

ΠΕΡΙ ΑΟΡΓΗΣΙΑΣ

‘Ο Πλούταρχος θεωρεῖ τὸν θυμόν ώς ἐν τῶν ὄλεθριωτάτων ἔλαττωμάτων τοῦ ἀγθεύπου. Διὰ νὰ κατοφθιώῃ λοιπὸν ὁ ἀνθρωπὸς νὰ μὴ ὄργιζεται ἔγραψε τὰς κάτωθι συμβουλὰς ἐν εἰδει διαλόγου μεταξὺ δύο φίλων, ἐκ τῶν ὅποιων ὁ εἰς ὄνομάζεται Σύλλας καὶ ὁ ἔτερος Φουνδαχός).

1. Σύλλας. Οἱ ζωγράφοι, φίλτατε Φευγδᾶνε, δταν ζωγραφῶν εἰκόνα, δὲν τὴν τελειώνουν οὔτε τὴν παραδίδουν εὐθὺς εἰς τὸ δημόσιον, ἀλλὰ τὴν φυλάττουν ἐπὶ πολὺ εἰς τὸ ἔργαστήριόν των, ἀπὸ καιροῦ δὲ εἰς καιρὸν κατὰ ἀραιὰ χρονικὰ διαστήματα τὴν ἐπισκέπτονται καὶ τὴν παρατηροῦν, μήπως ἔχει καμμίαν ἔλλειψιν, τὴν ὅποιαν, ἐνῷ τὴν εἰργάζοντο, δὲν ἡδύναντο νὰ τὴν διακρίνουν, διότι ὁ ὀφθαλμός των εἶχεν ἔξοικειωθῆ^{τη} εἰς τὰς ἔλλειψις της. “Ο, τι λοιπὸν κάμνουν οἱ ζωγράφοι, ἐπρεπε γὰ τὸ δυνατὸν νὰ κάμνουν εἰς τὸν ἑαυτόν των ὅλοι οἱ ἀνθρωποι.” Άλλὰ δυστυχῶς δὲν ἥμπορεῖ νὰ ἀποχωρίσθῃ κανεὶς ἀπὸ τὸν ἑαυτόν του καὶ διὰ τοῦτο δὲν δυνάμεθα νὰ διακρίνωμεν εὔκολα σύτε τὰ προτερήματα οὔτε τὰ ἔλαττώματά μας.

Άλλ’ ἔκεινο τὸ ὅποιον δὲν ἥμποροῦμεν ἥμεῖς αὐτὸι νὰ κάμνωμεν εἰς τὸν ἑαυτόν μας, πρέπει νὰ τὸ κάμνουν οἱ φίλοι. “Οταν δηλαδὴ ἐπαναβλέπωμεν φίλον μετὰ πολὺν καιρόγ, ὀφείλομεν νὰ τὸν παρατηρῶμεν μετὰ προσοχῆς, διὰ νὰ διακρίνωμεν ἂν κατὰ τι ἥλλαξε.”

οχι εἶαν ἐγήρασεν ή εἴαν ἐλευχάνθη ή εἴαν ἀδυνάτησε,
ἀλλὰ εἴαν ὁ χαρακτήρ του ἐβελτιώθη, εἴαν τὰ ἐλαττώ-
ματά του περιεστάλησαν. Καὶ ἐγὼ λοιπόν, ἐπειδὴ ἔχω
ἐν ὅλοκληρον ἔτος νὰ σὲ ἴω, βλέπω μεγάλην διαφορὰν
εἰς σέ. Καὶ διὰ μὲν τὰ ἄλλα προτερήματα τὰ ὅποια
ἀπέκτησας καὶ τὴν πρόοδον τὴν ὅποιαν ἔκαμες εἰς
πολλά, δὲν ἀπορῶ. Θυμάζω μόνον πῶς κατώρθωσες
νὰ κάψῃς τὸ ἐλάττωμα ἔκεινο τῆς ὀργῆς καὶ πῶς ἀντὶ^{ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΕΠΙΚΛΗΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΦΙΛΟΦΑΝΗΣ ΟΦΙΑΣ ΠΕΓΝΟΥ}
θυμώδους ἔγινες πρᾶος καὶ μαλακός. Καὶ σὲ βεβαιῶ
ὅτι, δταν εῖς ἐκ τῶν κοινῶν μας φίλων μοῦ ἔλεγε τὴν
μεταβολὴν σου ταύτην, δὲν τὸν ἐπίστευα, ἀλλ᾽ ἐνόμιζα
ὅτι, ἐπειδὴ σὲ ἀγαπᾷ, ἐψεύδετο λέγων δτι ἀπέβαλες
τὸ ἐλάττωμα τοῦτο. 'Αλλ' ἐπειδή, ως βλέπω, ἔλεγε
τὴν ἀλήθειαν, σὲ παρακαλῶ νὰ μοῦ διηγηθῆς πῶς τὸ
κατώρθωσες τοῦτο, — μὲ ποῖα φάρμακα ἐθεράπευσες
τὸ ἄγριον ἔκεινο πάθος σου.

