

NEGYPEDIK KÖNYV

1.

Ha belső parancsolód a természetet követi,

akkor úgy viselkedik az eseményekkel szemben,

hogymindig könnyen igazodik ahhoz,

ami lehetséges és adott.

Nem kedvel különösebben

egyetlen meghatározott anyagot sem,

hanem a fontosabb dolgokhoz vonzódik,

de azokhoz is csak bizonyos fenntartással,

s ha helyettük valami mással kerül szembe,

azt is saját cselekvése anyagaként tekinti,

mint ahogyan a lobogó tűz is így csinálja,

mikor megemészti a belédobott anyagot,

amely a kis mécset kioltaná.

A lobogó láng viszont

hamar hatalmába keríti

és felemészti a rádobott tárgyakat,

sőt még magasabbra csap tőlük.

2.

Semmit se tégy találomra,

semmit se tégy másként,

mint

az élet igaz művészetét tökéletesen betöltő

elv szerint.

3.

Az emberek

búvóhelyeket keresnek maguknak:

falun, tengerparton, hegyeken.

Te magad is szoktál efféleire vágyani.

Micsoda korlátoltság!

Hiszen megteheted,

amikor csak akarod,

hogymagadba visszavonulj.

Mert az ember sehová

nyugodtabban, zavartalanabban

vissza nem vonulhat,

mint saját lelkébe,

különösen ha olyan a belső világa,

hogymegtekintve azonnal teljes béke tölti el.

A béke pedig azonos a lélek harmóniájával.

Ne vond tehát meg önmagadtól

egyetlen esetben sem

ezt a visszavonulást,

s újhodj meg lélekben.

Életelveid

legyenek alapvetők

és a lényegre szorítkozók:

puszta földidézésük is

űzze el minden udvari gondodat,

és biztosítson róla,

hogy ha visszatérsz,

ne bosszankodj azon,

amire visszakerülsz.

Mert min is bosszankodnál?

Az emberi gonoszszágon?

Vedd fontolóra a tételt,

hogy az eszes lények egymásért vannak,

hogy türelem az igazságosság egy része,

hogy az emberek akaratuk ellenére hibáznak,

hogy hányan már,

kik féktelenül gyűlölködtek,

gyanakodtak, egymásnak estek,

ím,

kiterítették és elhamvadtak –

s akkor hagyj fel a bosszúsággal.

Vagy talán

a mindenség végzése ellen

zúgolódol?

Idézd csak emlékezetedbe

ezt a két lehetőséget:

vagy van gondviselés,

vagy csak atomok vannak;

továbbá mindazt,

amiből bebizonyosodik,

hogyan a világ olyan, mint egy állam.

Vagy talán

testi dolgok bántanak?

Gondolj arra,

hogyan az értelem,

ha egyszer önmagára eszmélt,

és megismerte saját erejét,

függetleníti magát

az állati lélek kellemes vagy kellemetlen izgalmaitól;

továbbá gondolj mindarra,

amit a fájdalomról és az élvezetről hallottál,

s magadévá tettél.

Vagy talán

a hiú hírvágy játékszere vagy?

Nézd csak,

minden milyen gyorsan feledésbe megy,

tekintsd

a mindkét irányban végtelen idő

feneketlen mélységét,

a hír visszhangjának hiábavalóságát,

a téged látszólag magasztalók

állhatatlanságát, kritikátlanságát,

s végül,

hogy milyen szűk a tér,

melyre hírneved korlátozódik.

Mert az egész föld

csak egy pontja a mindenségnek,

s annak is micsoda kis zuga a te lakhelyed.

S itt is hányan,

micsoda emberek dicsőítenek téged?

Szánd hát végre rá magad,

hogy visszavonulj a saját kis területedre.

Mindenekelőtt:

ne kapkodj ide-oda,

ne erőlködj,

hanem szabad lélekkel,

mint férfi,

mint ember,

mint polgár,

mint halandó lény

tekintsd a világ dolgait.

S az igazságok közül,

melyekre szemedet függeszted,

kettő legyen mindig kéznél.

Először,

hogy a külső dolgok nem férnek hozzá a lélekhez,

hanem kívül vannak rajta,

mégpedig mozdulatlanul;

minden izgalom tehát a belső felfogásból fakad.

Másodszor,

hogy mindaz, amit látsz,

hamarosan megváltozik, sőt megszűnik.

Állandóan gondolj rá,

hogy mennyi változásnak voltál már te is a tanúja.

A világ változás,

az élet felfogás dolga.

4.

Ha

gondolkodási képességünk közös,

akkor az az értelem is közös,

mely eszes lényekké avat.

Ha ez így van,

akkor általános érvényű az a meggondolás,

mely megszabja,

hogyan mit tegyünk.

Ha ez így van,

akkor közös törvény alatt állunk,

és ekként valamennyien polgárok vagyunk.

Ha ez igaz,

akkor valami kormányzatnak vagyunk alattvalói.

Ha ez is áll,

akkor a világ olyan, mint egy állam.

Mert milyen más

közös kormányzat részesének

mondhatnád az egész emberi nemet?

Innen,

ebből a közös államból ered számunkra

a gondolkodási képesség,

az értelem,

a törvényalkotás képessége.

Vagy honnan máshonnan?

Mint ahogyan azt,

ami bennem földszerű, valami földből kaptam,

ami nedves, azt más őszanyagból,

ami pára, azt ismét más forrásból,

ami meleg és tűzszerű,

annak is megvan a maga eredete

– mert semmi nem lesz semmiből,

mint ahogyan semmi sem tér a semmibe vissza -,

így

a gondolkodási képesség

is

belénk szállt valahonnan.

5.

A halál olyan,

mint a születés:

a természet titokzatos műve.

Ugyanazoknak

az ősanyagoknak az egyesülése

ugyanazokká.

Egyáltalán nem olyasmi,

ami miatt valakinek szégyenkeznie kellene.

Nincs ellentétben az értelmes lény mivoltával,

sem alkatának tervszerűségével.

6.

Ez a végzet rendelése:

ilyen emberek ilyen dolgokat cselekszenek.

Aki ezt nem akarja,

mintha azt kívánná,

hogya a fügefának ne legyen nedve.

Általában gondold meg,

hogya rövid időn belül

te is, embertársad is meghaltok,

és nemsokára még a neveteket is elfelejtik.

7.

Ha nem gondolod azt,

hogy bánalom ért,

akkor nem is ért bánalom,

s ha nem ért bánalom,

akkor kárt sem szenvedtél.

8.

Ami az embert nem teszi rosszabbá,

mint amilyen,

az életét sem teszi rosszabbá,

és sem kívülről, sem belülről nem árt neki.

9.

A hasznos természete

kénytelen ezt tenni:

hasznot hajtani.

10.

Minden, ami történik,

igazságosan történik.

