

第 一 篇

1. 我的祖父维努斯^① 给我树立了榜样——养成良好的脾性，不要轻易动怒。

2. 回忆我父亲的禀性，我从他学会了谦虚和保持男子的气概^②。

3. 至于我母亲^③，是她教给我敬重宗教，慷慨大方，不单要容忍别人而不屑报复，甚至不会在心中闪过报复的念头。正是我的母亲的养育，使我学会过简朴无奢的生活，全然无染于富人的铺张。

4. 我要感激我的祖父，他未把我送进国家的公学，在家中为我还请了良师。我从中学会了如何在的事情上自如地支配时间。

5. 我的家庭教师使我学会了不在运动场上加入某一方——无论是蓝队还是绿队；也不要为格斗比赛的任一方叫好——无论他们是执方盾还是圆盾。他教育我抓住机会做好我的事情，忍受艰辛与疲劳，突破必然性的制约；他告诉我不

作者祖父属于罗马最有影响的家族。

其父名亦为安尼乌斯·维努斯。

其母名多米提娅·卡尔维拉。马可的养父皇帝 T·安东尼努斯·庇护既娶了安尼乌斯·维努斯的妹妹，因而又成了马可·奥勒留的姨父。

要搅和别人的事务，也不要轻信通风报信的人。

6. 狄奥尼图斯(Dionetus)培养我，不要作徒然无益的追求，不要让巫师和占卜者欺诈蒙骗，虽然后者声称他们可以驱逐恶灵，可以凭符咒获得莫名其妙的胜利；他教育我不要弄什么布网捉鸟的事，不要为诸如此类的事兴奋或着急。他也向我灌输了巴克斯、坦达西斯、马西安努斯的教诲。当我还在儿童时代，他便让我写对话录来提升自己；是他培养我的趣味，使我喜欢林下泉边的休息，甚于倾心庙堂之上的安逸；他还使我习惯于接受希腊文字的严谨以致刻板。

7. 拉斯提库斯 第一个激发了我正直立身的愿望，追求事物臻于完善的愿望；他告诫我，不要沾染诡辩家的虚荣心，不要因为虚荣而撰写冥思玄想的文字，或慷慨激昂地谈论道德；不要故作热情洋溢，也不要存心表现心胸开阔或严于律己。这位哲学家使我不致迷惑于修辞和诗歌技巧。

8. 阿波罗尼乌斯 教导我，要让自己的心享受应有的自由，不要让心依赖于偶然机遇，凡是理性并不支持的东西——那怕是不足道的些微小事，都不应心存侥幸。无论是遭遇肉体的剧痛，无论是丧子之痛，还是久卧病榻，都应该始终保持心灵的平静。他的立身行事就是一个最好的榜样：一个人可以刚强有力，而出于情势的需要，他的脾性也可以不那么僵硬。他的学生的愚钝不敏也难得令他勃然发怒。至于他的学识，他在教学中特有的愉悦，都并未成为他藉以自傲的理由；相反，人们可以看到，他以为这是自己拥有的最为一般

① Q. Junius Rusticus 是斯多噶派的哲人。

② Apollonius 是斯多噶派的哲人。

的东西。这位伟大的人使我真正掌握了这一秘诀：如何在承担一个道德义务时，既不自卑，又不让朋友感受不悦。

9. 哲学家塞克图斯向我称赞好脾性的意义，他给我显示了男子汉的齐家之道。他又告诉我要以本心和理智作为自己的生活准则。他是我的表率，使我行为举止不带任何做作出来的庄重；使我在为朋友们帮忙施惠时，也体察他们的秉性，设身处地地考虑他们的环境。我曾见他忍受人们无知而不明事理的抱怨但仍施惠于人。因而他的言谈无需阿谀而仍有魅力，同时他也就受到人们的深深敬重。与这位哲学家的交谈，于我的生活方式和行为方式的形成大有裨益，使之具有真诚、智慧和条理，使之不至显示出丝毫的嗔怒，不致流露心烦意乱，而表现于外的只是：极度的冷静、淡泊而温柔。然而，我又在他身上看见，一个人如何可以富有意义地展示他的善意，却没有一丝一毫的虚张声势，没有一丝一毫的装模作样；同样，从他身上我看见了一个人如何可以拥有渊博的知识，却不至流露些微的虚荣和固执。