Φουνδᾶνος. 'Αγαπητέ μου Σύλλα, μήπως ή φίλα
μας καὶ ή πρὸς ἐμὲ ἀγάπη σου σὲ τυφλώνει καὶ δὲν
βλέπεις πλέον τὸ ἐλάττωμά μου τοῦτο ;

Σύλλας. "Οχι· ἀλλὰ σὲ παρακαλῶ νὰ μοῦ διηγηθῆς.

2. **Φουνδᾶνος.** "Ακουσε λοιπόν, φίλε μου. 'Εὰν
ὁ ἄνθρωπος ἔχῃ ἐλάττωμα εἰς μέγαν βαθύτατον, δὲν ὡφε-
λοῦν αἱ συμβουλαὶ καὶ οἱ λόγοι, δταν εὑρίσκεται εἰς
τὴν ἔξαψιν αὐτοῦ τοῦ ἐλαττώματος. Περισσότερον δὲ
ἀπὸ ὅλα τὰ ἐλαττώματα, εἰς τὸν θυμὸν αἱ συμβουλαὶ
καὶ αἱ ἐπιπλήξεις εἶνε ἐντελῶς ἀνωφελεῖς, δταν ὁ ἄν-
θρωπος εὑρίσκεται εἰς τὴν ἀκμὴν τοῦ πάθους τούτου.
Διότι ὁ θυμὸς γεμίζει ἀπὸ θόρυβον καὶ ταραχὴν τὴν

ψυχὴν τοῦ ἀνθρώπου τόσον, ὅστε οὔτε βλέπει τίποτε οὔτε ἀκούει. Διὸ τοῦτο εὐκολώτερον εἶνε νὰ εἰσέλθῃ τις εἰς πλοῖον ἔρημον, κλυδωνιζόμενον ἀπὸ τὰ κύματα ἐν μέσῳ τοῦ τεταραγμένου πελάγους, παρὰ νὰ εἰσχωρήσῃ λόγος καὶ συμβουλὴς τὴν ψυχὴν τοῦ ἀνθρώπου, ὅταν εὑρίσκεται εἰς τρικυμίαν ἀπὸ τὸν θυμόν. Ὁ ἄνθρωπος λοιπὸν ὁ θυμώδης δὲν πρέπει νὰ περιμένῃ θεραπείαν τοῦ πάθους του αὐτοῦ ἔξωθεν, ἀπὸ λόγους καὶ συμβουλᾶς ἄλλων, τὰς ὅποιας ἀδύνατον νὰ ἀκούσῃ. Τὰ φάρμακα πρέπει νὰ τὰ ἔχῃ ἐντὸς τῆς ψυχῆς του ἔτοιμα, ὅστε νὰ τὰ μεταχειρίζεται ὅταν εἶνε ἀνάγκη, ὅπως οἱ πολιορκούμενοι, οἱ μὴ ἐλπίζοντες βοήθειαν ἔξωθεν, συμμαζεύουν ἐπιμελῶς αὐτοὺς ὅλα τὰ χρήσιμα τὰ εὑρισκόμενα ἐντὸς τῆς πολιορκουμένης πόλεως.

3. Καὶ ποῖα εἶνε αὐτὰ τὰ φάρμακα; — Πρῶτον αἱ συχναὶ φλονεικίαι καὶ ῥήξεις πρὸς τοὺς ἄλλους καὶ οἱ συχνοὶ καὶ παρατεταμένοι θυμοὶ κάμνουν τὴν ψυχὴν μας νὰ ἔχῃ πάντοτε τάσιν εἰς τὴν ὄργην, τὴν καθιστοῦν δύστροπον καὶ πικράν, ὅταν μάλιστα ὁ θυμὸς προέρχεται ἀπὸ πράγματα ἀσήμαντα καὶ ἐπουσιώδη. "Οταν λοιπὸν δύναται εἰς τὰς περιστάσεις ταύτας νὰ μεταχειρίζεται ὁ ἄνθρωπος τὴν κρίσιν του καὶ τὸ λογικόν του, νὰ καταπνίγῃ τὴν ὄργην του πρὶν ἐκραγῆ, τότε οὕτι μόνον εἰς τὴν παροῦσαν περίπτωσιν καταστέλλει τὰ πάθη του αὐτός, ἀλλὰ ἐνδυναμώνει τὴν ψυχὴν του, ὅστε καὶ εἰς τὸ μέλλον νὰ μὴ εἶνε πολὺ εὔερεθιστος καὶ εὔπαθης. Οὕτω κ' ἔγὼ δἰς ἦ τρὶς ἀντέστην εἰς τὴν ὄργην μου καὶ τὴν ἐπολέμησα. Τι μοῦ συνέβη λοιπόν;