Ha pontosan megfigyeled, rájössz.

Nem csak azt mondom,

hogy bizonyos rend szerint,

hanem hogy igazságosan,

sőt,

mintha valaki érdem szerint rendelkezne.

Továbbra is erre figyelj tehát,

s bármit csinálsz, azzal a szándékkal csináld:

légy jó; jó a szó valódi értelmében.

Erre vigyázz minden cselekedetedben.

11.

Ne vedd úgy a dolgokat,

mint ahogyan rosszakaród felfogja őket,

se úgy, ahogyan ő szeretné, hogy felfogd!

Vedd inkább őket úgy, ahogy a valóságban vannak.

12.

Két alapelvet

tarts mindig készenlétben:

először,

csak azt tedd,

amit a királyi és törvényalkotó értelem

az emberek javára tenned sugalmaz;

másodszor,

változtasd meg véleményedet,

ha olyan valakire akadsz,

aki a helyes útra terel

és eltántorít balhiedelmedtől.

Ennek a nézetváltozásnak az oka

azonban mindig

az igazságosnak, a közhasznúnak

bizonyos valószínűsége legyen,

s egyedül ez vezessen,

nem pedig az,

hogy valami

kellemesnek vagy dicsőségszerzőnek látszott.

13.

Van-e világos értelmed?

- Igen!

- Miért nem élsz vele?

Mert,

ha ez betölti feladatát,

mi másra van még szükséged?

14.

Részévé lettél egy egésznek.

Egyszer majd visszaenyészel alkotódba;

jobban mondva:

valami változás következtében

felszívódsz annak teremő erejébe.

15.

Ugyanarra az oltárra

sok tömjénzem hull:

egyik előbb, másik később!

Nem számít!

16.

Tíz napon belül istennek látnak azok,

kiknek szemében most vadállat és majom vagy,

ha visszatérsz

az értelem alapelveihez és szolgálatához.

17.

Ne úgy élj,

mintha még tízezer évig akarnál lenni.

A kikerülhetetlen ott lebeg fejed fölött.

Míg élsz, míg módodban áll, légy jó emberré.

18.

Mekkora zavartalanságot biztosít magának,

aki nem nézi,

mit mondott, tett, vagy gondolt embertársa,

hanem csak arra ügyel,

hogyan saját cselekedete

igazságos és feddhetetlen legyen!

"Ne nézd

- mondja Agathón[34] –

a mások rossz erkölcsét,

hanem tétovázás nélkül, egyenes úton törj a cél felé."

19.

Akit

az utókor adta hírnév

elkábít,

nem veszi észre,

hogyan a róla megemlékezők mindegyike

hamarosan meghal;

ugyanoda jut a következő nemzedék is,

míg nem minden emlékezet megszűnik,

melyet alig kigyúlt,

máris elhamvadt emberek hordoztak.

De tegyük fel,

hogy a rád emlékezők halhatatlanok

és emlékezeted is örök.

Van-e ennek a te szempontodból értéke?

Számít-e valamit a dicséret?

Nem mondom,

hogy haló porodban nem számít.

De számít-e még életedben?

Csak akkor,

ha valami közcélú célt szolgál!

Helytelenül hanyagolod el a természet ajándékát,

ha másba veted horgonyodat, mint az értelembe.

20.

Mindaz, ami szép,

bármilyen módon is az,

önmagában szép, önmagában teljes:

a dicséret nem alkotó része.

A dicsérettől

semmi nem lesz sem silányabb, sem jobb.

Mindez vonatkozik

a mindennapi életben szépnek mondott dolgokra is:

anyagokra, műalkotásokra.

Hát ami valóban szép,

ugyan rászorul-e még valamire?

Éppoly kevésbé,

mint a törvény, az igazság, a jóakarat vagy a szemérem.

Vajon melyikük azért szép,

mert dicsérik,

vagy melyiknek árt,

ha ócsárolják?

Vajon

a smaragd hitványabb lesz-e, mint volt,

ha nem dicsérik?

Vagy az arany, az elefántcsont,

a bíbor, a kard, a virág, vagy a zsenge fa?

21.

Ha a lelkek tovább élnek,

hogyan képes befogadni őket a levegőég

időtlen-időtől fogva? –

Hát a föld

hogyan tudja befogadni

ugyanannyi időtől fogva

az eltemetettek porhüvelyeit?

Amint itt

az egy ideig még ellenálló porhüvelyek

változása és felbomlása

helyet ad más holttesteknek,

úgy a levegőégbe átszellemült lelkek is

egy ideig még együtt maradnak,

azután szintén változnak,

szétszóródnak, ellobognak,

felszívódnak a mindenség alkotó szellemébe,

így engedve helyet az utánuk következőknek.

Íme,

ez a megoldás,

ha felteszed, hogy a lelkek fennmaradnak.

De nemcsak

azt a tömérdek eltemetett testet

kell figyelembe venni,

hanem

az általunk és más élőkhöz által

napról napra elfogyasztott lényekét is.

Hány meg hány emésztődik fel,

s hogy úgy mondjam,

temetődik el a táplálkozók testében?

S mégis befogadja őket a tér,

mert vérré válnak, mert párává,

életadó meleggé változnak.

Hogyan lehet

ebben a kérdésben

felderíteni az igazságot?

Ha az ember elkülöníti az anyagot a formáló erőtől.

22.

Ne kalandozz ide-oda!

Bármibe kezdesz,

ne térj el az igazságtól,

és bárhová visz képzeleted,

őrizd meg tisztánlátásodat.

23.

Világrend!

Minden,

ami neked megfelel, nekem is megfelel.

Semmi nincs nekem

korán vagy későn,

ami neked idejében van.

Természet!

Mindaz kedves termés számomra,

amit évszakaid hoznak:

minden tőled ered, benned él, hozzád tér vissza.

Van, aki azt mondja:

"Kekrops kedves városa",[35]

és te ne mondanád, "Zeus kedves városa"?

24.

"Ne fogj sokfélébe, ha lelki nyugalmat akarsz!"[36]

Vajon nem jobb-e

csak azt cselekedni, ami szükséges,

mégpedig

annyit, amennyit

a természettől közösségi életre rendelt lény

belátása kíván,

és úgy, ahogy kívánja?

Mert ez nemcsak a jól,

hanem a mértékkel kiválasztott

munka

lelki elégtételével is jár.

Hiszen legtöbb beszédünk és tettünk

nem szükségszerű,

tehát aki elvesz belőlük,

több nyugalomra, kevesebb izgalomra számíthat.

Éppen ezért

minden dolgodban

emlékeztess magad,

hogyan nem a feleslegesek közül való-e.

De

nemcsak

a felesleges tetteket

kell kiküszöbölnöd,

hanem az ilyen gondolatokat is,

mert így

a belőlük fakadó cselekedetek sem következnek be.

25.