10. 我从语法家亚历山大所学到的不是在别人的谴词造句上挑毛病，不是在别人的不当字眼和发音上找岔儿，而是当自己陈述事物时做到字顺文从；或是在回答问题、询问问题以及赞同他人意见时，做到字句妥贴；我还学会了正确地使用文句，对别人的语言进行间接的恰如其分的修正。

11. 弗洛托^①教导我说，嫉妒、耍心眼、装样子掩饰感情是专制政治的特征和结果；他还说，那些我们称作显贵的

M·科纳利乌斯·弗洛托(M. Cornelius Froto)是修辞学者，皇帝的教师。马可·奥勒利乌斯与他往来的一些书信，今犹存世。

人，通常并不具有为父辈尊长的情感。

12. 信奉柏拉图学说的亚历山大忠告我，若非必须，我绝不要对他人说话或写信；他又告诫我，不要懒散闲适，也不要借口有事而常常逃避服务于我们所重视的人。

13. 尽管这看来有些不合理，但我仍从卡图鲁斯^①学会了如何规劝一位朋友而不会丝毫轻慢，心中只是要努力使他回复到天然的禀性上来。像多米替乌斯和亚西诺多图斯这些费心教育过我的人，我总是多有赞誉；我对自己的孩子总是持有至诚的爱意。

14. 我要感谢塞维努斯^② 因他我才能这样爱我的亲人，爱正义和真实。也因为他，我才能了解加托、布鲁图斯、特拉西、赫维第乌斯和第奥的性格和情感；塞维努斯给了我平等国家的观念，连同平等权利和平等言论的观念，他又给我以君主制的观念，这种制度下，首先要看重的是臣民的自由。我还要说，我之受惠于他，还因为是他教会了我，不要凭冲动和幻想去发展智慧，而要不断地企慕哲学并陶冶自己；他教会了我，应该慷慨大方、乐于助人，凡事看到光明的一面，绝不怀疑朋友的爱意；坦诚地表达对他人的合理嫌恶，明白地表提出自己的希望和要求；绝不让自己的朋友苦苦猜测自己的意图所在。

15. 我从马西穆司^③ 学会如何把握自己，不过多地受外部事物的影响；身罹疾病或遭遇不幸时不会垂头丧气；立身

辛 纳·卡图卢斯（Cinna Catulus）是斯多噶派哲人。

可能指 Claudius Severus，斯多噶派哲人。

③ Claudius Maximus 为斯多噶派哲人。

行事谦恭、乐于助人、举止尊严；凡有要务，不因循拖延，也不怨天尤人，总在事情初显端倪时便及时处理。凡有所为，无论发言建议都能得人信任，凡有所为，必怀有良善的动机。他已达心灵的圆熟，对任何事情均不再感到惊异；既不会心浮气躁地赶着做什么，也不会因懒散拖沓而误事；无论什么事，他都不致困惑不解，不会因之沮丧，也不会因此故作友好，他不会发怒，也不会猜疑，而随时准备行善，准备宽恕和说出真话；而所有这一切，他都无需别人匡正，他显示了出自内心的正直坦诚。无论什么人，都不会觉得曾受到他的轻慢。也没有人敢于在心里自以为比他更善。除了所有这些，他还有使人愉悦的机智。

16. 在我的继父身上，我观察到了一种稳重而不易被激怒的性格，以及因处事明智合乎事宜而产生的坚定性；这是一种免除了虚荣，全然不考虑权势或体面的高尚气质。

从他身上，甚至一位皇太子也可以学到敬业和行动的精神，学到持之以恒、始终如一；学会为了公众的利益而倾听任何建议，同时又随时给人以中肯的劝告；学会理解在恰当的时间和情况下应该苛刻，在另外的时间和情况下又该宽厚。他没有男宠习气。既不拘泥于国家和王者的仪则，又不至在侍从和来宾面前因开明而丧失威严。

