

اندرزهای

# ایکتوس حکیم

---

ترجمه  
رشید یاسمی

---

از نشریات

مؤسسه خاؤ

طهران آبانماه ۱۳۱۲

---

چاپخانه فردین و برادر



اندرزهای  
ایکتوس حکیم

اسکن شد

ترجمه  
رشید یاسمی

کتابخانه  
تاریخ اسلام و ایران  
۱۳۶۶

طهران آبانماه ۳۱۲

چاپخانه فردین و برادر

## مقدمه

چنین گوید نویسنده این سطور که رساله بدست آمد مشتمل بر خلاصه مفاوضات عالم عامل و حکیم کامل اپیکتوس [۱] یونانی از حکمای قرن نخستین میلادی و پیرو آئین فلسفی رواقیان [۲] «اهل المظال» که یکی از دانشمندان فرانسوی فرانسوا-تورو [۳] نام از یونانی بلغت فرانسوی ترجمه کرده بود. چون آن رساله را حاوی اصول

---

[۱] Epictète

[۲] در فرانسه استوئی سین Stoïciens گویند مشتق از لفظ استویکوس یونانی که بمعنی رواق و سایبان و درگاه است. وجه تسمیه آنکه مؤسس این طایفه معروف بزینون درمدخل رواقی بشاگردان خود تعلیم میداده است.

[۳] François Thurot

حکمت رواقی و مؤید صفات حمیده و  
مؤکد خصال جمیله مانند حلم و نجدت و  
کبر نفس و سکون و دلیری و وقار و  
بردباری و ثبات یافتیم که آن جمله در اکثر  
نفوس اهل زمان روی بضعف دارد و شك  
نیست که در زمان قدیم اساس پیشرفت ملل  
غالب و اقوام پیشرو مانند ایرانیان و رومیان  
و غیره بوده است بر آن شد که به تبدیل  
کسوت الفاظ آنرا از فرانسوی بفارسی  
نقل کند و بهتر دید که تفنن رادرنگارش آن  
از سبک انشاء رایج زمان عدول و بشیوه  
کهن رجوع کند تا جامه لفظ بایکرمعانی  
از حیث قدمت سازگارتر و مناسب تر افتد.  
و توضیح را گوئیم که حکمای رواقی

در اعراض از زخارف و تحمل شدائد و  
حفظ ثبات و آرامش نفس و تنکیب غضب  
و شهوت مشهورند و اقوال زینون و  
خروسبس مؤسس آن طریقت و مار کوس  
اورلیوس امپراطور روم که مجموعه  
تفکرات او را طالبوف طاب ثراه پیارسی  
ترجمه کرده است و دیگر بزرگان رواقی  
طالبان حکمت و سالکان سبیل سعادت را  
بیردباری در مقابل حوادث و جستجوی  
خیر و تحصیل ملکه تقوی و اجتناب از  
لذات و تمتعاتی که مانع نیل بکمال است  
راهنمایی میکنند و این مطالب که در ظاهر  
بگفتار عوام صوفیه شبیه و در اکثر نفوس  
آن طایفه موجب عظمت و کسل شده است

در نزد حقیقت شناسان سرمایه کوشش و  
جد و جهد است چنانکه مار کوس امپراطور  
روم شکوه پادشاهی و جلال لشکر کشی  
را با این سنخ اندیشه ها توفیق داده بود  
و مردم روم قاطبه از میامن صفت بردباری  
و مقاسات شداید و مصارعت حوادث به  
ذکر جمیل و سلطنت جهان رسیدند چون  
مصائب خارجی را در نفوس آن قوم اثری  
بیشتر نماند بر خشک و تر گیتی فرمانروا  
شدند و بر اقوام تنبل و رقیق القلب و نا  
بردبار سیادت یافتند . چنانکه در لغات  
اروپائیان از لفظ استوئی سین (رواقی)  
مشتقاتی متداول شده و دلالت بر ثبات و  
صبر و دوام کوشش و رزانت رأی و قوت

اراده دارد.

شهرستانی درملل و نحل راجع بطریقه  
روایان گوید: «نقلوا عن افلاطون استادهم  
انك لن تجد الناس الا رجلين اما مؤخرأ في  
نفسه قدمه حظه او مقدماً في نفسه اخره  
دهره فارض ما انت فيه اختياراً و الا  
رضيت اضطراراً». اپیکتوس در شهر  
هیراپولیس [۱] فروغیه [۲] متولد شد و  
چندی غلام اپافرودیت [۳] بود و در آن  
اوان باصغای مواعظ و دروس حکیم رواقی  
موسونیوس روفوس [۴] که از مشاهیر  
حکمای عهد نرون امپراطور روم بود نایل آمد

---

[۱] Hiéropolis [۲] Phrygie [۳] Epaphrodite [۴] Musonius Rufus



وچنان اصول رواقی را فرا گرفت که از  
عالمان با عمل شد گویند روزی خواجه  
ستمکار او پایش را در آلت شکنجه نهاد و  
سخت یفشرد ایکتوس تبسم کنان گفت  
«این را خواهی شکست» و چون پایش  
بشکست باز با همان طمانینه گفت: «ترا  
نگفتم که این را خواهی شکست؟» چون  
آزاد شد پیشه حکمت پیش گرفت زیرا  
که در آن زمان حکمت هم پیشه و  
حرفه بود حکیمان از دیگر مردمان  
امتیاز داشتند نه فقط در تفکر و قوت  
ادراک بلکه در طرز زندگانی و سخن  
گفتن؛ کلمات و مصطلحات و آداب خاص  
داشتند.

هیئت و سیمای آنان هم از دیگران ممتاز  
بود رنگی زرد و چهرهٔ عبوس و محاسنی  
بلند داشتند چنانکه امروز کشیشان مسیحی  
از مردمان عادی در جامه و هیئت امتیاز  
دارند و مانند کشیشان اگر چه از خلاق  
اعتزال می‌جستند غالباً مورد حب و بغض  
بروند.

اپیکتوس زن و فرزند نداشت در کلبهٔ  
خراب و بی‌در و کاشانهٔ خالی و محقر  
می‌زیست که جز مفرشی که خود بر آن  
می‌خفت هیچ‌طراری کالائی در آن نمیافت  
آنگاه که فرمان امپراطور و مجلس  
سنای رم فیلسوفان را از ایتالیانفی کردند  
اپیکتوس بشهر نیکوپولیس [۱] اپیر [۲]

---

[۱] Nicopolis [۲] Epire

رفت که در قلمرو تراژان امپراطور روم بود  
مواعظ او را در خلاق تأثیری عظیم افتاد  
و مریدان بسیار بر وی فراهم شدند یکی  
از دلباختگان چراغ سفالین حکیم را تیمناً  
بسه هزار در هم بخرید .

ایکتتوس را تالیفی مستقل نیست لکن  
فلاویوس آرین [۱] صاحب تاریخ مشهور  
اسکندر کبیر که در نیکوپلیس بحلقه تلامیذ  
او در آمد مفاوضات او را در هشت مجلد تدوین  
کرد و اکنون جز چهار جلد از آن در دست  
نیست آنگاه همان شاگرد از مفاوضات  
او هر چه بهتر و در نفوس مؤثر تر دید به  
صورت رساله کوچکی در آورد و شمه

---

[۱] Flavius Arrien

از آنچه در هر مقام و هر حال سالکان  
طریق را بکار آید و هر روز از مطالعه آن  
تقوی و ثبات اراده افزایش در این رساله  
عملی مختصر گرد آورد.

ایکتتوس در نیکو پولیس وفات یافت .  
مطلبی که در این وجیزه احتیاج بذکر  
دارد این است که این رساله خطاب بعموم  
فضلائی که بدرس حکمت مشغولند نیست  
فقط روی سخن با آنانست که پیشه فلسفه  
پیش گرفته و در منطق و طبیعیات و اخلاق  
رواقی تعلیم یافته اند باصطلاح رساله عملی  
بوده است برای هدایت آنانکه در طریق  
کمال واقع شده اند .

بیان جمیع اصول مهمه حکمت رواقی

خارج از طور این مختصر است فقط باین  
جمله اکتفامیکنیم که اپیکتتوس در همین  
رساله گوید نخست باید دروغ نگفت  
آنگاه دلیل لزوم دروغ نگفتن را آموخت  
و در آخر باید تعلیم گرفت که دلیل چیست  
و طرق اثبات کدامست و همین جمله نشان  
میدهد که این طایفه مقام عمل را تا چه پایه  
بر علم برتری میداده اند .