Próbáld meg,

sikerül-e

talpig derék ember módjára élned,

aki nem zúgolódik

a mindenségtől neki osztott sors ellen,

s beéri azzal,

hogy ő maga igazságosan cselekszik,

és lelke mindig jóra kész.

26.

Megvizsgáltad-e ezeket?

Most ide figyelj! Ne izgasd magad!

Légy egyszerű!

Vétkezik valaki? Maga ellen vétkezik!

Történt veled valami? Nem baj!

Minden, ami ér,

a mindenség törvénye szerint

kezdetől fogva

elvégeztetett, elhatározott számodra!

Minek a sok szó?

Rövid az élet.

Használd ki a jelent okosan, igazsággal. Szórakozásodban is maradj józan.

27.

A világrend

vagy tervszerű,

vagy pedig keverék összevisszaság,

amit mégis világrendnek hívnak.

Hogyan?

Benned lehet rend,

és a mindenségben csupa tervszerűtlenség volna?

Különösen akkor,

mikor minden,

bár elválasztva és szétszórva,

mégis egybevág?

28.

Van

sötét jellem,

asszonyos jellem,

makacs jellem,

vad,

bestiális,

gyerekes,

lány,

csalfa,

alantas,

hamis,

zsarnoki jellem.

29.

Ha idegen a világban az,

aki nem tudja, mi van benne,

nem kevésbé idegen az is,

aki nem tudja, mi történik benne.

Szőkevény az,

aki a közösségi élet rendje elől megfutamodik;

vak, aki látó szemmel szemet huny;

koldus, aki másra szorul,

és nem tud megteremteni a maga erejéből mindent,

ami az élethez szükséges.

Kelevény a világ testén az,

aki a közös természet szellemétől

eltávolodik,

szakít vele,

ha

az élet esetlegességei miatt

kedvét veszti.

Hiszen e bajok onnan valók,

ahonnan te is jöttél!

Pártot üt

a világ alkotmánya ellen az,

aki saját lelkét

az eszes lények

egy és oszthatatlan közösségéből

kiszakítja.

30.

Az egyik könyv nélkül bölcsekedik,

a másik könyv nélkül,

a harmadik szinte félmeztelenül.

"Kenyerem ugyan nincs

- mondja -,

de azért kitartok az értelem mellett."

Nekem nem a tudomány adja a kenyeret,

mégis hű maradok hozzá.

31.

Szeresd a magad kis mesterségét,

amibe beletanultál,

és találj benne kedvedet.

Ami még hátra van életedből,

úgy éld le,

hogy minden dolgodat

teljes lelkedből az istenekre bízod,

és az emberek közül

egynek sem vagy sem zsarnoka, sem szolgája.

32.

Képzeld magad elé

például Vespasianus korát,

s mindenben a mai állapotokat látod:

az emberek házasodnak, gyermekeket nevelnek,

betegeskednek, meghalnak, harcolnak, ünnepelnek,

kereskednek, gazdálkodnak, hízelegnek, gőgösködnek,

gyanakszanak, acsarkodnak, mások halálát kívánják,

zúgolódnak a jelen miatt,

szeretkeznek, takarékoskodnak,

consulság, uralkodás után sóvárognak.

S egész világuk - csak volt.

Azután térj át Traianus korára:

mindenben ugyanazt találod.

S ez a nemzedék is - csak volt.

Hasonló módon elmélkedj

az elmúlt idők korszakairól,

egész népeknek sorsáról,

s figyeld meg,

hogy rövid küszködés után

mind elestek,

és feloldódtak az őselemekbe.

Főleg azokat vonultasd el lelki szemeid előtt,

akikről magad is tudtad,

hogy hiú dolgokért tülekedtek,

és elhanyagolták

a saját alkatuknak megfelelő cselekvést, ahelyett,

hogy görcsösen ragaszkodtak volna hozzá,

és kedvüket lelték volna benne.

Feltétlenül arra is gondolj,

hogy az egyes cselekedetekre fordított figyelemnek

megvan

a maga értéke

és

mértéke.

Mert,

ha silány dolgokra

nem pazarolsz több figyelmet,

mint amennyi illeti őket,

nem lesz okod bátorságod elvesztésére.

33.

Régebben közhasználatú szavak

ma már szógyűjteményekbe szorultak.

Éppígy régen sokat emlegetett emberek neve

- mint pl. Camillusé, Caesóé, Volesusé, Leonnatusé[37] –

ma már magyarázatot igényel.

Nemsokára erre a sorsra jut

Spicio,[38] Cato,[39]

azután Augustus, majd Hadrianus és Antoninus.

Mert minden az enyészet zsákmánya,

és hamarosan mesévé lesz;

majd a teljes feledésbe merül.

Pedig ezt csak

a csodálatosan ragyogó embersorsokról

mondom.

A többi?

Amint kilehelte lelkét:

"eltűnt nyomtalanul, hírevesztve."[40]

Elvégre, mi az örök hír?

Kongó üresség!

Mi legyen tehát erőfeszítésünk tárgya?

Íme csak ez:

igazságos gondolkozásmód,

közhasznú tevékenység,

állandó igazmondás

és olyan lelki alkat,

mely derűsen fogad mindent, ami éri,

hiszen

szükségszerű, természetes,

és velünk egyazon kútforrásból és forrásból fakad.

34.

Bízd rá magad

saját elhatározásodból Klóthóra,[41]

hadd szője éltedet tetszése szerinte eseményekből.

35.

Minden csak egy napig tart:

a magasztalás éppúgy, mint a magasztalás tárgya.

36.

Szüntelenül elmélkedj azon,

hogy minden változás folytán jött létre.

Szoktasd magad ahhoz a gondolathoz,

hogy a mindenség természete

semmit nem szeret annyira,

mint változtatni azon,

ami van,

és hasonló új dolgokat alkotni.

Mert minden, ami van,

valahogyan csírája annak, ami belőle lesz.

Te pedig úgy képzeled,

hogy csak az a mag,

amit a földbe vagy az anyaméhbe vetnek?

Micsoda fonák felfogás!

37.

Már-már a sír szélén állsz,

s még mindig nem vagy

sem keresetlen, sem nyugodt,

s abban sem vagy bizonyos,

hogy külső erő nem árthat neked.

Még mindig nem vagy szelíd mindenkihez,

még mindig nem szolgálja összes gondolatod

kizárólag az igazságos cselekvést!

38.

Kutatva vizsgáld

az emberek vezérlő értelmét

és azt, hogy

mit kerülnek,

mit keresnek

az okosak.

39.

A te bajod kútfeje

nem másnak a vezérlő értelmében van,

sem a téged környező világ

valami módosulásában vagy változásában.

Hát hol?

Abban, hogy a rosszról gondolkodol.

Ne gondolkodj így, és minden rendbe jön.