当他巡视出行时，并没有人会因为不能如法遵循朝廷礼仪而失宠。每凡朝议时，他讨论事情充分而透彻，既不会轻易放弃自己的决心，又不会急于放弃对事物的反复探究，也不像常人那样容易满足于偶然的判断和领会。对朋友始终不渝，但既不放纵也不使人腻烦。总是乐天知足，为把握将来而恰当地应付现在。对任何事都不会掉以轻心，而无论做什

么，都不会匆匆忙忙，或是手足失措。

不但如此，由于仔细观察他应事接物的方式方法，我有幸认识到，一位皇储的职责还包括禁止一味歌颂和阿谀奉承。他要让武库和钱库时时充溢，但花起钱来却又爱惜节俭，并且不在乎别人讥讽说自己花钱心痛。他敬神但不至迷信。他不用挥霍财富或故作好听的言辞以讨好民众。在任何场合他都保持清醒的头脑和坚定的意志，使事情始终得体。他不减损、不擅改固有的措施仪则，享用帝王之尊的财富和庄严，无需自我吹嘘，也不会想方设法寻找借口来显示尊严。

位居人极，而只在必要时才无拘无束地享受财富与尊严，真在丧失权势时也就不会追悔叹息。立身行事如此，不致让人说自己或巧言诡辩，或言辞轻浮，或只是食而不化的学究。不，我的继父是完美而成熟的人，他对奉迎嗤之以鼻，他真正称得上是能自制制他的人。对于严肃的哲学家，他怀有极大的敬意；但对另一类哲学家，他虽不指责他们，但也不会听信他们的游说。与人交谈，他可以屈尊俯就，态度随和，但若涉及公众利益需要有所行动，他又显露出不可抗拒的力量和特有的威严。

全是凭着诸神的偏宠，我才有幸有这么一位兄弟。由于他的品行和感情，我感受到快乐，也受到策励而自我改进。仍是由于诸神的爱护，我的孩子们都既不愚蠢也没有残疾；由于诸神的祝福，我在诗歌、修辞和别的技艺上并无太大的成就。而如果我肯去多熟悉它们的话，恐怕那就会把我的想像

马可皇帝并无兄弟。如果这里指的是养父家的卢西乌斯·维鲁斯 (Lucius Verus)，那么马可皇帝肯定不会如此恭维他的；或者这正好体现了他的宽厚？

力带得过于远了一些。不用问，我已将我的教师们似乎希望的荣誉给了他们。我从来都没有用诺言和借口时不时地打发他们，因为说起来，他们也还只是一些年轻人哩。由于诸神的祝福，我得以结识了阿波罗尼乌斯、拉斯提库斯和马西穆司等人；由于诸神的祝福，我有清楚而明白的符合自然的人生观，而且我对此不断获得新的感受印象。

因此，考虑到诸神给我的特别眷顾和指示，我并不会迷失了自然之道，除非我蓄意违背这些指示和来自上苍的感召。由于诸神的思眷，我的身体强健，经受住了人生的疲倦和烦重的事务。由于神的眷顾，我至今尚与本狄克特（Bendicta）和狄奥多图斯（Theodotus）无缘，而当我一时迷恋上什么时，也能很快摆脱痊愈；当我同拉斯提斯闹翻时——我们经常意见不合的——我从未将盛怒化作暴力；我对母亲的一生，对她伴我的那段时间都很满意——尽管她命中注定死时还很年轻；我得神的恩宠，当我要为什么人排难解纷时，人们还从未对我说库藏已经空虚了，正因为如此，我并不需要损害别人的财富。

还有，由于诸神恩宠，我的妻子非常驯服，对我情意甚笃；而且又没有奢侈铺张的习惯；我为孩子们挑选到了优秀的老师。由于诸神的恩眷，我在梦中得到了治眩晕的药方；在卡杰塔，我得到一种油膏治好了吐血的毛病；由于诸神，我在专心于哲学时，并未遭遇上某个诡辩者的指点；我未花过多的时间在历史、逻辑分析或猜测天意上。若无来自上苍的庇护，若无支配命运的诸神的眷顾，所有上面的这些都不会存在的。