رشید یاسمی



# اندرزهای اپیکتوس

## اول

۱- بدانکه موجودات بر دو گونه است  
گونه‌ای که تصرف ما بوی رسد و گونه‌ای که  
مارا در آن اختیار و تصرف نتواند بود  
آنچه مارا در آن اختیار است اعمال نفس  
است چون احکام و میول و رغبات و  
رهبات ما و آنچه مارا در آن اختیاری نباشد  
غیر افعال نفس است مانند تن و مال و جاه  
و حرمت .

۲ - آنچه بما متعلق است طبعاً آزاد و بی مانع و بی رادع باشد و آنچه بما متعلق نیست نا پایدار و مقید و بیگانه و عرضه موانع است .

۳ - پس بخاطر بسیار که اگر آزاد پنداری آنچه را که طبعاً مقید است و از خویشتن دانی آنچه را که بغیر متعلق باشد قرین سوك و دستخوش اضطراب و مشکلات شوی و گناه از قضای خدایان [۱] و اعمال مردمان دانی لکن اگر جز متعلق بخویش را از آن خود نشمردی و از آن غیر را از

---

[۱] حکمای رواقی موحد بودند و خدای بیگانه را محض مماشات با مصطلحات عامه ژوپیتر میخواندند و مرادشان از خدایان ارباب انواع عامه نیست بلکه ظهورات ذات احدیت است در مراتب وجودیه

غیر دانستی کس را بر تو مجالی نباشد هر گز  
در طریق مانعی نبینی و کس را گناهکار  
نشماری و متهم نکنی و هیچگاه چیزی  
بر خلاف طبع خویش نیابی و از کس  
نیازاری و کس را دشمن نبینی چه از هیچ  
چیز ترا رنجی نتواند رسید .

۴۶- چون دل در تحصیل چنین خیرات بستی  
از کاهلی و سستی در طلب بیم دار و بدانکه  
باید از برخی چیزیکبارہ دل بر کنی و بعضی  
را عالی العجالة بتأخیر افکنی لکن اگر علاوه  
بر آن خیرات در طلب جاه و مال نیز جهد  
خواهی کرد بیم آن باشد که هر دو از  
دست بشود و قدر متیقن آنست که آن  
موجبات آزادی و سعادت نیز از کف برود .



۵ - چون صعوبتی فراز آید آماده باش  
که بگوئی: «ای دشواری حقیقت تو نه  
این است که مینمائی» پس بسنجش مشغول  
شو و موازینی که میدانی بکار بر خاصه  
و پیش از همه میزانی که بدان دریابی کدام  
چیز در اختیار تو و کدام بیرون از تصرف  
تست و آن دشواری مربوط بچیزی هست  
که ترا در آن اختیار باشد یا نه و چون با  
این میزان آنرا آزمودی و بخویشتن متعلق  
نیافتی بگوی: مرا با این چکار.

### دوم

۱ - با یاد دار که آنچه آرزو همی  
خواهد تحصیل مطلوب خویش است و آنچه  
کراهیت از آن همی گریزد سقوط در

مکروه است چون بدرک مأمول کامیاب  
نشویم خویشتن نیکبخت شناسیم و چون  
بمکروهی دوچار آئیم خویشتن شوربخت  
دانیم حال اگر کاره نباشی جز چیزهائی را  
که برخلاف طبیعت باشد آنهم در حدود  
اختیار و تصرف خود هرگز بمکروه دوچار  
نشوی اما اگر بیماری یا مرگ یا تنگدستی  
را کاره باشی بدبخت گردی .

۲- پس بر آن باش تا هرچه را در اختیار  
مانیست کاره نباشی و کراهیت خویش را  
در چیزهائی بکاربر که در اختیار تو است  
و آنرا خلاف طبیعت می یابی .

اما آرزو را عجالاً باید متروک داری  
چه آرزو ازدو گونه بیرون نیست آرزوی

آنچه در اختیار ما نباشد و این موجب  
ناکامی و شقاوت است و آرزوی آن چیز  
که در اختیار ماست و در خور خواستن  
باشد و این نیز هنوز در دسترس تو نیست  
پس اگر چیزی خواهی یا از چیزی گریزی  
باید که طریق تساهل و ملایمت نگاهداری  
و در هیچ حال بی محابا نباشی .

### سوم

آنگاه که چیزی زیبا و سودمند یا  
دلپسند طلبی هرگز فراموش مکن که  
حقیقت آن از خویش باز پرسى مثل از چیز  
های پست آوریم و گوئیم اگر دیگری  
دوست داری با خود بگوی « این که من  
دوست همیدارم دیگری است » آنگاه

چون دیگ بشکند تو پریشان و آشفته  
نشوی . و در آن هنگام که فرزند یازن  
خویش در آغوش گیری در دل بیاور که  
این یکی از آدمیان است که منش در  
آغوش دارم در این صورت از مرگ او  
آشفستگی در تو راه نخواهد یافت .

#### چهارم

آنگاه که دست بکاری بری چگونگی  
آن کار در دل مقرر گردان فی المثل اگر  
بگر مابه خواهی رفتن بخاطر آور آنچه را  
که هر روز در حمام رخ دهد مانند آبی  
که مردمان بر تو پاشند و لطمه که بر تو  
زنند و ناسزائی که ترا گویند و جامه که  
از تو ربایند اگر پیش از رفتن با خود بگوئی:

« اینک بگرما به اندر شوم لکن جازم باشم  
که اراده خویشتن بر وفاق طبیعت نگاه  
دارم » البته بر نفس خویش ایمن خواهی  
بود و چون در گرما به چیزی منافی دلخواه  
بتو رسد در وقت بخاطر بگذران که  
« مرا از حمام رفتن تنها شستشو مطلوب  
نبود بلکه میخواستم که اراده خویش بر  
وفاق طبیعت نگاهدارم و اگر از هر حادثه  
بخشم آیم بان مقصود نتوانم رسید » .

### پنجم

موجب تشویش مردمان نفس حوادث  
نیست بلکه طرز تلقی حوادث است مثلا  
در مرگ هیچ دهشت نیست و گرنه سقراط  
را دهشتناک همی نمود اما هول مرگ در

اینست که ما آنرا هولناک تصور کنیم پس  
چون بتشویشی و رنجی و خلاف میلی  
دوچار شویم باید که جز خویشتن گناه  
بر کس ننهیم هر چه هست از اندیشه و  
حکمی است که در آن حوادث رانده باشیم  
نادان شور بختی خویش از دیگران داند  
و آنکه پای در طریق معرفت نهاده باشد  
نیك و بد را از خود شناسد اما آنکه عارف  
کامل است نه خود را گناهکار و مسئول  
شناسد نه دیگران را .

#### ششم

ترا از نعمتی که خاص دیگران است  
فخر کردن نشاید اگر اسبی تفاخر کنان  
بگوید « من زیبا هستم » توانش پذیرفت

لکن تو اگر بگوئی «مرا اسبی زیباست»  
و بدان مباحثات کنی بچیزی که از آن  
اسب است فخر کرده باشی .

پس آنچه حقا از آن تو است کدام  
است ؟ بکار بردن اندیشه‌ها . اگر اندیشه  
خویش بر وفاق طبیعت بکار بردی سزد  
که تفاخر کنی چه بچیزی که تراست  
فخر کرده باشی .

#### هفتم

مثل زندگانی چون سفر کشتی است  
چون کشتی باز ایستاد و ترا بخشکی  
فرستادند مگر آبی بیابی و بکشتی نشینان  
آری در راه توانی که صدفی برداری یا  
گیاهی و پیازی بچینی لکن باید همواره

گوش هوش فرا کشتی داری و زمان تا  
زمان واپس نگری مبادا که ناخدایت باز  
خواند و اگر خواهی که خداوند کشتی  
ترا بند بردست و پای ننهد و چون گوسفندی  
در گوشه کشتی نیفکند هماندم که ترا  
باز خواند سوی کشتی باز پس گرد؛  
همچنین در زندگانی اگر بجای صدف یا  
پیا زنی و کودکی باخویشتن داری باکی  
نیست اما چون ناخدایت بانگ باز گشت  
بداد سوی کشتی شتاب و آنچه داری  
بگذار و لمحۀ سرباز پس مگردان اگر  
پیری بر حذر باش که چندان از کشتی دور  
نشوی که منادی باز گشت را نتوانی شنید.