Az értelem,

ha a vele annyira összeforrt hitvány testet

akár darabokra vágják vagy égetik,

ha rothadásra vagy senyvedésre kárhoztatják,

akkor is maradjon nyugodt a véleményalkotásban.

Más szóval:

ítéljen úgy,

hogy ami rossz és jó emberrel egyformán megeshetik,

az sem nem rossz, sem nem jó.

Mert ami

a természet ellen

és

a természet szerint élő embert egyaránt éri,

az nincs a természet szerint,

de a természet ellenére sincs.

40.

Mindig gondolj rá,

hogy a világ szinte egyetlen élőlény,

egyetlen anyag, egyetlen lélek;

hogy minden összefügg

ennek egyetlen érzéklésével;

hogy ez mindent

egyetlen belső lendületből csinál;

hogy mindennek, ami csak történik,

együttesen az oka;

hogy mennyire

összekapcsolódott és összefonódott

minden!

41.

Nyomorult pára vagy

- hullát hurcoló -,

mint Epiktétos mondta.[42]

42.

Nem jelent semmi rosszat a lényeknek,

ha éppen elváltoznak,

mint ahogyan az sem jelent jót,

ha valami változás következményeként

éppen formálódnak.

43.

Az idő

a történések folyama és sodró árja.

Minden, mihelyt feltűnt, már el is sodródott.

Majd másutt bukkan fel,

de az is csakhamar elsodródik.

44.

Ami csak történik,

annyira megszokott és magától értetődő,

mint tavasszal a rózsza és nyáron a gyümölcs.

Ilyen a betegség, a halál, a rágalom, a cselvetés:

mindaz,

ami az ostobákat gyönyörködteti vagy búsítja.

45.

Ami bizonyos rend szerint történik,

az mindig szervesen összefügg az előzményekkel.

Nem olyasmi ez,

mint mikor

külön-külön számok

puszta kényszerűségből egymás után vetődnek,

hanem inkább ésszerű összekapcsoltság.

S miként mindaz, ami van,

összhangzó rendben csoportosul,

úgy abban is, ami történik,

nemcsak a puszta egymásután,

hanem szembeötlő módon

valami csodálatos összefüggés is észlelhető.

46.

Mindig tartsd emlékezetedben

Hérakleitos mondását:

a föld halála, ha vízzé lesz,

a víz halála, ha levegővé lesz,

a levegő halála a tűz és viszont.

Gondolj arra az emberre is,

aki elfelejtette, hová visz az útja!

Gondolj azokra,

akik a mindenséget átfogó szellemmel

- pedig a lehető legállandóbban érintkeznek vele –

ellenkezésbe jutottak,

és napról napra előforduló dolgokon

megütköznek.

Gondolj továbbá arra is,

hogy nem szabad

úgy cselekednünk és beszélnünk,

mintha álomban volnánk

- mert úgy tetszik,

mintha akkor is cselekednénk és beszélénk -,

sem úgy,

ahogyan a gyermekek engedelmeskednek szüleiknek,

tisztán csak azzal a megokolással:

így kaptuk a parancsot.

47.

Ha valamelyik isten azt mondaná neked,

hogyan holnap vagy legfeljebb holnapután meghalsz,

ugye, nem csinálsz belőle nagy esetet

- hacsak nem vagy egészen hitvány -,

hogyan holnapután-e inkább, vagy holnap.

Mert ez csak nem különbség?

Éppen így azt se vedd valami nagy dolognak:

hosszú évek múlva-e, vagy holnap.

48.

Állandóan gondolj arra,

hány orvos halt már meg,

akik betegek felett

annyiszor ráncolták szemöldöküket,

hány asztrológus,

akik mások halálát

- mint valami nagy dolgot! –

megjósolták,

hány filozófus,

akik a halálról és halhatatlanságról

vég nélkül tusakodtak,

hány hős,

akik annyi embert leterítettek,

hány zsarnok,

akik,

mintha halhatatlanok lettek volna,

életről, halálról

valami szörnyű góggal rendelkeztek!

Hány egész város volt,

amely - hogy úgy mondjam - meghalt,

mint Heliké,[43] Pompeii, Herculenum,[44]

és más számtalan?

Vedd sorba, akiket ismertél,

egyiket a másik után:

az egyik ennek,

a másik annak a végtisztességéről gondoskodott,

azután őt is kiterítették –

s mindez rövid idő alatt.

Általában

az emberi életet

mindig egy napig tartó,

esendő dolognak tekintsd:

tegnap még embercsíra,

holnap már bebalzsamozott tetem vagy hamu.

Az időnek ezt a kis részét

éld le tehát a természet szava szerint

és távozz békében,

mint ahogyan az érett olajbogyó leesik,

áldva életre fakasztóját,

hálátelten termőfája iránt.

49.

Légy, mint a szirtfok,

melyet a hullámok folyton csapkodnak;

az pedig rendületlenül áll,

s körülötte elcsöndesül a habzó forgatag.

"Milyen szerencsétlen vagyok, hogy ez történt velem!"

Ne így!

Hanem így:

Boldog vagyok,

mert bár ez történt velem,

továbbra is derűs az életem:

a jelen nem tört meg, a jövőtől nem félek.

Ilyesmi bárkivel megeshetik,

de nem mindenki őrizte volna meg közben lelki békéjét.

Miért

inkább szerencsétlenség az,

mint amennyire szerencse ez?

Egyáltalán

szerencsétlenné teheti-e az embert az,

ami nem kudarca az emberi természetnek?

Vagy talán

az emberi természet kudarcának tartod-e azt,

ami nincs természetének szándéka ellenére?

Hát akkor?

Ezt a szándékot jól ismered.

Vajon,

ami veled történt,

meggátol-e téged abban,

hogy igazságos, nagylelkű, józan, belátó,

megfontolt, igazmondó, szemérmes, szabad légy

és más olyan tulajdonságokkal ékes,

melyeknek birtokában

az emberi természet teljesnek mondható?

Mindenben,

ami bánatot okoz neked,

jusson eszedbe a következő alapelv:

nemcsak hogy nem szerencsétlenség,

ami történt,

hanem olyasmi,

amit derekasan elviselni egyenesen szerencse.

50.

Közismert,

mégis célravezető segítség

a halál megvetésére,

ha emlékezetünkbe idézzük azokat,

akik görcsösen ragaszkodtak az élethez.

Mert többet nyertek-e ezek,

mint az idő előtt elköltözöttek?

Végre mégiscsak elpihentek:

Cadicianus, Fabius, Julianus, Lepidus,[45]

és a hozzájuk hasonlók,

kik sok embert kikísértek,

azután őket is kikísérték,

általában nem sok idő múlva,

és azt is mennyi baj,

milyen emberek között,

milyen testben küszködték át!

Ne tartsd hát olyan fontosnak!