"Ο, τι συγέβη εἰς τοὺς Θραίκους. Οἱ Θραῖτοι δὲν ἔτόλμω· νὰ ἀντιταχθῶσιν καὶ νὰ πολεμήσουν κατὰ τῶν Σπαρτιατῶν, διότι τοὺς ἐνόρμιζαν ἀηττήτους. ὅταν δύως ἔτόλμησαν μίαν φορὰν καὶ ἀντεστάθησαν καὶ τοὺς ἐνίκησαν, τότε τοὺς ἐνίκων εἰς ὅλας τὰς μάχας, διότι ἔλαβαν θάρρος. Οὕτω καὶ ἐγώ· ἀφ' εῦ ἄπαξ ή διε
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΕΤΡΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΗΣ: ΕΠ. ΚΑΒΑΓΓΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ

"Ἐλεπτα ἄλλως, τε ὅτι ὁ θυμὸς παύει, ὅταν χύσωμεν ὕδωρ ψυχρὸν εἰς ἄνθρωπον ὡργισμένον· ὁ θυμὸς παύει,
ὅταν τὸν ἄνθρωπον τὸν ὡργισμένον τὸν φοβίσωμεν· ὁ θυμὸς παύει, ὅταν ἔλθῃ εἰς τὸν ὡργισμένον ἄνθρωπον καμμία αἰφνιδία χαρά. Λοιπόν, ἐσκέφθην, η ἀσθένεια αὐτὴ δὲν εἶναι ἀνίατος· φάρμακα ὑπάρχουν. "Αλλως τε η αἰτία τοῦ πάθους τούτου δὲν εἶναι πάντοτε σοβαρὰ καὶ σπουδαία. "Αστεῖος ἐνίστε λόγος, ἐν νεῦμα πολλάκις ἐρεθίζουν καὶ παροργίζουν πολλούς.

4. Λοιπόν καθὼς εὔκολον εἶναι νὰ στήσῃ τις πυρκαϊκὸν εἰς τὴν ἀρχήν, ὅταν καίωνται πράγματα ἔλαφρά, πρὶν διαδοθῆ, πρὶν ἀρχίσουν νὰ καίωνται πράγματα στερεά, οὕτω καὶ ὁ θυμώδης ἄνθρωπος, ὅταν βλέπῃ τὸν ἔαυτόν του νὰ ἐρεθίζεται ἀπὸ λόγον τινὰ ἀστεῖον η εἰρωνείαν καὶ νὰ ἀνάπτῃ, πρέπει εὐθὺς εἰς τὴν ἀρχὴν τοῦ θυμοῦ νὰ προσέξῃ νὰ τὸν καταπνίξῃ· τὸ πρᾶγμα τότε δὲν εἶναι δύσκολον. "Αρκεῖ νὰ μὴ ἀπαντήσῃ εἰς τὴν ἀστειότητα τοῦ ἄλλου· η σιωπὴ θὰ καταστεί ληχτὸν θυμόν του· διότι, ὅπως τὸ πῦρ στήνεται, ὅταν δέν φίψωμεν εἰς αὐτὸν ὅλας εὐφλέκτους, τοιούτοις ρόπων καὶ δ

θυμός, ὅταν εἰς τὴν ἀρχὴν δὲν δύσωμεν εἰς αὐτὸν τροφήν.
Ἡ ἀρχὴ εἶνε τὸ πᾶν. Διὰ τοῦτο, ὅσάκις ὁ Σωκράτης
ἡγούθανετο ὅτι ἥρχιζε νὰ ὄργιζεται ἐναντίον φίλου τινός,
εὐθὺς ἐμειδία, ἔχαριεντίζετο, προσέβλεπε τὸν φίλον
του μὲ βλέμμα γλυκύ, ὕστε νὰ μὴ ἀφῆσῃ τὴν ψυχήν
του νὰ παρασυρθῇ ἀπὸ τὸν θυμόν.