هر گز آرزو مکن<sup>هشتم</sup> که حوادث بمراد



دل تو فرارسند بلکه چنان خواه که بهر  
نحو که آیند بیایند در این صورت ترا سعید  
توان گفت .

### نهم

بیماری تن را زیانکار است اما اراده  
را اگر خود نخواهد زیانی ندارد مثلاً فالج  
تباهی پای است نه تباهی اراده . اگر در  
هر واقعه همین تمیز معمول داری دریابی  
که زیان ترا نیست و غیر تراست .

### دهم

در هر بیش آمدی بخود فرو رو و بنگر  
که چه قوتی برای دستگیری و هدایت  
خود داری اگر زنی خوب روی پیش آید  
در خود قوت عفت بینی و اگر رنج ماندگی

احساس کنی در خود قوت تحمل یابی و  
اگر ناسزائی شنوی در خود قوت حلم  
بینی چون این حال ملکه شود اندیشه های  
تو ترا از جای بدر نتوانند برد .

### یازدهم

چون چیزی از دست بشود هر گز  
مگوی « از دستش بدادم » بگوی « باز  
پسش دادم » مثلاً کودکی از آن تو بمیرد  
بازش داده زن بدرود زندگانی کند باز  
داده شده است دزد خواسته تو بر بوده  
است آن نیز پس دادن باشد و شاید اندیشه  
کنی که باز گیرنده آن خواسته مردی  
دزد و ظالم بوده است ترا چه باک که دهند  
نعمت داده خویش بدست که باز پس ستاند

تا آن نعمت در دست تو بمانده است چنان  
باش که گوئی امانت دیگران همیداری  
و با او چنان باش که رهگذریان با سرای  
سپنج .

### دوازدهم

۱ - چون خواهان ترقی هستی هرگز  
میندیش که : « اگر درنگداشت خواسته  
تقصیر روا دارم زود باشد که بی برگ و  
بی خوردمانم » « اگر غلامان خویش سیاست  
نکنم بزه کار و تبه روزگار شوند » چه  
گرسنه مردن بی رنج و بی بیم به که  
زندگانی کردن در ناز و نعمت و تشویش  
و دل مشغولی . غلامت در بزه کاری و تباهی  
به که تو در شوربختی و اضطراب .

۲ - از چیزهای حقیر و نامهم شروع کن چون کسی روغن تو بریخت و شراب تو بدزدید خویشان را بگویی: «این است بهای آرامش خاطر و فراغ بال. این است قیمت طمأنینه و خرسندی خاطر.» تا ندهی نستانی. و چون بنده خویش طلب کنی باشد که پاسخ ندهد و اگر دهد باشد که فرمان تو نبرد در اینحال بیندیش که آن بنده چندان ترقی نکرده است که بتواند ترا نگران نکند.

### سیزدهم

چون طالب ترقی باشی رضا ده که ترا در کارهای زندگانی بعته و سفته نسبت کنند و ترا گول و نادان داند اگر کسی ترا

دانا شناسد از خویشتن پرهیز و بدانکه  
اراده خویش را بر وفاق طبیعت داشتن و  
در کار معاش نیز مراقبت کردن بهم راست  
نیایند و ضرورتاً بهر يك که روی آری  
آن دیگر از دست بشود.

### چهاردهم

۱- اگر بر آنی که اهل و فرزندان  
و یارانت همواره زنده بمانند مردی سفیه  
باشی چه همی خواهی آنچه ترا نیست ترا  
باشد و آنچه از آن دیگری است از آن  
توشود. همچنین اگر خواهی که غلامت  
را هیچ خطا نیفتد دیوانه هستی چه خواسته  
که خبث خبث نبود. اما اگر خواهی که  
همواره آرزوی خود بیابی در آنچه توانی

همی کوش و بس .

۲ - آنکس مردمان را باختیار خویش  
آرد که تواند مطلوبات یا مرهوبات آنان  
را فراهم کند یا مسلوب دارد . کسیکه  
خواهان آزادی است باید آنچه در اختیار  
دیگران است آرزو نکند و کاره نباشد  
و الا همی باید بغلامی تن دادن .

### پانزدهم

بخاطر دار که در زندگانی باید چنان  
باشی که بر خوان میهمانی، چون دور بتو  
افتد دست بظرف طعام دراز کن و اندکی  
بر گیر و آنگاه که ظرف را بسوی دیگر  
خواهند برد در نگاهداشت آن مکوش و  
تا بار دیگر نزدیک تو نیامده است آرزوی

خویش را پیشباز مفرست و باش تا بتو  
رسد [۱] در اهل و فرزندان و مال و جاه  
نیز اگر چنین باشی سزاوار خواهی بود  
که روزی بر خوان خدایان بنشینی لکن  
اگر آن هنگام که ظرف طعام پیش تو  
آرند هیچ برنگیری و بدان التفات نکنی

[۱] حال و مثل کسی که ببقای منافع و فواید  
دنیوی طمع کند حال و مثل کسی باشد که در  
ضیافتی حاضر شود که شمامه در میان حاضران از  
دست بدست میگرداننده باشند (؟) و هر یکی لحظه  
از نسیم و رایحه آن تمتع میگیرند و چون نوبت  
باو رسد طمع ملکیت در آن کند و پندارد که او  
را از میان قوم بتملك آن تخصیص داده اند و آن  
شمامه بطریق هبه بتصرف او گذاشته تا چون ازو  
باز گیرند خجالت و دهشت یا تأسف و حسرت  
اکتساب کند اخلاق ناصری

نه تنها سزاوار میهمانی خدایان شوی بلکه  
از همدوشان و همگنان خدایان باشی سلف  
چون دیوجانوس [۱] و چون هرقلیطوس [۲]  
چنین کردند تا مردان خدائی نام یافتند و  
الحق چنان نیز بودند .

### شانزدهم

آنگاه که کسی را گریان بینی خواه  
از سو کواری خواه از فراق فرزند خواه  
از فقد زر و مال هان تا بدل نیندیشی که  
آنچه او را رسید شر و آفت بوده است

---

[۱] دیوجانوس کلبی که قصه در خم نشستن او و  
جستجوی انسان با چراغ در روز و ملاقاتش با  
اسکندر کبیر معروف است

[۲] هرقلیطوس از قدماء فلاسفه یونان معاصر  
دارای کبیر هخامنشی و معروف بحکیم گریان است



و در وقت بخاطر آور که نفس آن حادثه  
موجب تیمار و اندوه وی نیست و گر نه  
دیگران را نیز رنجور و اندوهگین کردی  
بلکه او را رنج و غم از حکمی است که  
در دریافت آن حادثه همی کند. با وجود  
این بی تأمل اظهار همدردی کن اگر چه  
بظاهر باشد و حتی بموافقت وی بانگ و  
نالہ بردار لکن بر حذر باش که از بن  
دندان ننالی.

#### هیفدهم

هر گز از یاد مبر که توشا گرد بازیگری  
و هر کار که استاد ترا فرمود همانند باید  
کرد کوتاه خواهد کوتاه دراز خواهد  
دراز. اگر گفته است بازی گدایان کن

بگدائی رضا ده و اگر فرموده است لنگ  
باش یا حکمران یا مردی عادی باش همان  
باش . بر تو است که بازی خویش نیکو  
بانجام رسانی گزیدن بازی و تعیین کار هر  
يك از بازیگران با دیگری است .

### هیجدهم

چون غرابی نعیق بر کشد و آنرا بفال  
بد گیرند عنان نفس بدست اندیشه مسپار  
و در حال باخود بگوی : « از این بانگ  
مشئوم مرا آسیبی نتواند رسید ، باشد که  
تن مرا و خواسته مرا و آوازه مرا و  
کودکان و اهل مرا زیانکار افتد لکن  
شخص مرا اگر بخوام همه چیز بفال نیک  
بود زیرا که حوادث هر چه باشد استفاده

از آن در اختیار من است . »

### نوزدهم

- ۱- خواهی که هیچگاه مغلوب نشوی  
در مصافی که غلبه با اختیار تو نیست درون مشو.
- ۲- چون یکی را بینی در لباس فاخر و  
قرین مفاخر و صاحب قدرت و دیگر نعم  
زنهار تاوی را نیکبخت نپنداری و دل بدست  
اندیشه نسپاری چه اگر ماده خیر فقط در  
اشیائی است که ما را در آن اختیار باشد نه  
جای رشك ماند نه جای غیرت و توای طالب  
سعادت حکمرانی و ایالت و وزارت نخواهی  
و آزادی همی طلبی پس بدان که نیل آزادی  
راطریقی بیش نیست و آن التفات نکردن  
است بدانچه در اختیار ما نباشد .