Tekints vissza

az idő feneketlen szakadékába

a múltban,

és másfelől a jövő végtelenségébe!

Ha ezt nézed,

különbség-e a három nap,

vagy a három hosszú emberöltő?

51.

Járj mindig a legrövidebb úton.

A legrövidebb út pedig a természet útja.

Minden szavunk és tettünk

legyen ezért teljesen romlatlan.

Az ilyen elhatározás

eltávoztatja tőlünk

a kellemetlenséget, küszködést,

alakoskodást és hanyavetiséget.

ÖTÖDIK KÖNYV

1.

Reggel,

ha nehezedre esik a felkelés,

gondolj tüstént rá:

"Arra ébredek,

hogy emberhez méltóan munkálkodjam.

Rosszul esnék-e annak végzésére indulnom,

amiért születtem,

aminek kedvéért a világra jöttem?

Vagy arra rendeltettem-e,

hogy párnámon heverészve melengessem magam? –

Mindenesetre ez élvezetesebb!

- De hát élvezetre születtem-e?

Általában

tétlenségre-e, vagy tevékenységre?

Nem látod-e,

hogy a növények,

a verebek, a hangyák, a pókok, a méhek

megteszik a magukét,

és a maguk részével

hozzájárulnak a világ harmóniájához?

S te nem akarsz emberi kötelességeidnek eleget tenni?

Nem sietsz a természetedtől kijelölt cél felé?

- De hát pihenni csak kell!

- Kell! -, én is azt mondom.

De a természet

megszabta a pihenés mértékét,

mint ahogyan megadta az evését és az ivását is.

Mégis

túllépsz a mértéken, az elegendőn.

Bezzeg a munkában már nem,

hanem megmaradsz a lehetőségen belül.

Mert nem szereted önmagad!

Különben szeretnéd természetedet és szándékát!

Mások,

akik szeretik mesterségüket,

mosakodás nélkül,

étlenül senyvednek munkájuk mellett,

te pedig kevesebbre becsülöd természetedet,

mint a szobrász a képfaragást,

a táncos a táncot,

a kapzsi a kincset,

a hiú a hírt.

Ezek,

ha elfogja őket a szenvedély,

inkább sem enni, sem aludni nem kívánnak,

csak hogy előbbre vihessék,

amire lelküket feltették.

S a te szemedben

a közhasznú tevékenység

silányabb, kisebb erőfeszítésre méltó?

2.

Milyen könnyű dolog

elkergetni, elnyomni

minden bántó vagy kényelmetlen képzetet

és tüstént teljes lelki nyugalomban lenni!

3.

Tekintsd magad méltónak

minden olyan beszédre és tette,

ami a természet szerint van.

Ne hasson rád,

ha mások korholnak vagy megszólhatnak emiatt,

hanem,

ha valami szépet tehetsz vagy mondhatsz,

ne tartsd magad méltatlannak hozzá.

Az embereknek ugyanis

megvan

a saját irányító felfogásuk,

és saját hajlamukat követik.

Mindezt azonban te ne vedd figyelembe:

menj egyenesen előre,

kövesd a magad és a mindenség természetét.

Mindkettőnek útja egyébként egy és ugyanaz.

4.

Járom a természettől kiszabott utat,

míg összeroskadva nyugalomra nem térek,

és vissza nem lehelem a lelkem oda,

honnán naponként lélegzem,

és vissza nem esem oda,

ahonnan atyám éltem csíráját,

anyám a vért,

dajkám a tejet vette;

ahonnan annyi év óta

napról napra étellemet és italomat kapom:

arra,

ami engem járás közben hordoz,

és amit annyiféleképpen felhasználok.

5.

Az eszeden

nincs mit csodálniuk az embereknek

- lehet,

de van ám sok más dolog,

amire nem mondhatod:

"Erre nem születtem."

Szerezd hát meg magadnak azt,

ami teljesen tőled függ:

légy őszinte, méltóságteljes, munkabíró,

ne hajhászd kifogásnak

az alkalmatlanságot, a rátermettség hiányát?

Te pedig

szántszándékkal

alatta maradsz a mércének?

Vajon a rátermettség hiánya kényszerít rá,

hogy zúgolódj,

az élethez görcsösen ragaszkodj,

hízelegj,

testi állapotodat okold,

hogy tetszelegj,

hogy komolytalan légy,

hogy lelkednek annyi nyugtalanságot okozz?

Nem!, az istenekre nem!

Mindezeket a hibákat már régen levetkőzhetted volna,

s legföljebb csak azzal vádolhatnának,

hogy valóban lassúbb, nehezebb felfogású vagy.

Ezen is segítened kell azonban gyakorlással,

s nem szabad elnézned magadnak

ezt a mentségedet,

vagy éppen tetszelegned benne. az élvezetet, (?)

ne elégedetlenkedj sorsoddal,

légy kevéssel beérő,

jóindulatú, szabad, komoly, keresetlen, nagylelkű.

Nem érzed-e,

hogymennyi mindent meg tudnál szerezni,

amire nem hozhatod fel

6.

Van olyan ember,

aki, ha embertársával jót tett,

azonnal kész a hálát számlázni.

Van olyan,

aki ezt ugyan nem teszi meg,

de azért befelé mégiscsak adósának tekinti a másikat,

s nagyon is tudatában van jótéteményének.

Más viszont

egyáltalában nem tartja számon, amit tett,

hanem hasonlatos a fürtöt termő szőlőtőhöz,

mely ha egyszer meghozta gyümölcsét,

semmi mást nem kíván többé.

A jótékony ember,

akárcsak a ló, ha futott,

a kutya, ha vadra bukkant,

a méh, ha mézet gyűjtött,

nem veri dobra tettét,

hanem tovább folytatja áldásos munkáját,

mint ahogyan a szőlőtő,

ha eljön az ideje, ismét meghozza a maga fürtjét.

- Azokhoz kell-e tehát csatlakozni,

akik szinte öntudatlanul teszik, amit tesznek?

- Igen! –

De mégiscsak tudatosan kell eljárni!

Társas életre született lénynek

- mint mondani szokták –

megkülönböztető vonása, hogy tudja:

közhasznú tevékenységet fejt ki,

sőt - Zeusra! - azt is akarnia kell,

hogy embertársai is tudomást szerezzenek erről.

- Igaz, amit mondasz,

mégsem fogod fel helyesen

az előbbi szavaim értelmét.

Éppen ezért

azokhoz kell számítsalak,

akikről fentebb megemlékeztem.

Azokat is

az igazság valami látszata vezeti félre.

Ha igazán be akarsz hatolni szavaim értelmébe,

ne félj,

emiatt sohasem mulasztasz el

egyetlen közhasznú cselekedetet sem.

7.

Az athéniek így imádkoznak:

"Adj esőt, adj esőt, kedves Zeus,

az athéniek földjére és mezejére."