5. **Ο θυμός**, ἀγαπητέ μου φίλε, ὅμοιάζει πρὸς τύ-
ραννού, ὁ ὅποῖος μᾶς διατάττει νὰ ῥίπτωμεν εἰς τοὺς
ἄλλους βλέμματα ἄγρια, νὰ ἔκβάλλωμεν φωνῇ με-
γάλην, νὰ κτυπῶμεν καὶ νὰ κτυπώμεθα. Θέλεις νὰ
καταρρίψῃς τὸν τύραννον αὐτὸν ἀπὸ τὸν θρόνον του;
Οταν σοῦ δίδῃ αὐτὰς τὰς διαταγάς, νὰ μὴ ὑπακούῃς.
Ἡ λύπη, ὅταν κλαύσωμεν, χύνεται μὲ τὰ δάκρυα ἔξω
ἀπὸ τὴν ψυχήν μας, ἐνῷ ὁ θυμός μὲ τὰς φωνὰς καὶ
μὲ τὴν ἄγριότητα ἐπαυξάνεται. Λοιπὸν ὅταν ἀρχίζω-
μεν νὰ ὄργιζόμεθα, πρέπει νὰ συγκρατῶμεν ὅσον δυ-
νάμεθα τὸν ἔχυτόν μας. Δὲν ὠφελεῖ νὰ φύγωμεν διότι
ὅπουδήποτε καὶ ἀν φύγωμεν ὡργισμένοι, θὰ ἐκραγῇ ἡ
ὄργη μας. Τὸ πάθος αὐτὸν ἐκδηλοῦται καὶ ἐναντίον φί-
λων καὶ ἐναντίον ἔχθρῶν καὶ κατὰ τῶν τέκνων καὶ
κατὰ τῶν γονέων μας. Θρύμωμεν καὶ κατὰ τῶν θεῶν
αὐτῶν καὶ κατὰ τῶν ζώων καὶ κατ' αὐτῶν τῶν ἀψύ-
χων. Οὕτως ὁ Εἱρζῆς ἔδερνε τὴν θάλασσαν καὶ ἔστελλε
πρὸς τὸ ὅρος "Αθων γράμματα ἀπειλητικά. Ο θυμός
εἶνε πάθος καὶ φοβερὸν καὶ γελοῖον. Διὰ τοῦτο τὸ μι-
σοῦν οἱ ἄνθρωποι καὶ τὸ καταφρονοῦν περισσότερον ἀπὸ^{τοῦ}
ὅλα τὰ ἄλλα πάθη.

6. Πρῶτον λοιπὸν φάρμακον τὸ ὅποῖον μετεχειρί-

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΠΑΝΩΝ ΤΟΜΕΑΣ ΦΙΛΟΦΑΙΛΑΣ ΝΕΟΜΗΝΙΚΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΕΤΡΙΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΔΙΑΝΑΠΕΤΗΝΗ ΚΑΘΗΚΟΝΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΕΤΡΙΟΥ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2006

οθην διὰ νὰ καταπολεμήσω τὸ πάθος μου τοῦτο ἥτο νὰ παρατηρῶ τοὺς ἄλλους πῶς φέρονται, ὅταν ὀργίζωνται. "Εἶλεπα ὅτι ἔκ τῆς ὀργῆς οἱ Ἀ.Θρωποι γίνονται ἔκτὸς ἔχυτῶν· τὸ χρῶμα τῶν καὶ ἡ ὄψις τῶν μεταβάλλεται· τὸ βαθύσμα τῶν γίνεται παράφορον, ἢ φωνὴ τῶν σλλοιοῦται. **Βλέπων** λοιπὸν ταῦτα ἔλεγα κατ' ἐμαυτόν· «Θεέ μου, ὅταν καὶ ἔγὼ ὀργίζωμαι, τόσον φοβερὸς καὶ παράφρων φαίνομαι εἰς τοὺς φίλους μου, εἰς τὴν γυναικά μου, εἰς τὰ τέκνα μου; Τόσον ἄγριος; Τόσον φοβερὸν φωνὴν ἔκβάλλω;» Διελογίζόμην ταῦτα, ἐπειδὴ ἔβλεπα ὅτι οἱ ἴδικοι μου φίλοι, ὅταν ἦσαν ὠργισμένοι, δὲν εἶχαν τὴν γελόεσσαν καὶ προσηνῆ φυσιογνωμίαν, δὲν ώμιλουν πρὸς ἐμὲ μετὰ τῆς συνήθους χάριτος καὶ πραότητος. 'Εάν, ἐνῷ εἴμεθα ὠργισμένοι, ἔβλεπαμεν τὴν μορφὴν μας ἐντὸς καθρέπτου, πῶς μεταβάλλεται καὶ ἀσχημίζει, θὰ ἡλαττώναμεν ὅχι ὀλέγον τὸν θυμόν μας. Λέγουν ὅτι ἡ θεὰ Ἀθηνᾶ ἔλαβεν αὐλὸν καὶ ἤθελε δι' αὐτοῦ νὰ αὐλήσῃ. Τότε εἶς Σάτυρος λέγει πρὸς αὐτήν· «Ο αὐλὸς δὲν σοῦ ἀρμόζει· σοῦ ἀσχημίζει τὸ πρόσωπον. Ἀπόρριψέ τον καὶ λάβε πάλιν τὰ ὅπλα.» Ἡ Ἀθηνᾶ ἰδοῦσα ἐντὸς ποταμοῦ τὴν ὄψιν τοῦ προσώπου τῆς καὶ πόσον ἔγίνετο ἀσχημόν, ἡγανάκτησε καὶ ἀμέσως ἀπέρριψε τὸν αὐλόν, ἀν καὶ ἀντάλλαγμα τῆς ἀσχημίας θὰ εἶχε τὴν μελῳδίαν τῆς μουσικῆς.