### بیستم

با یاد دار که دشنام و طیانچه موجب  
اهانت نیست اندیشه و حکمی که کنیم  
موجب تشویش و رنجش است آن هنگام  
که از کسی بخشم آئی بدانکه اندیشه تو  
تراخشمگین همیدارد پس بکوش که زمام  
دل بدست اندیشه و خیال ندهی اگر توانی  
که خشم فرو خوری و زمانی خویشتن  
نگاهداری بر نفس تسلط خواهی یافت .

### بیست و یکم

هر روز مرگ و نفی بلد و جمله چیز  
های وحشتناک خاصه مرگ را در نظر دار  
تابسوی پستی رای نکنی و بافراط نگرانی .

## بیست و دوم

از آن دم که در طلب حکمت ایستی  
آماده هر گونه خواری و افسوس باش و  
تن ده که عوام الناس بشوخی گویند :  
« بگرید فلان را که در اندک زمانی رفت  
و حکیم باز آمد » و گویند « این سیمای  
ناخرسند از کجا یافت »

اما تو البته سیمای ناخرسند مگیر و در  
آنچه بهتر یابی همی کوش با ایمان کامل  
که خداوندت باین کار نصب کرده است :  
و اثق باش که اگر از اصول خویش تجاوز  
و انحراف نجوئی همان افسوس کنندگان  
و مستهزئان عاقبت بستایش تو بر خیزند لکن  
اگر از گفتار آنان مغلوب شوی دوبار

مستوجب خنده و سخریه گشته .

### بیست و سوم

اگر اشفاقاً بالغیر از درون بیرون توجه  
خواهی کردیقین دان که قرار گاه خویش  
متزلزل کرده پس بهمین اکتفا کن که در  
هر حال و هر جای فیلسوف باشی و اگر  
خواهی حکمت خویش آشکار کنی فقط  
مرخویشتن را آشکار کن و این ترا  
کفایت کند .

### بیست و چهارم

۱ - از اندیشه دل بتیمار مدار که :  
«بی حرمت شوم و کس مرا منزلتی ننهد»  
اگر بی حرمتی از شر و راست از فعل دیگران  
ترا شری نرسد و شرمی دامن نگیرد آیا

مثلا تحصیل شغل و عمل یا دعوت شدن  
بجشنی عظیم در اختیار تو بوده است؟ هرگز  
پس چگونه فقدان آن موجب شرمگینی  
تو تواند شد تو که فقط منزلت خویش در  
آن دانی که در اختیار تست و در این میدان  
باید ابراز لیاقت و هنر کنی چگونه فقدان  
قدر و منزلت در چشم دیگران ترا مشوش  
دارد؟

۲- اما اگر از آن اندیشی که مرا  
دوستان باشد و قدرت معاونت آنان ندارم  
آیا چنین اندیشه در خورتشویش خاطر تواند  
بود؟ گیرم که ترا مال نیست که حاجت یاران  
بر آری و قدرت نیست که آنان را درجه  
شریف ارزانی داری و از صنف رومیان

کنی [۱] ترا که گفت که اینها تکلیف  
تو است نه دیگران؟ که تواند دیگران  
را چیزی دادن که خود از آن محروم باشد؟  
یگی گوید بجوی تا ما را نیز بهرهٔ رسانی  
۳- جواب آنست که اگر آنچه گوئی  
با حفظ بزرگ خویشتی و عزیز نفسی و  
طمأنینه دل تو انم یافت مرا از راه آن آگاه  
کن که تقصیر روا ندارم اما اگر خواهی  
که سعادت و خیرات مکتسبهٔ خویش بدل  
کنم تا ترا چیزی فرا چنگ آید که خیر  
تو در آن نیست مرا ظلم روا داشته و بر  
مقتضای عقل و انصاف نرفته آیا مال ترا

---

[۱] رومیان در میان اقوام دیگر دارای امتیازات  
و شئون و حقوق خاص بودند .



اولتر یا دوستی عزیز نفس و خویشتن دار  
همان به که مرا در کسب این کمالات  
یاری دهی و از آنچه بفقده و نقص آن پیوندد  
اجتناب کنی .

۴ - دیگری گوید : « وطن را چه  
کنم آیا یاری دادن وطن بقدر سهم یک  
فرد بر من واجب نیست ؟ » همچنان در  
پاسخ گوئیم کدام یاری ؟ وطن از تو  
نخواهد که او را دروازه های شگرف بر  
پای داری یا گرمابه چند بنیاد نهی کفش  
هموطنان را زرد ندهد و سلاح آنان را  
کفشگر تدارک نکند هر کسی را شغلی  
و تکلیفی است اگر بسبب تو وطن را چند  
مرد خویشتن دار و نیک منش بیفزاید آیا

این خدمتی ناچیز است؟ اگر ناچیز نیست  
پس وجود تو برای وطن سخت ناسودمند  
نبوده است .

۵- اگر پرسى که در اینصورت مرا  
در مملکت چه مقامى خواهد بود گویم  
هر مقامى که باخويشتن داری و نیکومنشى  
منافى نباشد اما اگر بیهانۀ یارى وطن آن  
خیرات و کمالات را از کف خواهى نهاد  
و تن به بی آزر مى و دژخیمی خواهى داد  
وطن را زیانکار بوده نه سودمند .

### بیست و پنجم

۱- گیرم که در دعوت بضیافتی یادر  
تقدیم تحیتی یادر خواندن بمجلس مشورتی  
دیگری را بر تو رجحان نهاده اند؟ اگر

سعادت و کمال در اینهاست ترا شاد باید  
بود که آنکس را بهره شده است و اگر  
شر و آفت است از بی نصیبی خویشتن  
دژم مباش و همواره با یاد دار که چون آن  
نکنی که دیگران از پی کسب آنچه در  
اختیار نیست همی کنند لاجرم نباید چشم  
داری که چون دیگران ترا از آن نصیب  
باشد.

۲ - هر آنکس که در ملازمت خدمت  
یکی از اشراف روزگار نبرد چگونه با  
آنکس که چنین کند همسنگ تواند  
بود؟ و آنکه در موکب وی نرود کی  
با کسی که رود برابری کند؟ و آنکه  
زبان بستایش وی نگشاید چگونه با آنکس

که مداحی او عادت دارد بر يك مرتبه  
نشیند؟ اگر بها ناداده متاعی چشم داری  
که جزبه آن قیمت نفروشد مردی حریص  
و ستمگری!

۳- اینك بنگر که کاهو بچند فروشد؟  
گیرم که هر يك بدرمی دهند اگر کسی  
درهم خویش داد و کاهوئی ستد و تو  
ندادی و نستدی هر گز مپندار که کاهو  
فروش بر تو ستمی و پیدادی روا داشته است  
و دیگری را بچشم عنایت نگریسته اگر  
دیگری را کاهوئی است ترا که درهم  
نداده درهم در دست باقی است.

۴- در این مورد نیز اگر صاحب دعوتی  
ترا بخوان خویش نخوانده از آن است که

بهای طعام وی نداده بهای خوان او مجاملت  
و تملق و تیمار داشت است اگر ترا بسفره  
رغبتی باشد بهائی که طلب کند همی ده  
اما اگر نا داده شدن آرزو کنی حریص  
و سفیهی .

۵ - بجای طعام نا یافته آیا ترا چیزی  
در دست نیست ؟ آری هست ترا این بر  
جای است که نستوده آنکس را که به  
ستایش وی رغبت نداشته و جسارت و  
شوخ چشمی غلامان و دربانان ندیده و  
تحمل نکرده .

بیست و ششم

نشان چیزهای موافق طبیعت این باشد  
که مارا در آن خلا فی نیفتد فی المثل اگر

غلامی از آن دیگر کس جام وی بشکند  
در حال بر زبان رانی که : « این خطائی است  
که هر روز افتد » پس چون کسی جام تو  
بشکند باید چنان باشی که در شکستن جام  
دیگران .

در کار های شگرف تر نیز بر همین  
نمط اندیشه کن چون کسی را اهل و  
فرزندان از دست بشود هر کس بر آن  
وقوف یابد گوید : « چه چاره سر نوشت  
آدمی این است » لکن چون خود بدین  
آفت گرفتار شوند گویند : « آوخ چه  
بدبخت بوده ام » و حق این باشد که حال  
خویش در مصیبت دیگران با یاد آریم و  
همچنان باشیم .