（本篇记于格拉鲁亚的瓜迪行轅中）

第 二 篇

1. 记住每天早上提醒自己，这一天当中，如果遇见某个好管闲事的家伙，某个不知好歹的口舌刻薄的家伙，或者某个心存嫉妒性格乖戾的家伙，或者什么恶棍，这都是你的运气。因为所有这些毛病都源于他们对孰善孰恶的了无知识而既然理解一个善行的本然的美丽和恶行的丑陋是我应有的责任 既然我确信一个行为悖理的人在某方面是与我相关的 虽然我们的身体和血质都不完全相同，但我们的内心却是密切相关的——同样，我确定地相信，没有人可以真正地伤害我，因为没有人可以迫使我错误地行动；我在自己的内心深处也不怀有对什么人的仇恨，我也不会对自己的本性和家人生出愤怒。因为我们之被造出来便是为了相互支持，如同手之与足，如同上下眼皮，如同上下齿的关系，而从中我们可以得到结论：一切冲突与反对都是不自然的。而这样一种不友善的倾向已包含在厌恶和仇恨当中。

2. 我的存在，一切的一切，便是肉体、呼吸和心灵。且把书放在一边。再不要使你的心受苦，以免它会发狂。切不要如此。说到身体，如果仅一息尚存，何必对它估价过高呢？身体是什么呢？不过是些血与骨头罢了，不过是一张神经、血管、脉管、筋腱组成的网络罢了。接下来，想想你的呼吸是

怎么回事呢？哦，它不过是某种气息，经你的肺时时进出而已。组成你生命的第三部分是心灵。这样考虑吧：你已经是老人，不要让你的心再屈从于什么，不要使这高贵的部分再受苦罢。愿我们的心不是受那不断涌出的私欲支配和驱使 愿心不要同命运争吵，不要不安于现在，也不要为将来惶恐。

3. 天道因诸神的作为而得昭示。那怕是偶然性造成的东西也不能不依赖自然。任何处在因果系列中的东西，作为一种果，它总在天道的支配当中。事实上，万有均来自此一喷泉，此外，便是必然性，即你也是其中之一部分的宇宙大全的影响力。因而，那既是大自然产物和基础的东西，自然也就是对其中的另一部分有用的 但这世界是依存于变化 并由于简单元素的浮沉变换、由于混合的及复合的事物的升降变迁而得以保持的，事物在这一方面的丧失，便意味着另一方面的获得。愿这样的思索会让你满意，并成为你据以生活的法则。至于书本 且弃置一边吧 这样你在行将死亡时 也许不会心存抱怨。你也许会在宁静和愉悦中离世，并由衷地为你经历过的一切感谢众神。

4. 要记住你是如何经常搁置利己的盘算，放过了神所赐与你的机会。现在已经到了考虑这问题的时候：你身为其中一分子的世界是怎样的世界，你因其降生的是怎样的世界支配者 除非你改善世界使之光明并让你的思想沉静下来 否则它便会挟你逝去，永劫不复。

5. 永远要关注这点：记住你是人，而且是罗马人。让你的任何行动都完美完成，且始终怀着敬重人道、自由和正义而行动。一定不要夹杂想像，因为它会妨碍以上的品质。只要你这么行动，认为它是你非做不可的事；只要你的理性没

有给嗜好和情欲干扰，只要你摆脱了鲁莽急躁，不让虚伪和自爱自怜影响你而且并不怨天尤人，这种完美的行动便是可能的。你明白了，为了过一种尊严的生活，一个人应争取做到哪些基本点。而只有做到这些基本要求的人，才能够履行那不朽的力量要求他的一切。

6. 我还要说丢掉你的体面吧，我的灵魂！你已经不会有多少时间来使自己荣耀了。对于每个人说来，生命都差不多有将尽之时，而你并未给自己应有的尊敬，你将自己的快乐放到了他人的灵魂上面。

7. 不要让琐碎的事扰乱你，不要让外在的事物占据你的思想，而要保持内心的安宁和自由。这样你便可以轻松地学习善的事物，不会从这件东西到那件东西地追逐奔波。同样，还有一种奔波是要回避的，有的人整日忙碌却一事无成；他们将自己弄得疲惫不堪，然而却又漫无目的，他们的行动和意图缺乏总的目标。