Vagy így kell imádkozni,

egyszerűen, szabad emberhez méltó módon,

vagy sehogy.

8.

Gyakran mondják:

"Asklépios[46]

ennek a lovaglást,

hideg fürdőt,

mezítlábas kúrát rendelt."

Éppígy mondhatjuk:

"A közös természet

ennek betegséget, rokkantságot, csonkaságot,

vagy más ilyesmit rendelt."

A "rendelt" szó az előbbi esetben azt jelenti,

hogyan az istenség ezeket a dolgokat

az egészség érdekében rendelte el,

az utóbbiban pedig azt,

hogy, ami az embert éri,

az végzetének megfelelően rendeltetett el számára.

Hasonló módon mondjuk,

hogy illik valami hozzánk,

mint ahogyan

a falakat és piramisokat építő

kőművesek mondják

a bizonyos együttesbe

harmonikusan beilleszkedő

kőkockákról:

"Ez ide illik."

Általában csak egy harmónia van.

Amint a világrend,

ez a nagy test,

minden test összességének eredményéről,

úgy a végzet,

mint a végső ok,

az összes ható okból szövődik össze.

Azt,

amit mondok,

a legtudatlanabb emberek is megértik.

Mert azt mondják:

"Sorsa így hozta magával."

Vagyis ez lett az osztályrésze,

ez rendeltetett számára.

Vegyük tehát a sors rendeléseit úgy,

mint Asklépiosét:

bizonyára ebben is van sok kellemetlen,

mégis jó szívvel vesszük

az egészség reményében.

Tekintsd úgy,

hogyan a közös természet rendelésének

megvalósítása és teljesülése

a te egészséged.

Mindent, ami történik,

még ha irgalmatlannak tetszik is,

fogadj szívesen,

mert hiszen célja a világrend egészsége,

Zeus boldogulása és sikere.

Mert akármi történik az emberrel,

az mind egyetemes érdekből történik.

Hiszen nincs természet,

mely a törvénye alatt élő lénynek olyasmit rendelne,

ami nem felel meg neki.

Íme a két érv,

melyek alapján szívesen kell fogadnod,

ami téged ér!

Először:

veled történt,

neked rendeltetett,

valami módon veled volt vonatkozásban,

mert sorsoddal

felülről

a legőszibb okokig visszamenőleg összekapcsolódott.

Másodszor:

mindaz,

ami az egyes emberrel történik,

a mindenséget átfogó erő számára

föltétele a sikernek,

a beteljesülésnek,

sőt - Zeusra mondom - a fennmaradásnak.

Mert megcsonkul az egész,

ha valamit

akár a részek,

akár az okok

összekötöttségéből és összetartozásából elveszel. Márpedig elégedetlenkedéssel elveszel,

és bizonyos módon csorbítod, ha rajtad múlik.

9.

Ne utálkozzál,

ne veszítsd el bátorságodat és buzgalmadat,

ha nem sikerül

mindig mindent

helyes alapelvek szerint elintézned.

Ha valami nem ment rendjén,

fogj hozzá még egyszer,

és örülj,

ha cselekedeteid nagyobb része emberhez méltó.

S szeresd azt, amihez visszatérsz.

A filozófiához ne úgy térj vissza,

mint a gyermek az iskolamesterhez,

hanem mint a szemfájós a szivacshoz és tojáshoz,

a másik beteg a tapaszthoz, vagy a vízkúrához.

Mert így nem hivalkodsز azzal,

hog्य engedelmeskedsz az értelemnek,

hanem inkább megnyugvást találsz benne.

Ne felejtsd el,

hogy a filozófia és a természet egyet akar,

te azonban mást,

nem a természet szerint valót óhajtasz.

Melyikük kívánatosabb?

Nemde az élvezet is

a természetesség köntösében vezet minket félre?

Vizsgáld csak meg,

nem kívánatosabb-e

a nagylelkűség,

a szabadság,

az egyszerűség,

a lelki nyugalom,

és a gáncstalan élet!

S van-e valami kíváncsabb az értelemnél,

ha arra gondolsz,

hogyan a megfigyelés és a tudás képessége

minden körülmények között

sértetlenül és sikert biztosítónak érvényesül?

10.

A világ dolgai

valamiképpen olyan homályba burkoltak,

hogy nem kevés filozófus

- mégpedig nem is a hétköznapiak -

szemében

teljességgel érthetetlennek tűntek.

Még a sztoikusok véleménye is az,

hogy legalábbis nehezen felfoghatók.

S minden velük kapcsolatos fogalmunk változó.

Mert hol az az ember,

aki véleményét soha nem változtatta?

Vedd most sorjába a megismerés tárgyait!

Milyen esendő, hiábavaló dolgok,

és ráadásul bárki hatalmába kerítheti őket:

akár egy erkölcstelen férfi vagy nőszemély,

akár egy rabló!

Vess azután egy pillantást kortársaid erkölcsére!

Közülük

még a legelfogadhatóbbat is

alig állja ki az ember,

nem is szólva róla,

hogyan van,

aki önmagát is nehezen tudja elviselni.

Hogy az anyagnak, időnek, mozgásnak,

mozgó tárgyaknak ilyen homályában,

piszkában és áradatában

mi az, amit becsülni lehet,

vagy ami után egyáltalán törekedni lehetséges,

nem értem.

Mindezzel szemben az a kötelességed,

hogy magadat lélekben megerősítve

várd be a természetes felbomlást.

De nem türelmetlenül,

ha késik,

hanem e gondolatokban megnyugodva:

először,

semmi sem érhet,

ami nincs a közös természet rendje szerint;

másodszor,

csak tőlem függ,

hogyan istenem és szellemem ellenére

semmit se kövessék el.

Mert nincs ember,

aki az ő akaratuk áthágására kényszeríthetne.

11.

"Vajon mire használok most lelkemet?" –

Ezt a kérdést kell feltennem minden alkalommal,

és meg kell vizsgálnom,

mi megy most végbe abban a részemben,

amit vezérlő értelemnek neveznek.

S kinek a lelke az én lelkem?

Csak nem gyermeké vagy sihederé,

vagy asszonyé, vagy zsarnoké, vagy vadállaté?

12.

Hogy milyenek azok a dolgok,

amiket a tömeg jónak ítél,

azt a következőkből is láthatod:

Ha valaki meggondolja,

mi az, amit valóban jónak tarthat

- a belátás, a mértékletesség, az igazságosság, a bátorság -,

ha mondom,

ezt előre megfontolta,

hallani sem bírja a szólásmondást:

"a nagy bőségtől"[47]

- mert ez valahogy nem vág ide.

Aki azonban a tömeg szerinti javakra gondol,

az bizony végighallgatja

és ellentmondás nélkül elfogadja

a komikus költő mondását mint találó megjegyzést.