### بیست و هفتم

چون تخلف ذوالغایه از غایت خویش  
محال است شر ذاتی در عالم وجود نتواند  
داشت .

### بیست و هشتم

اگر تنت در اختیار نخستین شخص  
وارد گذارند بخشم آئی و آزرم داری  
پس چون است که جان خویش در معرض  
دستبرد اولین وارد گذاری تا آنرا از ناسزا  
های خویش مشوش و مکدر کند آیا ترا  
از این شرم نیاید ؟

### بیست و نهم

۱ - در کارها پیش و پس و مقدم و تالی  
بنگر پس دست بدان بر و گرنه در آغاز

چون از عواقب امر نیندیشیده باشی شهوتی  
کاذب در خویش یابی لکن چون عایقی  
فرا پیش راه آید بشرم و سرافکندگی  
دست از کار باز داری .

۲- فی المثل خواهی که در لعب و سبق  
المپی [۱] غلبه مر ترا باشد من نیز خدای  
داند که آرزوی این غلبه در دل دارم چه  
شغلی جمیل است لکن باید که نیک در  
مقدم و تالی بنگری پس دست بکار بری  
خویشتن بریاضت داری و طعام بسیار و  
درشت و نابهنگام خوردن عادت گیری  
و از نان میده پرهیزی و تن از ریاضات

---

[۱] ورزشهای بدنی و مسابقه هائی که در المپی  
یونان مرسوم بود و شخص غالب بتاج افتخار  
متوج میشد .



شاقه برنج افکنی و زمان بزمان در گرما  
وسرمای سخت بساعات مقرر ازخانه بیرون  
شتابی آب سرد و شراب عذب بر خود  
حرام دانی بالجمله خویشتن چنان در دست  
مربی وریض دهی که رنجوران در دست  
پزشکان و از آن پس که در میدان حاضر  
شوی بکندن خندقهای ژرف باید آستین  
بازمالی گاه ترا بازوئی از جای برود و زمانی  
جراحی رسد از گرد و خاک طعام کنی و  
در هر سستی تازیانه چند خوری و عاقبت  
با همه این رنجها در مسابقه باز پس مانی و  
مغلوب شوی

۳ - چون در هر يك از این مطالب تأمل  
کنی و باز در خویشتن رغبت و توان این

کار بغایت قوت یابی پیشه پهلوانی گیر  
و گرنه بکودکان خردمانی که گاه خویشان  
چون کشتی گیران کنند و گاه چون  
پهلوانان. زمانی دم در شیور دردمند و زمانی  
رجز خوانی آغاز نهند تو نیز نخست راه  
پهلوانی گیری پس مشت زن شوی آنگاه  
بشاعری و حکمت دست یازی هیئات که  
هر گزاز بن دندان چیزی نیاموزی و بجائی  
نرسی چون میمون هر چه بینی تقلید کنی و  
همه چیز ترا دلپسند افتد و این از آن است  
که پیش از مبادرت فواتح و خواتم کار  
نگریسته و از هر سوی نظری ژرف  
نیفکنده باشی

۴ - از این است که مردمان چون

حکیمی بینند مثلا چون سخن افراتس را  
شنوند ( که تواند چون افراتس سخن گفت )  
بر آن شوند که خویشان حکیم کنند .

۵ - لکن ای مسکین نخست تأمل  
کن که حکیم شدن چیست آنگاه طبع  
خویش بیازمای تا ترا اهلیت و توانائی  
هست یا نه خواهی که مشت زن و چرخ  
انداز و کشتی گیر شوی بازو و ران و  
گرده خویش آزمایش کن که هر عضوی  
کاری راست .

۶ - مگر پنداری که چون در سلك  
حکیمان در آئی همچنان توانی خورد و  
توانی خفت و میل و کراهیت تو بهمان  
چیزها باشد که پیش تر بودی ؟ هیما

باید بیخوابی و رنجهای گران و فراق اهل  
و عیال تحمل کنی و از غلامی حقیر اهانت  
بینی و رهگذریان ترا افسوس کنند و  
همه جا زیر دست باشی چه در جاد و  
مفخرت چه در محضر قضات و غیره .

۷ - پس از این آزمایش اگر باز جانب  
حکمت مرجح دانستی و آن طمأنینت و  
آزادی و آرامش که از حکمت خیزد  
ترا بچیزی در شمار آمد بسم الله و گرنه  
باز گرد .

چون کود کان مباش . زمانی حکیم و  
وقتی محصل خراج و روزگاری ادیب و  
چندی عامل قیصر مشو که میان این اعمال  
فرقان عظیم و خلاف سترگ است باید

یکتا دل بود یا پرهیز کار یا نا پرهیز کار  
یا جان باید پروردن یا در پرورش چیزهای  
خارجی رنج بردن یا به بیرون باید همت  
گماشت یا باندرون بعبارة اخری فیلسوف  
بودن و فیلسوف نبودن در شقاقت و بهم  
نتواند آمد.

### سی ام

هر کس که بتکلیف خویش عمل  
خواهد کرد باید که نسبت نگاهدارد.  
این مرد پدر تست تیمار داشت وی ترا  
فریضه است و گردن نهادن بفرمان وی و  
تحمل دشنام و سخط و ضربت وی و وظیفه  
تو. اگر گوئی «اما این پدری بد است»  
گوییم مگر در حکم طبیعت که اطاعت

پدر فرمود قید خوبی نیز بود؟ نه. طبیعت  
مطلق گفت. برادر ترا ظلمی روا دارد گو  
بدار تو نسبت از دست مده ورشته ارتباطی  
که در بین است فرو مگذار مگر که  
وی چه کند تو آن کن که نفس و اراده  
ترا بر وفاق طبیعت نگاه دارد. اگر تو  
خود نخواهی کس ترا رنجی نتواند رساند  
و اگر تو اندیشه آزار در دل راه دهی  
بس رنج که از دیگران بینی (آزار بیش  
یابی از گردون \* گر تو بهر بهانه بیازاری)  
همچنین در حق بیگانگان چون همسایه  
و همشهری و حکمران اگر نسبت نگاه  
داری و این را در خویش ملکه گردانی  
تکلیف خویش بشناسی.

## سی و یکم

۱ - بدانکه اصل ایمان حسن اعتقاد است بخدایان که هستند و بعدل و حکمت جهان همی گردانند و ترا از فرمانبرداری آنان گزیری نیست باید که گردن بتسلیم فرو داری و هرچه ترا بر سر آید از پیروی آنان انحراف نجوئی و یقین دانی که جمله روش گیتی بر نظام احسن است چون بر این استوار باشی هیچگاه از خدایان ننالی و آنانرا از کار خویش غافل نپنداری .

۲ - و ترا این استواری حاصل نشود مگر آنزمان که خیر و شر را از چیزهائی که در اختیار ما نباشد سلب کنی و بدانچه در تصرف ماست منتسب دانی اگر پنداری

که از آنچه ما را در تصرف نیست خیر و شری تواند رسید ناچار روزی که در مکروهی افتی یابد آنچه خواهی کامیاب نشوی بناله در آئی و فواعل و اسباب آنرا مسئول شناسی و کینه آنان در دل گیری.

۳ - همانا هر جانوری را از شرور و اسباب آن نفرت و گریز است و بدانچه در چشم وی خیر نماید یا مؤدی خیرات شود همی گراید پس کسی را ممکن نشود که چیزهای زیانکار را دوست بدارد چنانکه نفس زیان را کس محبوب نشمارد

۴ - از اینرو چون پدری فرزند خویش را از آنچه مفید پندارد باز همی دارد آن فرزند سقط گفتن آغاز نهد و هم بدین



سبب است که پولی نیس و اته او کل خصم  
یکدیگر شده اند چه پادشاهی را خیری  
پنداشته اند . و هم از این جاست که  
کشاورزان و دریا نوردان و پیشه وران  
که فرزند و عیالشان از کف برود خدایان  
را ناسزا همی گویند . بنیاد ایمان بر نفع  
است پس چون کسی خواهشها و کراهیت  
های خویش براد راست اندازد خود بخود  
در شارع ایمان در آمده باشد .

۵- اما در مراسم شراب افشانی و  
قربانی و نذر باید همواره پیرو قوانین کشور  
خویش بود و طهارت نگاه باید داشت و  
از کاهلی و عفت پرهیز و از افراط و تفریط  
در کارها حذر باید کرد .