8. 一个人若不了解他人内心的想法，不会为此觉得不幸；但人若甚至不能明白自己的动机则肯定是不幸的了。

9. 应该随时随地进行这样的思考：认真地思索宇宙的本性和我的本性，连同这二者之间的关系；思索宇宙整体及它其中一分子的作用和责任；即使死亡也不能阻碍我所追求的，使我的言行与那我成为其中一部分的整体的符合。

10.（像人们通常会加以区分的那样，西奥弗拉图斯曾权衡过失的严重程度，当他断定，因欲望引起的错误比因愤怒引起的错误严重时，他像是哲学家。因为盛怒中的人是不情愿地丧失了理性，是因为痛苦不自觉地才偏离了法则。而

那受欲望控制而内心骚乱的人，则完全听命于快乐而无法自持，丧失了人所应有抑制能力。从而，他像哲学家那么表示，两相比较，因为求快乐而犯错比因为悲痛而犯错更应受到谴责，因为前者看上去像是一个人受伤，他之感受愤怒，像是被迫地被拖入痛苦；而后者则是受其性情的支配，因其欲念而犯过失。

11. 把握你自己的行动、言论和思想，只要你认为适宜，因为你随时都可能失去生命。而对行将死亡这件事说来，有多大的意义呢？如果有神，你不会受苦，因为神必不会伤害你。而如果神不存在，如果他们不关心死人呢——那么，可以说，一个没有神也没有天道的世界是不值得人生活其间的世界。不过，实际上，神的存在和他们对人世的关心是无从讨论的事。不要陷于任何所谓灾难，这是神完全地交由人的权力来支配的事。而如果其他的灾难真的是邪恶，神本来也会设法防止它们的，或者会给人提供能力以避免它们的。但是那并不能使人更糟的又怎么能这样安排人的生活呢？我绝不可能相信这样的说法：大自然之忽视所有这些事件，是因为缺乏知识，或者说，它之听任它们发生，是因为缺乏力量来防备它们或者缺乏力量纠正错误；或者说，大自然因为缺乏力量和技巧竟犯了这样的错误，无论善恶均使其痛苦，不加区分地使善良的人和邪恶的人都遭遇不幸。因而，可以说，生死、荣辱、苦乐、贫富——所有这一切都是善者和恶者会共同遭遇的东西，从而就本质上说，他们并没有内在的高尚性或卑贱性，因而，如果说它们是非善非恶的，也就没有任何不妥了。

12. 想一想所有的事物如何飞快地离散瓦解，一切物体

是如何化为物质材料，有关它们的回忆又如何消失于一般的时间当中；再想一想，感觉对象，特别是那以愉悦迷惑我们的、以痛苦恐吓我们的、以空洞的名声令我们企慕的对象。思想的力量会使人了解，所有这些事物原来是多么无意义、多么可鄙视和微不足道；它们又是何等迅速地转瞬便枯萎死亡。思想的力量可以显示，那些以美好言辞和想像力获得名声的人其实是怎样的人；它又显示出死亡的本质，一旦我们剥掉死亡观念的华丽或恐怖，就会发现死亡不过是最为单纯的自然行为。因而，那害怕这种自然过程的人，只是幼稚的孩子。死亡不仅是自然的作品，也是她的收获。最后，我们应该想一想我们同造物主如何相关连，造物主的神性存在于我们的哪一部分，又在该部分中以何种状态存在。

13. 再没有比人类的好奇心更不幸的了，它处处钻头觅缝 像某位诗人说的 为有所发现而在地面上挖坑打洞。好奇心是利用猜测而急于找到强行进入他人思想的通道，但却忘记了自己的责任只要尊崇和服务于心中的神性。所谓服务于自身中的神性，是指人使自身远离喧嚣的情欲、邪恶的感情、轻率和虚荣，以及远离对于神和人类的不满。因为就神而言，由于神之美德，他们的统制应受尊崇；而对人说来，他们的行动之所以应受重视，是因为关系到人类共同的福祉。除此之外，他们又常因为不知善恶分别而成为可悲。人的无能和缺陷，正是这种对于道德品质的莫能分辨，它有如瞎子之不能分辨黑白一样。