Ἡ ὀργὴ ἀσχημίζει φοβερὰ τὸ πρόσωπον καὶ τὴν φωνὴν μας, πλὴν δὲ τούτου πληροῖ τὴν ψυχὴν μας καὶ ἀκαθαρσιῶν. "Οταν ἡ θάλασσα συνταράττεται ἐκ τῶν ἀνέμων, ὁ πυθμὴν καθαρίζεται, διότι τὰ φύκη τῆς

ΕΡΓΑΣΤΗΚΟΥ ΠΑΝΗΣ ΦΙΛΟΣΦΑΙΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ

Ε.Π.Δ.Τ.Κ.Τ.Ι
ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2006

καὶ ἄλλα θαλάσσια χόρτα ἀνέρχονται εἰς τὴν ἐπιφάνειαν· ὅταν δὲ μωρὸς ἡ ψυχὴ συνταραχθῇ ἐκ τοῦ θυμοῦ, τότε καὶ αὐτὴ μολύνεται καὶ τὸ στόμα ρυπαίνει· διότι ἐκ τοῦ βίθους ἀνέρχονται εἰς τὰ χεῖλη μας λόγοι περικροὺς καὶ ~~ὑδροιστικοί~~, οἵ ὅποις καταισχύνουν ἡμᾶς πρῶτον τοὺς ~~ἐκτοξεύοντας~~ αὐτούς· διότι οἱ ἀκούοντες νομίζουν ὅτι τὴν κακίαν τὴν εἶχαμεν ἐπὶ πολὺν χρόνον εἰς τὰ βίθη τῆς ψυχῆς μας καὶ τώρα τὴν ἐφανερώσαμεν παρακινεθέντες ἐκ τοῦ θυμοῦ. Καὶ σχηματίζουν εἰς ἄλλοι τὴν πεποίθησιν ὅτι εἴμεθα ἔχθροι καὶ κακολόγοι καὶ κακοήθεις.

7. Βλέπων λοιπὸν ἐγὼ ταῦτα προσεπάθευν δύον ἡδυνάμην νὰ σιωπῶ ὅταν ἡμην ὠργισμένος· διότι ὁ λόγος τοῦ ὠργισμένου ἀνθρώπου εἶναι τραχὺς καὶ ρυπαρὸς καὶ δημιουργεῖ ἔχθρούς καὶ πειθεῖ τοὺς ἄλλους ὅτι εἴμεθα ἔχθροι ὑπουργοὶ καὶ δόλιοι. Εἰς τὰς συναναστροφὰς δισιωπηλὸς συνδαιτυμῶν εἶναι δυσάρεστος καὶ ἐνοχλητικός, ἐνῷ εἰς τὸν θυμὸν δὲν ὑπάρχει ὠραίοτερον καὶ σεμνότερον πρᾶγμα τῆς σιωπῆς.

Καὶ ὑπὸ ἄλλην ἐποψίν ἀν ἔξετάσωμεν τὸν θυμόν, θὰ ἴδωμεν ὅτι πρέπει κατὰ πάντα τρόπον νὰ καταστέλλωμεν τὸ πάθος τοῦτο.

Τινὲς νομίζουν ὅτι ὁ θυμὸς καὶ οἱ διάφοροι τρόποι, κατὰ τοὺς ὅποιους τὸν ἐκδηλώνομεν, ἀποδεικνύουν ψυχὴν ἀνδρικὴν καὶ γενναῖαν. Αἱ ἀπειλαὶ, ἡ σκληρότης, ἡ ἰσχυρογνωμοσύνη, ἡ ἴδιοτροπία καὶ τὰ τοιαῦτα εἰς ἓντος σημεῖα ἀνδρεῖας. Ἡ γνώμη των εἶναι πεπλανημένη· ὁ θυμὸς δὲν εἶναι πάθος οὔτε εὐγενὲς σύπτε ἀν-

