,

hogyan önmagába zárva mindent, amit csak felölel

- még ha az látszólag romlik,

öregszik, feleslegessé válik is -,

önmagává alakít át,

s ismét más, új dolgokat formál belőle.

Művéhez

éppoly kevésbé van szüksége külső anyagra,

mint olyan helyre,

ahová a romlottabb részeket kivetheti.

Neki elég a maga tere,

a maga anyaga,

a maga sajátos művészete.

51.

Ne légy hanyag tetteidben;

ne légy kapkodó beszédedben;

ne légy csapongó képzeletedben;

általában,

lelked ne legyen sem zárkózott, sem kitáruló;

ne zsúfold túl az életedet tennivalóval.

Ám öljenek,

szabdaljanak,

átkozzanak téged!

Befolyásolhatja-e ez azt,

hogy értelmed tiszta, átható,

józan és igazságos maradjon?

Olyan ez,

mint ha valaki tiszta, édes vizű forrás mellett áll,

és ócsárolja:

az pedig továbbra is ontja üdítő italát,

s ha sarat vagy szemetet szórsz belé,

hamar szétszórja, kimossa magából,

és teljesen mocsoktalan marad.

Hogyan szerezhetsz

ilyen soha ki nem apadó forrást,

poshadt vizű kút helyett?

Ha minden órában

megőrzöd lelki szabadságodat,

jóindulattal, egyszerűséggel, szeméremmel.

52.

Aki nem tudja,

mi a világ,

az nem tudja,

hol van ő maga.

Aki nem tudja,

mire született,

az nem tudja azt sem,

kicsoda ő tulajdonképpen,

és azt sem, mi a világ.

Aki ezek közül egyet is elhanyagol,

az a maga rendeltetését sem tudja megmondani.

S most

milyen színben tűnik fel előtted az az ember,

aki olyanok tapsai elől menekül,

vagy töri magát utánuk,

akik azt sem tudják, hol vannak és kicsodák?

53.

Annak az embernek dicséretére sóvárogsz,

aki óránként háromszor elátkozza önmagát?

Annak az embernek akarsz tetszeni,

aki önmagának sem tetszik?

Vagy talán tetszik önmagának az,

aki szinte minden cselekedetét megbánja?

54.

Ne érd be azzal, hogy

másokkal együtt belélegzed

a körülöttünk szétáradó levegőt,

hanem

gondolkodásod is legyen összhangban

a mindent átfogó értelemmel.

Hiszen az értelem hatalma

nem kevésbé árad szét mindenüvé,

s nem kevésbé járja át azt,

aki képes a befogadására,

mint a levegő a lélegezni tudót.

55.

Általánosságban véve

a gonoszság nem árt a világrendnek,

esetenként véve nem árt embertársamnak;

egyedül csak annak ártalmas,

akinek viszont,

mihelyt úgy akarja,

módjában áll megszabadulni tőle.

56.

Az én szabad elhatározásomnak

embertársam szabad elhatározása

éppolyan közömbös,

mint a párája vagy a teste.

Mert

ha a legteljesebb mértékben

egymásért születtünk is,

azért mindegyikünk vezérlő értelmének

megvan

a maga külön hatalmi köre.

Ha nem így volna,

akkor embertársam gonoszága

nekem is kárt okozna.

Márpedig az istenség nem akarhatta,

hogymásnak módjában álljon

engem szerencsétlenné tenni.

57.

A nap mintha szétömlene,

s bár mindenüvé jut belőle,

mégsem apad ki.

Ez onnan van,

hogy szétömlése tulajdonképpen kisugárzás.

Ettől a kisugárzástól kapta

a "napsugár"[91] is a nevét.

Hogy milyen a napsugár,

azt megláthatod,

ha megfigyeled a sötét helyiségbe

valami résen át behatoló napfényt:

egyenes sugárban terjed,

mintegy nekifeszül

az útjában álló szilárd tárgynak,

amely elzárja előle a mögötte levő űrt. –

Ott megáll, el sem csúszik, le sem esik.

Ugyanígy kell

értelmednek áradni és szétömleni:

de nem kiapadni, hanem folyton sugárzani –

a szembenálló akadályokra

nem erőszakosan vagy szenvedélyesen ráfeszülni,

nem esni le,

hanem ott maradni

és azt,

ami a fénye számára hozzáférhető,

megvilágítani.

Ami pedig visszautasítja,

az maga magát fosztja meg a fénytől.

58.

Aki a haláltól fél,

az vagy az érzékelés megszűnésétől,

vagy az érzéki benyomások változásától fél.

De ha az érzékelés megszűnik,

akkor rosszat sem érzel;

ha pedig érzéki benyomásaid változnak,

akkor más lény leszel ugyan,

élni azonban tovább élsz.

59.

Az emberek egymásért születtek.

Vagy tanítsd, vagy tórd hát őket.

60.

Más a nyíl röpte

és

más az értelemé.

Az értelem,

még akkor is,

ha óvatos és körültekintő,

nem kevésbé halad egyenes irányban,

és nem kevésbé tör előre,

mégpedig célja felé.

61.

Hatolj be mások vezető értelmébe,

és viszont is tedd mindenki számára lehetővé,

hogy a te vezető értelmedbe behatoljon.