14. 那怕你活上三百年，或者，如果你乐意，你会要求

活三千年，但要记住，除了人现时的生活，人不会失去别的什么；人除了他现时失去的，也不可能还拥有别的什么。从而，我们可以说，我们通常所谓的长生不老同随生即死的天亡，计算起来都没有什么分别，因为就现在而言，它的持续是相同的，因此，可以说，死亡的损失对每个人说来，其严重性是一样的。没有人能达到现在之外的时间之点，因为没有人会失去过去或将来。人怎么能够被剥夺他还没有或已失去的东西呢？

如此想来，有两点是值得记住的。首先，天道周而复始，就无限的全体过程言，自然的面貌是一样的。因而自然所呈现的意义根本不取决于这里的凝视自然的人是岁寿一百年，还是两百年，或是活上无穷的岁月；因为他通过凝视所获得的一切，其实同多少次观察的自然相貌是并无二致的。另一暗示是，无论长寿或是夭折，人总有一死，寿者与夭者的损失并无轻重可言；两种情况下，人所丧失的只不过是人现在当下拥有的那点生存；至于人并不拥有的东西，说真的，他怎么可能丧失哩！

15. 犬儒学派的哲学家莫尼穆斯常常这么说——一切事物都不过是一种意见。如果我们就这句话正确的一面来看，这种说法毫无疑问是有实际作用的。

16. 在好几种情况下，人的灵魂会亵渎自己。首先，当灵魂败坏时，也就可以说自然有了败坏，因为灵魂个体是自然的一个部分。对任何发生的事物的忿怒都意味着自我同自然的分离，因为除自我之外的所有其他事物的本性也都保存在自我当中的。其次，无论在什么情况下，无论是忿怒，还是报复，当你憎恨他人、反对他人或心怀恶意时，灵魂也就

遭到了同样的不幸。第三，当内心被欢乐或痛苦压倒时，灵魂也就伤害了自己。第四，无论是言论还是行动，当灵魂采用诡计，耍手腕和弄虚作假的时候。第五，当我们有所事务却不了解目的何在的时候，这种时候，人东奔西突却既无思想也无设想。然而须知，那怕是最细微的事务也应该有某种目标。从而，我们说，理性生存的目标，便是实现那最神圣的城邦和政治制度的法律和理性的统治。

17. 人生的领域不过只是一点；人的存在只是绵延不断的活动形成的迁流，以及那倾向于瓦解的肉体。灵魂只是一个漩涡，而命运是无从猜测的。依附于肉体的声名不过是模糊的奔驰而过的急流，灵魂从中所得的仅仅是梦幻泡影。人生是一场战役，一段旅途，其身后声名终归于湮灭。那么，人所执著的是什么呢？啊，除哲学别无他物。唯哲学可以保持我们心中的神性，使我们免受伤害与屈辱，使我们超然于苦乐之上，使我们不致装聋卖傻或矫情掩饰，使我们无需仰人鼻息，供人驱使。何止于此，哲学使我们的灵魂虽遭逆顺而安之若素。需知事无论大小，都缘于其深藏内部的同一原因。首先，可以坦然面对死亡，因为死亡不过是那组成复合体的元素的各各分散。既然元素自身在这种分散转变当中丝毫无损，那它们经历此瓦解和变化又会有些什么呢？为什么人类要为这种循环流转而怀忧伤感呢？所有这一切无非自然之道。而自然，是不会有意识地行恶的。

（记于加尔鲁腾）

第 三 篇

1. 我们应该记住，生命过程是每日的支出，多过一天，减少一分；我们更应该如是思考，如果某人的寿命刚好比普通人的寿命长一些，那就会出现另外的一点不确定性：他的头脑能否跟得上他的年龄呢？他的感觉是否也足于应付他的事务呢？他是否有能力思想神和人的问题呢？因为这人如果因年高而昏愤，那他苟延的余生，真的说起来，又与畜牲何异呢？他可以呼吸，可以进补，可以维持摄食的胃口和自己的想像力，但他已经不能正常地发挥能力，不能履行自己的责任，甚至分不清遇见的面孔，他也不会知道什么时候是自己应该离世的恰当时机，总之他丧失了推理和判断的高尚的功能。而如果这样，人其实早就已经死亡了。因此，我们要关注的，是如何进取，如何充分发挥自己的能力，因为死亡在不断逼近；也因为有时候，我们还未死去，可我们的理解力倒先已死了。