ΕΡΓΑΣΙΗ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΟΥ ΘΕΑΤΡΟΥ ΦΙΛΟΦΙΑΣ ΝΕΑΝΙΚΗΣ ΚΩΣΤΑΝΤΙΝΟΥ Θ. ΠΕΡΣΙΟΥ

δρεῖον· αὐταὶ δὲ αἱ πράξεις καὶ τὰ κινήματα καὶ τὰ σχήματα τὰ διάφαρα ἀποδεικνύουν ψυχὴν μικροπρεπῆ καὶ δειλήν. Ὁ θυμὸς δέχεται μόνον ὅταν ἐκβηλοῦται ἐναγτίον παιδῶν καὶ γυναικῶν καὶ ἀψίχων, ἀλλὰ καὶ ὅταν ἐκρηγγνύεται ἐναγτίον μεγάλων καὶ ἴσχυρῶν, δὲν εἶνε ἀπόδειξις μεγαλοψυχίας, ἀλλὰ τούναντίον ἀποδεικνύει ὅτι ὁ ὄργιζόμενος πάσχει. Ἡ ψυχὴ του εἶνε ἀσθενής καὶ τὸ πάθος του θέλει νὰ ξεθυμάνῃ κάπου. Όμοιάζει μὲ τὰ ἔρπετα ἐκεῖνα, τὰ ὅποια δαγκάνουν, διὰ νὰ ἐκδικηθοῦν τὸν ἐνοχλήσαντα αὐτά. Ἐρπετὸν λοιπὸν εἶνε ὁ ἄνθρωπος ὁ ὄργιλος. Δὲν φανερώνει ὁ θυμὸς δύναμιν σύτε ἀνδρείαν, ἀλλὰ τούναντίον ἀδυναμίαν καὶ δειλίαν. Διὰ τοῦτο αἱ γυναῖκες εἶνε ὄργιλότεραι τῶν ἀνδρῶν, καὶ οἱ ἀσθενεῖς τῶν ὑγιῶν, καὶ οἱ γέροντες τῶν νέων, καὶ οἱ δυστυχεῖς τῶν εὔτυχων.

8. Ἐνδρεία μεγίστη καὶ ἔξαιρετική εἶνε ἡ καταστολὴ καὶ ὑποταγὴ τοῦ θυμοῦ.

Συνέβη πολλάκις ἄνθρωποι ἀδύνατοι νὰ γινεῖσουν ἴσχυροτέρους των, ἀλλὰ ἡ κατὰ τοῦ θυμοῦ νίκη καὶ τὸ τρόπαιον τὸ ὅποιον ἀνεγείρομεν ἐντὸς τῆς ψυχῆς μας γινώντες τὸν θυμὸν εἶνε τὸ λαμπρότερον τῶν τροπαίων. Παραδείγματα ἀνθρώπων γενναίων δυνηθέντων νὰ γινεῖσουν τὴν ὄργην των ἀναφέρει ἡ ἴστορία πολλά. Ἰδοὺ μερικά.

Ο Ἀντίγονος ὁ βασιλεὺς ἦτο εἰς ἐκστρατείαν. Ενῷ φῆμέραν τινὰ μέρικοι στρατιῶται ἴστάμενοι πληγτον τῆς σκηνῆς του τὸν Ὕδριζαν, νομίζοντες ὅτι δὲν ἦτο ἐντὸς αὐτῆς, ὁ Ἀντίγονος ἀκούσας τὰς Ὕδρεις δὲν ὠργίσθη,

ἀλλὰ μὲν ψυχραιμένη μεγάλην ἔκβαλων κάτωθεν τῆς σκηνῆς τὴν ράβδον του ἐφώναξε χωρὶς νὰ ἔξελθῃ ἀπὸ τὴν σκηνήν· «Ἀπομακρύνθητε ὀλίγον διὰ νὰ μὴ σᾶς ἀκούω, καὶ ἔξακολουθήσατε».

Ο Φίλιππος δὲ βασιλεὺς τῆς Μακεδονίας εἶχεν ἔνα ἔχθρὸν ἕσπονδον ἐξ Ἀχαΐας, ὃ ὅποῖς, ὅπου καὶ ἀν εὑρίσκετο, τὸν ἔκακολόγει καὶ τὸν ὑἱροῦ. Ὁτε ποτὲ ὁ ξένος αὗτος ἦλθεν εἰς Μακεδονίαν, δλοι οἱ φίλοι τοῦ βασιλέως ἐνόριζαν, ὅτι πρέπει νὰ τὸν συλλάβῃ ὁ Φίλιππος καὶ νὰ τὸν τιμωρήσῃ. Ο Φίλιππος δὲ μόνον δὲν τὸν ἐτιμώρησεν, ἀλλὰ καὶ τὸν ἔδειχθη μετὰ φλανθρωπίας καὶ εὔμενείας, τὸν ἐφίλοξένησε καὶ τοῦ ἔδωκε καὶ δῶρα. Μετὰ ταῦτα δὲ διέταξε τοὺς ἀνθρώπους του νὰ μάθουν τί θὰ λέγῃ ὁ ξένος οὗτος περὶ αὐτοῦ. Οἱ ἀνθρωποι αὗτοι τοῦ ἀνήγγειλαν ὅτι ὁ ξένος ἀπὸ κατηγόρου ἔγινεν ἐπανέτης. «Λοιπόν», εἶπεν ὁ Φίλιππος, «ἔγὼ εἴμαι ίατρὸς ἵκανώτερος ἀπὸ σᾶς». Ἐλλοτε οἱ φίλοι τοῦ Φίλιππου ἀνήγγειλαν εἰς αὐτὸν ὅτι εἰς τὴν μεγάλην πανήγυριν τῶν Ολυμπίων οἱ Ἑλληνες τὸν ἔβλασφήμουν, ἐνῷ τόσον εὐηργετήθησαν ὑπὸ αὐτοῦ, καὶ διὰ τοῦτο πρέπει νὰ τιμωρηθοῦν. Ο Φίλιππος χωρὶς νὰ ὀργισθῇ ἀπήντησε· «Βλασφημοῦν τώρα, ὅπότε εὐεργετοῦνται· ἐὰν δὲ μόνος καὶ τιμωρηθῶν, τότε τί θὰ λέγουν;»