Lám,

a tömeg is így fogja fel a különbséget,

másként az első esetben

nem ütköznék meg a mondáson,

s nem találná helytelennek;

ezzel szemben

a gazdagságról

és a szerencsének

fényűzésre és hiú dicsőségre szolgáló ajándékairól

találó és szellemes megjegyzésként

elfogadjuk.

Menj csak tovább,

tedd fel a kérdést:

vajon lehet-e becsülni,

a javak közé számítani az olyan dolgokat,

melyeket ez a mondás jellemez találóan:

"gazdájuk a nagy bőségtől azt sem tudja,

hol végezze el szükségét."

13.

Formáló erőből és anyagból állok;

egyik sem pusztul el a semmibe,

mint ahogyan egyik sem lett semmiből.

Tehát lényem minden része elváltozik,

és ezáltal a világ valamilyen részévé átformálódik,

ez ismét a világ egy másik részévé változik,

s így tovább a végtelenségig.

Magam is ilyen változás eredménye vagyok,

nemzőim is,

s így vissza,

egészen a végtelenségig.

Mert nincs semmi akadály,

hogy így beszéljünk,

még ha a világ folyása

megszabott időszakokra tagolódik is.

14.

Az ész

és

a gondolkodás

olyan képességek,

amelyek elegendők önmagunknak

és a tőlünk függő cselekedeteknek:

kiindulnak saját alapelvükből,

s egyenest a kitűzött cél felé törnek.

Az ilyen cselekedeteket

egyenes cselekedeteknek szoktuk mondani –

ezzel is jelezve,

hogyan az út egyenes.

15.

Nem mondhatjuk

emberinek

azokat a dolgokat,

amelyek

az embert mint embert

nem érintik.

Nem kívánjuk őket az embertől,

az emberi természet sem kecsegtet velük,

és nem is tökéletesedik általuk,

tehát

sem az ember elé kitűzött célt nem foglalják magukba,

sem a cél elérésének eszközét,

a jót.

Hiszen

ha közülük csak egy is az emberre vonatkoznék,

már nem lehetne megvetni őket,

vagy szembehelyezkedni velük,

s az sem lenne dicséretre méltó,

aki nem szorul rájuk.

Ha

igazi javak volnának,

nem akadna derék ember,

aki valamelyikükből kevesebbel is beéri.

Márpedig annál derekabb az ember,

minél több efféle vagy hasonló dologról mond le,

vagy minél nyugodtabban tűri a hiányukat.

16.

Amire az ember gyakran gondol,

az meghatározza a gondolkodásmódját,

mert a képzetek mintegy átítatják a lelket.

Tehát

ítasd át lelkedet szüntelen ilyen gondolatokkal:

Ahol élni lehet,

ott jól is lehet élni.

Az udvari környezetben

pedig lehet élni,

tehát az udvarban is lehet jól élni. –

Továbbá:

Minden egyes élőlény

arra tör,

aminek a kedvéért megalkották.

Amire pedig tör,

abban a célja.

Ahol a célja,

ott a haszna és a java.

Az értelmes lény java a közösség.

Mert hogy mi közösségre születtünk,

az régen bizonyított tétel.

Vagy nem szembeszökő-e,

hogy az alacsonyabb rendű lények

a magasabb rendűekért vannak,

a magasabb rendűek meg egymásért?

Márpedig a léleknélkülieknél

magasabb rendűek a lelkesek,

a lelkesek közül pedig az értelmesek.

17.

Őrütség

lehetetlenséget hajszolni;

márpedig lehetetlen,

hogy a hitvány emberek másképp cselekedjenek.

18.

Senkivel sem történik olyasmi,

aminek az elviselésére nem termett.

Mással is megesik ugyanez,

s vagy tudatára sem ébred,

hogymi történt vele,

vagy lelki nagyságával kérkedve

megőrzi nyugalmát rendületlenül.

Márpedig mégiscsak rettenetes volna,

ha a tudatlanság és a tetszelgés

többre menne,

mint a belátás.

19.

A külső dolgok

a lelket a legkevésbé sem érintik:

nem férközhetnek hozzá,

tehát át sem hangolhatják,

izgalomba sem hozhatják.

Áthangolni,

izgalomba hozni

csak a lélek tudja önmagát.

A külső dolgokat

pedig olyanokká formálja a maga számára,

amilyen ítéletek alkotására méltatja önmagát.

20.

Bizonyos tekintetben

az ember áll hozzánk a legközelebb,

mert ő az,

akivel jót kell tennünk,

és akit el kell tűrnünk.

Ha azonban

embertársam akadályozná

az én sajátos feladatomat,

az ember is csak egy lesz szememben

a közömbös jelenségek közül,

akár a nap, a szél, vagy az erdők vadja.

Igaz,

hogy csak bizonyos cselekvést akadályozhat meg,

mert a törekvésnek és a hajlamnak nincs akadály,

hiszen eleve számoltam a feltételekkel,

és cselekvésemnek más irányt adhatok.

Mert az értelem

minden akadályát

átformálja, átváltoztatja közvetlen céljá.

Így lesz

a cselekvést gátló akadályból cselekvés,

az út torlaszából út.

21.

Tiszteld

a világ jelenségei közül

a legfőbbet:

azt, ami mindent felhasznál, és mindent irányít.

Hasonlóképpen tiszteld

lényed legfőbb részét:

azt, ami az előbbivel egy törzsből fakad.

Mert benned is ez használja fel a többi részt,

és ez igazgatja éltedet.

22.

Ami a közösségnek nem árt,

az a közösség tagjának sem árt.

Valahányszor azt képzeled,

hogy bántalom ért,

ez legyen a mércéd:

Ha a közösség ezáltal nem szenved kárt,

akkor nekem sincs károm,

ha pedig a közösséget kár éri,

nem szabad haragudni a kártevőre,

hanem inkább rá kell mutatni,

miben vétett.

23.

Gyakran elmélkedj róla,

hogyan a meglevő és keletkező dolgok

milyen gyorsan sodródnak és tűnnek el.

Az anyag szakadatlanul áramló folyó;

a természet tevékenysége

folytonos változásban nyilvánul meg,

a végső ok

ezer meg ezer fordulat szövevényében

bujkál.

Szinte semmi állandó nincs,

s lábunknál tátong

a múlt és jövő

feneketlen, mindent fölfaló mélysége.

Hogyne volna hát esztelen,

aki ilyen körülmények között

felfuvalkodik

vagy szorong,

vagy jajgat,

mintha valami akár egy ideig,

akár tartósabban kellemetlenséget okozhatna.

24.

Gondolj

az egész mindenség anyagára,

melyből egy csepp a tiéd,

az örökkévaló időre,

melyből a számodra kiszabott rész rövid pillanat.

Hát a mindenség sorsa?

Hányadik hányada ennek a tiéd?

25.

Hibát követ el valaki ellenem?

Az ő dolga!