2. 值得注意的是 那在自然物上自然发生的事物 那怕是最不足道的东西 它都包含了某种使人愉悦的欢乐成分。例如，面包片上会有某种细小的裂纹，而这是面包师烘烤时无法设想的，这样的面包片上就有令人适意的东西，让你生出胃口来。因而那熟透而绽开裂口的无花果，那落在地上的尚

未腐烂的橄榄，让人看上去特别赏心悦目。那弯下腰去的麦穗、狮子的眉头、野猪的白沫和诸如此类的东西，孤立地看，恐怕都不会有美感，但如果你将这些都视为自然的作品的外观，那它们就会成为美丽的装饰，就会具有某种诱惑力。

因而，一个人只要有些微的思想和审美气质，稍微注意一下自然界中的作品，他就会在自然的成果上发现意外的面貌。而这面貌绝不是没有魅力的，那怕是最琐细微小的赘生物（如像狗尾巴、山羊胡须）都会有值得赞叹的地方。一个对自然美有所准备的人，他从画家和雕塑家的模仿作品所感受的快乐，并不会胜过当注视活的猛兽怒吼时下颚的感受，一双经过陶冶的眼睛既能从成熟的老人那里，也能从尚在花季岁月的年轻人身上找到美感。我完全同意，并非所有的人都会对众多自然物体有所迷恋，只有那真正在内心与自然和谐，与其作品和谐的人，才有发现自然的迷人处。

3. 名医希波克拉底治愈了好多疾病，但他自己终究也病倒而死去。占星家查尔丁之流预言别人的大限之期，最终自己却没有躲过他的死亡之日。亚历山大、庞培、凯撒一生征战，毁灭了多少城市，在战场上砍杀了成千上万的马匹士卒，可他们自己终归仍然追随死人而去。赫拉克利特曾大谈宇宙之火，但他却因水肿病的水而死亡。吞噬德谟克利特的是害虫，毁掉苏格拉底的又是一类害虫。

说这些有什么意思呢？看看你自己，你登船，你远航，然后进港，然后你毫不费力地离船上岸。如果你碰巧在另一世界登陆，那里便会有神来眷顾你；但如果你命中注定一无所获，噢，那你也就无从体味人生的欢乐或者痛苦了。那样一来，你就会为你的皮囊而辛苦劳累下去，你只是以一个有价

值的東西去服務於那並無價值的存在。因為前者是靈魂、智慧和神性，而後者却不過是污垢和腐敗。

4. 為了未來，不要消耗你的思想在別人身上，除非是共同的利益引你這麼做。因為費盡心機地探究他人的事情，細細回味別人的言談、幻想和用意 揣測別人的目的與動機……這一切不過是使你忘掉自己，使你背離自身的指導原則而漫無目的的奔突闖蕩。

因而，人不應該無目的地用心思，也不要膚淺地作什麼聯想 無論出於好奇還是惡意 這種探究都要避免。因此 要培養這樣的習慣，每當你面對什麼問題的時候，你所思索的，只是自由地揭示其中含有的真實性。這樣一來，你所能坦露於外的，便是你的靈魂，便是你的誠懇、善良和急公好義的精神，再沒有別的用意，更不會有那些耽於感官享受的或奢侈的企望，沒有仇恨、嫉妒、無端的猜疑，也沒有一絲一毫的你不能坦然相告的東西。

因而，一個毫不猶豫便會躋身於赴死者的隊伍的高尚的人，便是一個類似祭司和神之侍奉者的人，一個能夠正確利用心中神性力量的人。在這種神性力量的幫助下，此人便獲得了庇護。他不受歡樂的誘惑，不怕痛苦的侵襲，不受傷害又超然於惡人們的邪惡意志之上。因此他在進行一場高貴的戰鬥，抵禦自心中所有的情欲。他的內心深處浸透了公義的精神 全心全意地接受一切逆順之境，面對自己的命運。若非公眾的必然利益和普遍的福利，他對任何言談、思想或行動都不屑一顧。不，他只專門於自己的事業，仔細地思想命運分配給自己的自然大全的那一分，盡其所能地追求第一和至善。他由衷地相信自己得天獨厚，相信任何人的命運都是得其所宜