. 9. Πρὸς τὸν θυμόν μας λοιπὸν ἀποστρεφόμενοι πρέπει νὰ λέγωμεν· «Θυμέ, ἔχεις δύναμιν νὰ καταστρέψῃς, νὰ φονεύσῃς, νὰ ἀφανίσῃς· ἀλλὰ νὰ σώσῃς, νὰ ἀναστήσῃς δὲν ἔχεις τὴν δύναμιν. Μόνων ἡ πραότης καὶ ἡ ἀνεξικακία καὶ ἡ μετριοπάθεια δύνανται νὰ κατορθώ-

σουν τοῦτο· σὺ δαγκάνεις ώς ὁ μύρμηξ καὶ ὁ πουτικός.»

Καὶ διὰ νὰ ἀμυνώμεθα δὲ κατὰ τοῦ ἔχθροῦ μας ὁ θυμὸς εἰς τὰς περισσοτέρας περιστάσεις δὲν μᾶς βογθεῖ. Διότι τέ ὡφελεῖ ἐὰν δαγκάνω τὰ χείλη μου καὶ τρίζω τοὺς ὄδόντας καὶ βλασφημῶ καὶ ἀπειλῶ ἕνευ ἀποτελέσματος στρατικοῦ; Στρατηγὸς Ρωμαῖος συνέλαβε ποτε αἰχμάλωτον ἕνα ἔχθρόν του. Ὁ ὑπηρέτης τοῦ στρατηγοῦ ἐδόξα καὶ ὅριζε καὶ ἐφοβέριζε τὸν αἰχμάλωτον, ἐν δὲ ὁ στρατηγὸς ἐσιώπα. Τότε ὁ αἰχμάλωτος εἶπε· «Δὲν μὲν μέλει δι· αὐτὰ τὰ ὄποια σὺ λέγεις, ἀλλὰ μὲν ἀνησυχεῖ ἡ σιωπὴ τοῦ στρατηγοῦ». Ἡ δόργη πολλάκις τὴν ἄμυναν κατὰ τῶν ἔχθρῶν τὴν καθιστᾷ ἀσθενεστέραν, μάλιστα δὲ πολλοὶ πρὸν προφθάσουν νὰ ἀμυνθῶν, κατεστράφησαν ἔνεκα τῆς ὀργῆς.

10. Διὰ νὰ περιστέλλωνται καὶ καταπιγγωνται τὰ πάθη εἶνε ἀνάγκη ἀσκήσεως πολλῆς. Πρὸς καταστολὴν μάλιστα τοῦ θυμοῦ ἡ ἀσκησις εἶνε ἀναγκαιοτάτη. Ἀριστηγην εὔχαιραν παρέχειν εἰς τὸν ἀνθρωπὸν πρὸς τοῦτο οἱ ὑπηρέται καὶ ἐν γένει οἱ μεθ' ἡμῶν συγχατοιχοῦντες. Ἐγὼ δὲ φύγομην σφοδρῶς ἐναντίον τῶν ὑπηρετῶν μου καὶ ἐνόμιζα δὲ τοὺς διορθώσω μὲ τὸν θυμόν μου. Ἀλλ' ἔπειτα ἐσκέφθην ὅτι προτιμότερον εἶνε νὰ μένουν ἀδιόρθωτοι αὐτοὶ παρὰ ἐγὼ μὲ τὴν πικρίαν καὶ μὲ τὸν θυμὸν νὰ διαφθείρω τὸν χαρακτῆρά μου, διὰ νὰ διορθώσω δῆθεν ἄλλους. Ἀλλως τε βλέπομεν ὅτι αἱ ὅρεις καὶ τὰ ῥαπίσματα δὲν συντελοῦν νὰ καταστήσουν τοὺς ὑπηρέτας μας ἢ τοὺς ἄλλους οἰκείους μας οὔτε σωφρονεστέρους οὔτε ἐργατικωτέρους. Πολλάκις ἡ συγγάνωμη,