## سی و دوم

۱ - روزی که نزد فالگیر شوی بخاطر دار که هر چند ترا بر آن حادثه وقوف نباشد و گزارش آن از فالگیر همی طلبی لکن پیش از وقت اگر از حکمت بهره داری نیک دانی که جنس و سنخ آن حادثه چه خواهد بود اگر از جمله چیزهائی است که ما را در آن اختیار نیست بالضروره دانی که نه نیک باشد و نه بد .

۲ - پس در حضور فالگیر هیچ خواهش و کراهیتی بر خویش غالب مدار و چون بدو نزدیک شوی ملرز و واثق باش که هر خبری دهد ترا بی سود و زیان است و بتو مربوط نباشد و آن حادثه هر چه باشد

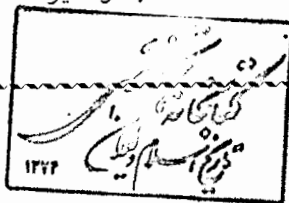
میتوانی بزرگترین تمتعی که خواهی از  
آن برگیری و در عالم کس را زهره منع  
تو نباشد .

برپند خدایان اعتماد کن و چون از آن  
پندها ترا نصیبی دهند باید همواره بخاطر  
داری که دهندگان آن پندها کیستند و اگر  
نافرمانی کنی چه کسانی را عصیان کرده  
باشی .

۳- سقراط گوید رأی فالگیران میخواه  
جز در چیزی که مربوط با وایل است و  
مردم را در اطلاع از نیک و بد آن هیچ  
وسیلتی و برهانی و حیلتی نیست اما اگر  
باید که خویشتن بخطر افکنی تا دوست  
یا وطن خویش برهانی هرگز از فالگیران

استجازه نباید کرد چه اگر فالگیر ترا  
 گوید که احشاء قربانی [۱] بر نهج نیک  
 نیست البته این بر مرگ یا بر قطع بعض  
 اعضاء بدن تو یا بر نفی بلد دلالت دارد اما  
 حکم عقل آنست که با وجود این پیش بینی  
 ها بمدد دوست خود بر خیزی یا خویشان  
 از بهر وطن بتهلکه افکنی پس اگر قول  
 پیشگویان بکار خواهی برد باری بزرگ  
 ترین غیگوی یعنی آپولون پی تین را  
 متابع باش که شخصی را که بفریاد دوست  
 خویش نرسیده بود تا ویرا بگشتند از  
 معبد براند .

[۱] اشخاصی در یونان و روم بودند که از تفتیش  
 و ملاحظه احشاء خاصه جگر حیوانات پیشگوئیه  
 می کردند .



## سی و سوم

۱ - هم از این ساعت زندگانی خاصی اختیار کن و رفتاری معین پیش گیر که در تنهایی یا در میان جماعت از آن منحرف نشوی .

۲ - خاموشی عادت کن و جز بضرورت سخن مگوی و بکلمه چند اختصار کن و چون بناچار ترا سخنی باید گفتن از گفتار بیهوده پرهیز : از کشتی گیری پهلوانان حکایت مکن و از مسابقه سواران سیرک و مصارعت مشت زنان و طعام و شراب که عاده نقل مجالس است دم مزن مخصوصاً ذکر مردمان تازه مگردان نه از طریق ستایش و نه از راه نکوهش و نه

برای مقایسه و سنجش .

۳ - اگر توانی زمام کلام را بسوی مطالب شایسته منعطف دار و چون خویشتن

تنها در میان گروهی یگانه بینی دم فرو بند

۴ - بسیار مخند و بر همه چیز خنده

مکن و در ضحک افراط جایز مدان .

۵ - اگر توانی در هیچ حالی سو گند

مخور .

۶ - در آن میهمانی که همنشینان تو

فیلسوفان نباشند مرو و اگر بضرورت

بایدت رفتن بنگر که رسم و آئین آنان

نگیری و بخاطر دار که چون همنشین

ترا جامهٔ پلید و شوخگین بود و جامهٔ تو

بدان ساید ترا با همهٔ پاکیزگی از شوخگین

شدن گزیری نیست .

۷ - از طعام و شراب و جامگی و خانه و خدم و دیگر مایحتاج تن جز آنچه ضرور باشد مگیر، فضول و زینت از خویش دور دار .

۸ - اگر ترا خبر کنند که فلانت بد همی گفت هرگز در برائت ساحت و نزهت جانب خویش مکوش و باین سخن اختصار کن که : « همانا وی را بر عیوب من وقوف تام نیست و گر نه بدین مایه نکوهش اکتفا نکردی » .

۹ - بسیار بتماشاگاه رفتن ضرورت نیست و اگر بمیدان مسابقه رفتی بر هیچ چیز التفات مکن و جز بخود مشغول مباش

در دل همی خواه که هر چه پیش آمدنی  
است پیش آید و هر کس غالب شدنی است  
غلبه کند در اینحال هر گز تشویش در تو  
راه نیابد .

از خنده زدن بر بوالعجبی های بازیگران  
و فریاد بر آوردن و با دیگر نظار گیان  
انباشدن خویشتن نگاهدار و چون بازی  
به آخر رسد از آنچه دیدی بسیار سخن  
مگویی مگر از آنچه چیز که در بهبود حال  
تو سودمند افتد و اگر خلاف این کنی  
همانا نفس تو از بوالعجبی های بازی منفعل  
و متأثر شده است .

۱۰ - در قرائتی که در ملاء عام کنند  
بسبکساری حاضر مشو و چون در آن



مکان پای نهی هیئتی موقر و آرام گیر  
اما نه چندان که در انظار نا مطبوع نمائی  
۱۱- اگر ترا مهمی پیش آید و نزد  
مردی صاحب جاه و قدرت روی باید  
اندیشه کنی که سقراط و زینون [۱] در  
چنین مقام چه کردند؟ آنگاه اضطراب  
از تو دور شود و بشایستگی از آن مقام  
بیرون آئی.

۱۲- روزی که بیداری کی از بزرگان  
خواهی رفت نخست بیندیش که وی در  
خانه نیست و ترا نزدیک وی بار ندهند و  
در بر روی تو بر بندند و اگر در خانه  
باشد بتو التفاتی نکند با این همه اگر باز

---

Zénon [۱]

تکلیف خویش در رفتن دانی برو و با هر  
پیش آمدی برد باری پیشه کن و هرگز  
در دل مگویی: «کاش نیامدمی» چه این  
قول کسی است که فیلسوف نباشد و از  
وقایع خارجی بخشم آید.

۱۳ - در محاوره بسیار و بی اندازه  
سخن مگویی و از آنچه کرده یا خطر هائی  
که بر تو رخ نموده باشد حکایت مکن  
چه اگر ترا از تذکر سرگذشت خویش  
لدتی پدید آید دیگران را از استماع  
سرگذشت تو لدتی نرسد.

۱۴ - حذر کن که حاضران را بخنده  
آوری چه از این راه شخص در زمره  
مردمانی که فیلسوف نیستند در آید و در

چشم دیگران خوار و حقیر نماید .

۱۵ - سخنان ناشایست و مستهجن  
گفتن آسان است چون از این جنس کلام  
بشنوی اگر توانی و مناسب دانی گوینده  
را ملامت کن و اگر نتوانی با خاموشی و  
سرخي رخسار و ترشی روی خود ویرا  
آگاه کن که این سخن ترا ناپسند افتاد .

### سی و چهارم

چون هوس و شهوتی در دل تو زبانه  
کشد چنان کن که با دیگران کنی  
خویشتن از متابعت آن باز دار و لختی  
درنگ کن و از خود مهلت جوی پس  
دو لحظه را در خاطر مقابل داری یکی لحظه  
که بر مطلوب دست یافته باشی دو دیگر

لحظه که پشیمانی بر تو مستولی شده  
خویشتن را از حسرت و ملامت درمانده  
کنی و آن شادی و لذت که از ترك لذت  
دست دهد و آفرین ها که مر خویشتن را  
خواهی گفت در ترازوی سنجش گذار و  
اگر بضرورت ارتکاب خواهی کرد  
زنهار مغلوب حلاوت و زیبائی و فریندگی  
آن چیز مشو و لذتی را که در ادراك غلبه  
بر شهوات حاصل شود در معیار سنجش بنه .