Mindenkinek megvan

a maga lelki adottsága és cselekvési módja.

Az enyém most az,

amit a közös természet éppen nekem szánt,

és azt cselekszem,

amit természetem szerint éppen cselekednem kell.

26.

Lelked

vezérlő és parancsoló része

maradjon távol a test izgalmaitól,

akár kellemesek, akár kellemetlenek,

ne vegyüljön össze velük,

hanem sáncolja körül magát,

az érzéshullámok korlátozódjanak a test tagjaira.

Ha azonban valami együttérzés

mégiscsak összekötné őket az értelemmel

- hiszen az értelem is a testhez tartozik -,

akkor a természetes érzés ellen

nem kell tusakodni,

de képzetet,

mintha itt jóról vagy rosszról volna szó,

a vezérlő elme önmagától ne fűzzön hozzá.

27.

Élj együtt az istenekkel.

Az istenekkel

pedig az él együtt,

aki sorsával megbékült,

génuszának akarata szerint cselekvő lelket

tár eléjük.

A géniuszt Zeus adta az embernek

irányítóul és vezérül,

mint saját kiszakított részét.

Ez pedig az ember esze és értelme.

28.

Csak nem haragszol a bakszagúra?

Vagy a bűzös leheletűre?

Mit akarsz tőle?

Olyan a szája, olyan a hónalja!

Nem is lehet más szaga!

- De hiszen (ez az ellenvetés)

az embernek van értelme,

és ha egy kicsit figyel, rájön, miben hibázik.

- Helyes! Tehát neked is van értelmed.

Értelmeddel hass az ő értelmére.

Mutass neki utat, figyelmeztess.

Ha rád hallgat, meggyógyítod,

s akkor fölösleges a harag.

Csak ne tragikus színész vagy utcalány módjára!

29.

Már most is élhetsz úgy,

ahogy akkor akarsz,

amikor majd távoznod kell.

Ha pedig a körülmények nem engedik ezt meg,

akkor távozz az életből,

de ne úgy, mintha méltánytalanság ért volna.

Itt füst van, távozzom.

Miért hiszed ezt olyan nagy dolognak?

De amíg nem kényszerít ilyen ok,

maradok szabadon,

és senki meg nem gátolhat,

hogyan azt tegyem, amit akarok.

Akarni pedig azt akarom,

ami az értelmes és közösségi életre teremtett lény

természetének megfelel.

30.

A mindenség értelme

együttműködésre törekszik,

tehát az alacsonyabb rendű teremtményeket

a magasabb rendűek kedvéért alkotta,

a magasabb rendűeket pedig

egymással összhangba hozta.

Ugye,

te is látod,

hogyan rendelte

egymás alá, egymás mellé a dolgokat,

hogyan osztotta ki az egyes dolgok osztályrészét

értékük szerint,

hogyan hozta egymással egyetértésbe

a magasabb rendű lényeket?

31.

Hogyan viselkedtél

mind a mai napig

az istenekkel, szüleiddel, testvéreiddel,

feleségeddel, gyermekeiddel, tanítóiddal,

nevelőiddel, barátaiddal, háznépeddel szemben?

Elmondhatod-e ma is

mindnyájukkal kapcsolatban:

Szóval, tettel nem bántottam meg soha senkit?[48]

Emlékezz vissza,

milyen helyzeteken vergődtél át,

mennyi mindennel szembenéztél sikerrel.

Vedd számba,

hogy életismereted immár teljes,

hogy szolgálatodat leszolgáltad,

hogy mennyi szépet láttál,

hogy mennyi élvezet és fájdalom fölött maradtál úr, hogy hány hiú kitüntetés fölött néztél el,

hány hálátlan emberrel szemben tanúsítottál jóindulatot.

32. Hogyan lehetséges, hogy nyers, tanulatlan lelkek is megzavarhatnak finom, kiművelt lelket? Milyen a finom, kiművelt lélek? Ismeri a kezdetet és a véget, a mindenség anyagát átható értelmet, amely a világegyetemet az idők végtelenségén át, de előre megszabott korszakok rendjében kormányozza.

33.

Maholnap

hamu és csontváz

vagy, puszta név, vagy még név sem.

S a név?

Hang és visszhang.

S az életnek oly sokra becsült javai?

Üresség, rothadás,

kicsinyesség, kutyák marakodása,

majd kacagó, majd síró gyermekek perpatvara.

A hűség, a szemérem, az igazságosság, és igazság:

Tágas földünkről elszálltak a büszke Olympra.[49]

S téged mi tart még itt vissza?

Hiszen minden érzéki

esendő és éppen nem állandó;

az érzékek vakok,

könnyen csalódók;

maga a pára-lélek csak gőze a vérnek.

Ilyen emberek között híresnek lenni –

micsoda üres semmiség!

Mi legyen a teendő?

Bevárod nyugodt lélekkel a véget,

akár pusztulás lesz, akár elváltozás.

S míg ennek pillanata eljön, mit érdemes tenned?

Mi mást, mint

tisztelni, áldani az isteneket,

jót tenni az emberekkel,

tűrni őket és kitérni előlük.

Gondold meg továbbá,

hogy ami tested és páralelked határain belül esik,

az sem a tied, az sem tőled függ.

34.

Életed folyása

mindig egyenletes lehet,

ha egyenes úton jársz,

ha elvszerűen gondolkodol és cselekszel.

Íme két alapelv,

mely egyformán érvényes

isten, ember, és általában minden értelmes lény lelkére:

először,

hogy külső akadály nem létezik számára,

másodszor,

hogy igazi java az igazságos szándék és tett,

s vágya ki is merül ebben.

35.

Ha valami nem az én hibám,

és nem is következménye az én hibámnak,

sem a köznek nem árt,

mit nyugtalankodom miatta?

Hogyan árthatna akkor a világrendnek?

36.

Egyáltalán ne engedd,

hogy képzeleted elragadjon.

Segíts másokon

tehetséged és érdemük szerint,

még akkor is,

ha az, amit elvesztettek, közömbös dolog volt.

De ne képzeld

az emberek rossz szokása szerint,

hogyan ez igazi veszteség,

hanem tégy te is úgy,

mint az az öreg,

aki távoztában elkérte tanítványától a játéksígját,

de nem felejtette el,

hogyan az csak csiga.

No lám,

most

a tömeg tapsait hajszolod

a szónoki emelvényen.

Ember, elfelejtetted-e,

milyen dicsőség ez?

- Hiszen az emberek annyi fáradozást pazarolnak rá!

- Hát azért neked is esztelennek kell lenned?

Én azelőtt,

bármely pillanatban leptek volna is meg,

boldog ember voltam.

Az a boldog,

aki kedvező sorsot biztosít magának.

S a kedvező sorsot

a lélek jó hajlamai, jó vágyai, jó cselekedetei jelentik.