### سی و پنجم

چون دست بکاری بری که لذت آن  
بشناخته باشی باک مدار که عوام الناس را  
ناپسند آید و چنین و چنان پندارند اگر  
در دخول بان فعل مصاب نیستی رأساً

خود را باز دار و اگر بر راه صوابی چرا  
از ملامت کنندگان که خود بر خطا رفته  
اند باك داری؟

### سی و ششم

چنانکه قضیه «روز بر آمد» و قضیه  
«شب فرا رسید» در منفصله حقیقه بکار  
آیند ولی در يك قضیه متصله موجه واقع  
نشوند همچنان در میهمانی برداشتن طعام  
بسیار شاید که تن را مفید افتد اما با اصولی  
که در میهمانی ها است و رعایت جانب  
حاضران منوط به آن است مناسب نباشد.  
چون با کسی همخورش گردی بنخاطر  
دار که نباید فقط بکیف و کم غذا پردازی  
بلکه باید جانب میزبان را نیز منظور داری

### سی و هفتم

اگر بکاری همت گماری که طاقت  
آننداری نه تنها خواری و ناکامی را  
بسوی خویش کشیده باشی بلکه خود را  
از آنچه مقدر تو بوده محروم داشته .

### سی و هشتم

همچنان که در راه رفتن مراقب باشی  
که پایت بر میخی فرو نیاید یا ساق  
پیشی و جراحی نیفتد همچنان باید مواظبت  
کنی که صقع اعلائی نفس ترا رنجی  
نرسد . اگر در هر کار این احتیاط بکنیم  
در مبادرت بتزکیه نفس مطمئن تر و  
استوار تر شویم .

### سی و نهم

ضروریات تن اندازه چیزهائی است

که در کسب آن باید کوشید چنانکه پای  
اندازه کفش است اگر بهمین ضروریات  
اکتفا کنی در صواب خواهی بود و اگر  
تجاوز روا داری ناچار در ورطه هلاک  
خواهی غلطید همچنین است کفش اگر  
از آن مقدار که پوشش پای را باید در  
گذری و از اندازه بیرون شوی دیگر  
زیادت طلبی نفس را حدی متصور نشود  
چنانکه امروز کفشی زرین و فردا کفشی  
مرصع و دیگر روز کفشی زربفت آرزو  
کنی .

### چهارم

زنان را از پس چهارده سالگی خواتون  
خوانند آنگاه دست بزینت فرا برند و امید

در زیور نگارین بندند باید آنانرا در این  
حال آگاه کرد که هیچ چیز موجب  
احترام و مقبولیت آنان نشود مگر لباس  
تقوی و شرم .

### چهل و یکم

در پی سود تن روزگار بردن دلیل  
فقدان استعداد تقوی است مثلامدتی صرف  
ورزش بدنی و طعام و شراب و آداب تخلی  
کردن . این جمله را باید عرضی دانست و  
عمر عزیز در مراقبت احوال روح صرف  
باید کرد .

### چهل و دوم

اگر کسی ترا رنجی رساند و ناسزائی  
گوید بخاطر آور که وی این کار را



تکلیف خویش دانسته است او را مقدور  
نباشد که چون تو در چیزها بنگرد وی  
پیرو بینش خویش است اگر بر خطا رود  
خسران وی راست زیرا که هم او در خطا  
بوده است مثلاً اگر کسی قضیه صادقی را  
پندارد که کاذب است بر آن قضیه صادق  
تاوانی و خسروانی نباشد بلکه خسران  
کسی راست که در اشتباه افتاده بود.

اگر همواره این حکم در کار داری  
دشنام دهنده خویش را عذر بنهی و بیخشائی؛  
در هر حال این عبارت بر زبان باید راند:  
«چه توان کرد وی چنین فهم کرده است»

### چهل و سوم

هر چیز را دو دسته است دسته که بدان

میتوان آنرا بر گرفتن و بردن و دسته که  
نتوان . اگر برادرت را خطائی افتد ویرا  
از آن سوی مگیر که خطا افتاده است  
(این دسته است که بدانند نتوانی بر  
گرفت) اولتر آنکه وی را از آنسوی  
گیری که برادرتست و با تو در یک جای  
پرورش یافته است این جانبی است که بر  
داشتن را بر تو آسان کند .

### چهل و چهارم

این قبیل قیاسات منتج نیست که گوئی  
« من از تو توانگرترم پس از تو برتر باشم »  
یا « من افضحکم پس بر تو برتری دارم » اما  
این قیاسات بهتر به نتیجه رسند که گوئی  
« من از تو توانگرترم پس خواسته من

از تو بیش است» «من از تو فصیح ترم  
پس سخنم را بر سخن تو تفضیل است»  
لکن تو خود نه خواسته باشی و نه سخن .

### چهل و پنجم

یکی سحر گاه در آب فرورود مگو  
این بد است بگو زود است دیگری در  
شراب خواری افراط کند مگو این بد  
است بگو وی افراط میکند زیرا چون  
واقف نباشی که علت کار آن و این چیست  
چگونه توانی گفت که بد است یا نیک .  
اگر این بیاد داری هیچگاه در خطا  
نیفتی که بعض مقدمات حسی و بدیهی را  
بکاربری و پنداری که نتیجه نیز بدیهی  
خواهد بود [۱۱].

---

[۱] مثلا بینی که یکی شراب بسیار نو شد و حکم  
کنی که بر خطا میرود

## چهل و ششم

۱ - هرگز خویشتن حکیم مگوی و  
نزد آنانکه فیلسوف نیستند سخن حکمت  
بر زبان مران عمل خویش را بر مقتضای  
حکمت کن و بس : مثلا اگر به طعام  
نشینی مگوی آئین خوردن چنین و چنان  
است بلکه خود از انسان خور که سزاوار  
است . بخاطر دار که سقراط هرگز فخر  
و مباحات نکردی و خویشتن حکیم نگفتی  
چنانکه مردمان نزد وی می آمدند تا ایشان  
را بخدمت فیلسوفان زمان راهنمایی کند و  
وی از دلالت آنان مضایقت نکردی  
بردباری سقراط در مقابل بی اعتنائی مردمان  
بدین پایه بود .

۲- اگر کلام آنانکه حکیم نیستند  
متنهی باصلی از اصول حکمت شود تو  
غالباً خاموش باش چه اگر سخنی گوئی  
چنان باشد که طعام هضم نا کرده استفراغ  
کنی و اگر گویند تو هیچ نمیدانی و تو  
از این سخن بجوش نیائی بشارت باد ترا که  
قدم در آستانه حکمت نهاده . گوسفندی  
که خواهد شبان را از مقدار گیاهی که  
خورده است بیا گاهاند آن گیاه بلعیده را  
از دهان بیرون نیفکند بلکه پشم و شیر نغز  
دهد تا شبان داند که وی غذای بسیار خورده  
و نیک هضم کرده است همچنین در نزد  
آنانکه حکمت ندانند اصول فلسفه عرض  
مکن بلکه خود بهضم آن اصول پرداز تا

بصورت عمل حکیمانه از تو ظاهر گردد.

### چهل و هفتم

چون توفیق یافتی که بقناعت روزگار  
بری و مایحتاج بدن باندرک مؤنت کفایت  
کنی خویشتن گم مکن و اگر شراب تو  
منحصر به آب است هرگز خود نمائی را  
باین و آن مگوی که من جز آب ننوشم  
و اگر تن بریاضتی داری این عمل خود  
را کن نه دیگران را و بهره مجسمه چند  
در آغوش بگیر [۱] و چون تشنگی بر تو  
غالب آمد جرعه آب سرد در دهان گیر  
و نهانی از دهان بیفکن و کس را مگوی.

---

[۱] دیو جانوس در عین سورت سرما مجسمه  
عربانی را در آغوش می کشید که خود را بسرما  
مفرط عادت دهد و این نوعی از ریاضت میدانست.

## چهل و هشتم

۱ - رفتار و اخلاق کسی که فیلسوف نیست : وی سود و زیان از خویش نجوید و از برون خواهد . رفتار و اخلاق فیلسوف : وی سود و زیان خویش جز از خویش چشم ندارد .

۲ - نشانه‌های مردی که در ترقی است : کس را ملامت نکند کس را نستاید از کس ننالد و از شخص خویش و دانش خویش هر گز لاف نزند اگر رنجی و منعی بیند جز خود کس را تقصیر کار نداند چون وی را بستایند در دل ستاینده را افسوس کند و چون وی را عیبی گیرند هر گز در تبرئه و تنزیه جانب خویش جهد

نکند؛ بیماری تازه برخاسته را مانند که  
با احتیاط قدم بردارد مبادا مزاج ناتوان را  
پیش از استواری از پای در اندازد.

۳ - وی بترك جمله خواهش ها گفته  
و جمله کراهیت خویش متوجه آن چیزها  
کرده که در اختیار ماست و بر خلاف  
طبیعت است در هر حال جانب اعتدال  
فرو نگذارد.

اگر وی را گول و نادان دانند التفات  
نکند و از خویش چنان گریزان و هراسان  
است که از دشمنی در کمین و دام حیل  
گسترده.

### چهل و نهم

چون مردی بینی در سگرت غرور از



اینکه کتب خرو سبس [۱] را تفسیر و توجیه  
تواند کرد در دل بگویی: « خرو سبس  
اگر روشن نوشتی این مرد را دست آویز  
غرور و خود ستائی نماندی ». اما من چه  
خواهم؟ - شناختن طبیعت و پیروی طبیعت  
پس جو یاشوم که ترجمان طبیعت کیست؟  
مرا خبر کنند از خرو سبس و کتب او  
بدست آورم لکن هر چند درنگرم نتوانم  
دانست که چه گوید پس شخصی جویم که  
کتب خرو سبس را بمن آموزد تا این جا  
هیچ چیز فوق العاده نیست. اما چون  
استادی یافتم و بر اصول خرو سبس واقف

---

[۱] دومین مؤسس مذهب رواقی در حدود  
دویست و شش قبل از میلاد بدرود حیات گفت در  
جمیع ابواب حکمت آثاری داشته است.

شدم باقی میماند کار بستن آن اصول و فقط  
همین زیبا و جمیل است .

اما اگر بتفسیر و فهم ظاهر کلام  
خروسبس اقتصار کنم آیا بجای حکیم شدن  
مردی نحوی و لغوی نشده ام ؟ با این  
تفاوت که بجای هومیروس [۱] بمطالعہ  
خروسبس پرداخته ام .

پس چون از من خواهند که در اقوال  
خروسبس بحثی کنم و مرا بینید که از شرم  
سرخ شوم از عجز نیست بلکه از آن سبب  
است که نمی توانم مطابق و موافق اصول  
آن حکیم رفتار کنم .

---

[۱] شاعر معروف یونانی که اشعار او را در مکاتب  
درس داده و محسنات آنرا مبتدیان می آموختند .

## پنجاهم

جمله تعالیم حکمت را چنان پیرو باش  
که گوئی ترك آن كفر آورد ترا هر چه  
گویند باك مدار زیرا كه ترا اختیاری  
نیست .

## پنجاه و یکم

۱ - هان تا بکی در گرفتن بهترین  
راه ها تعلل کنی و جمله احکام عقل را  
گردن ننهی ؟ اصولی که منجی تست به  
شناختی و انجام آنرا بعهده گرفتی اینك در  
انتظار کدام استادی که تیمار تو خورد ؟  
تو دیگر نوجوانی نیستی و مردی تمامی  
اگر باز بغفلت و عطلت روزگار خواهی  
برد و تأخیر از پی تأخیر جایز خواهی شمرد



نظر کردن بحال خویش را از امروز بفردا  
باز خواهی نهاد نه بینی که هر گز ترقی  
نکنی و تا دم مرگ حکیم نشوی ؟

۲ - از این لحظه عازم شو که چون  
مردان زندگانی کنی مردی که در سیر  
ترقی است و آنچه را که نیک بشناختی  
چون قانونی ثابت و بی زوال دان چون  
بچیزی رسی که ترا صعب یاد پسند؛ زیانکار  
یا سودمند نماید بخاطر آن که هنگام  
کوشش فرا رسیده است و تو در مصافگاه  
المپی در آمده جای درنگ نیست همین  
یک روز و همین یک کار پیشرفت ترا  
ظیانت کند یا تا جاودان از دست بدر برد.  
۳ - اگر سقراط بدین مقام رسید که

رسید از آن بود که هیچگاه جز بعقل  
التفات و اعتنا نکردی اما تو اگر اکنون  
سقراط نیستی بایدت چنان بود که گوئی  
سقراط خواهی شدن .

### پنجاه و دوم

۱- نخستین فصل حکمت و استوارترین  
اصل آن عمل باحکام اخلاقی است مثلا  
دروغ ناگفتن . قسمت دوم برهان است  
که چرا دروغ نباید گفت و سوم آنقسمت  
که سنجش براهین راست مثلا از کجا  
دانیم که فلان برهان صحیح است برهان  
چیست نتیجه چیست تناقض کدام و حق  
و باطل و صادق و کاذب کدامند .  
۲- پس قسمت سوم از جهت قسمت

دوم لازم است و دوم برای نخستین . اما لازم ترین همه که مافوق آن متصور نیست نخستین باشد عمل ما بعکس است همت خویش در قسمت سوم موقوف کنیم همه نج ما و درس ما در آن است و نخستین را کلیه از نظر دور داریم چنانکه دروغ همی گوئیم ولی نیک دانیم اثبات کردن که دروغ نباید گفت .

### پنجاه و سوم

باید آماده بود که در هر حال این سخنان بگوئی : ۱- ای ژوپیترا ۱/ ای قضا و قدر مرا بدانجای برید که بایدم رفت بی تأمل شمارا متابعت کنم و اگر سفیهانه خواهان

[۱] ژئوس رب الارباب

این متابعت هم نباشم باز از پیروی خود  
داری نکنم .

۲ - کسی که طوعاً جبراً گردن نهد  
باعتماد ما خردمند است و اسرار خدائی داند .

۳ - اما ای اقربطون اگر خدایان چنین  
خواسته اند چنین باد .

۴ - آنتوس و ملیتوس مرا توانند  
کشت اما مرا رنجی نتوانند رسانید

تمت

## توضیحی چند

صفحه ۴ - مارکوس اورلیوس امپراطور روم بود از ۱۶۱ تا ۱۸۰ پس از میلاد

صفحه ۶ - فروغیه ولایتی بوده است در آسیای صغیر شهر قونیه در آنجا واقع است

صفحه ۸ - ایبر ولایتی بوده است در جنوب

مقدونیه

صفحه ۹ - ترازان امپراطور روم از ۹۸ تا ۱۱۷ میلادی پادشاهی راند

صفحه ۱۰ - این رساله ۲۰ دفعه از یونانی به فرانسه ترجمه شده است

صفحه ۵۵ - بولی نیس و ات-ه اوکل پسران اودیپ بودند که بر سر جاه و مال دست بخون یکدیگر بیالودند حکایت آنان در قصص یونانی مذکور و خلاف و خصومت آنان مثل است

صفحه ۵۸ - سمپلی سیوس در شرحی که بر این رساله ایکتتوس نوشته چنین گوید دو دوست بطواف معبد دلفی می-رفتند بحرامیان



دوچار شدند یکی بگریخت و آن دیگر بر  
خاك هلاك افتاد چون آن گریخته بمعبد ابولون  
رسید مردی که واسطه امر و الهام ابولون بود  
فرمان داد تا وی را برانند و گفت خدای ما  
گوید چون بفریاد دوست خود نرسیدی تا  
هلاك شد مردی بلیدی و طواف این معبد را نشائی  
صفحه ۶۲ - در زمان ایسکتتوس مؤلفان  
نوشته های خویش در ملاء عام همخواندند  
صفحه ۶۳ - زینون مؤسس فرقه رواقی  
در جزیره قبرس در حدود سنه ۳۲۰ قبل از  
میلاد تولد یافت

صفحه ۸۵ سطر دوم ترجمه اشعار  
که آنت خلیفه زینون است

سطر ۴ ترجمه یکی از آیات اوری پیدس  
شاعر یونانی است

سطر ۶ این دو عبارت از سقراط است  
که در محبس باقریطون گفت چون ویرا تجریض  
بفرار میکرد .

انیتوس و ملیتوس مدعیان سقراطند .



سایر مؤلفات مترجم این رساله که در  
مؤسسه خاور موجود است

|        |                      |
|--------|----------------------|
| ۵ ریال | احوال ابن یمن        |
| » ۶    | شرح حال سلمان ساوجی  |
| » ۳    | نصایح فردوسی         |
| » ۲    | اندرز نامه اسدی طوسی |
| » نیم  | قانون اخلاق          |
| » سی   | ترجمه تاریخ قرن ۱۸   |
| » چهار | تاریخ مختصر ایران    |

منتخب اشعار (در تحت طبع است)

---

قیمت این رساله

دو ریال و نیم