τὴν δόποιαν παρέχομεν εἰς αὐτοὺς διὰ τὰ σφάλματά των, τοὺς κάμνει νὰ ἐντρέπωνται περισσότερον παρὰ ἡ τιμωρία καὶ νὰ γίνωνται προθυμότεροι. Βλέπων λοιπὸν ταῦτα ἐπεισθῆν ὅτι δύναται νὰ ἐπιβληθῇ ἐπ' αὐτῶν τόσον ὕσσον ἢ πραότης καὶ ἡ ἀνεξικακία. Ή συνεχής καὶ σχληρὰ τιμωρία δὲν τοὺς φέρει εἰς μετάνοιαν, ἀλλὰ μᾶλλον τοὺς καθιστᾷ προσεκτικοὺς νὰ μὴ ἀνακαλύπτωνται τὰ σφάλματά των. Λοιπὸν εἰς τὸ νὰ καταπιγῷ τὴν ὄργην μετὰ τούτου οὐδὲν ἔπει τῶν ὑπηρετῶν. Καὶ πρῶτον δεῖγμα ἀσκήσεως ἦτο τὸ νὰ ἐπιτρέπω εἰς αὐτοὺς νὰ δικαιολογῶνται διὰ τὰ σφάλματά των. Τοῦτο ἀπαιτεῖ χρόνον τινά. Διὰ τῆς χρονοτριβῆς δὲ αὐτῆς κατορθοῦται ὥστε ἡ μεγάλη ἔξαψις τοῦ πάθους μας νὰ παρέρχεται καὶ νὰ ἐπιβάλλωμεν μὲν ψυχικὴν ἡρεμίαν τὴν τιμωρίαν, ἀνάλογον πρὸς τὸ σφάλμα· ἔτι δὲ ἀφαιροῦμεν καὶ ἀπὸ τὸν τιμωρούμενον πᾶσαν πρόφασιν, ὅτι ἀδίκως τιμωρεῖται. Ποτὲ νὰ μὴ τιμωρῶμεν μήτε τὰ τέχνα μας, μήτε τοὺς ὑπηρέτας μας, μήτε ἄλλον κανένα θυμωμένον. Τίς ἡ ἀνάγκη τῆς βίας; Μετὰ τὸν θάνατον τοῦ Μεγάλου Ἀλεξανδροῦ, οἱ Ἀθηναῖοι ἥθελαν νὰ ἐπαναστατήσουν εὐθὺς, χωρὶς νὰ μάθουν θετικῶς ἂν ἡ περὶ τοῦ θανάτου αὐτοῦ εἶδησις ἦτο ἀληθής. Τότε ὁ Φωκίων εἶπε· «Διατί σπεύδετε; ἐὰν σήμερον εἴνε νεκρός, καὶ αὔριον καὶ μεθαύριον θὰ εἴνε.» Τὸ αὐτὸν πρέπει νὰ λέγωμεν εἰς τὸν ἔαυτόν μας, ὅταν εἴμεθα θυμωμένοι· «Ἐὰν σήμερον μᾶς ἔπταισε, καὶ αὔριον θὰ εἴνε πταίστης καὶ μεθαύριον.» Καὶ καχὸν δὲν εἴνε ἐὰν οἱ πταίσαντες τι-

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΡΓΟΥ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΦΙΛΟΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΕΠΙΚΑΘΗΓΗΤΗ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΦΙΛΟΙ

μωργήθουσαν βραδύτερον· χείριστον δύμως εἶνε τὸ γὰ τιμωρηθῆ τις ἐσπευσμένως καὶ ἔπειτα γὰ ἀποδειχθῆ ὅτι δὲν ἔπταιεν. Ἐὰν ἀφῆσωμεν γὰ παρέλθη χρόνος τις ἀπὸ τοῦ πταῖσματος, θὰ μᾶς φανῆ πολὺ μικρότερογ τὸ πταισμός, τὸ ὄποιον ἀμέσως τότε ὁ θυμός μας ἐμεγαλοποίει. Ποῖος λόγου **χάρην** θὰ νομίσῃ ἄξιον μεγάλης τιμωρίας ὑπηρέτην, διότι πρὸ δέκα ἡ δεκαπέντε ἡμερῶν ἔκαυσε τὸ φαγητὸν ἡ ἥργησε γὰ ἔκτελέσῃ μίαν μας διαταγήν; Καὶ δύμως αὐταὶ αἱ μικραὶ ἀφορμαὶ, διταν εἶνε πρόσφατοι, μᾶς ταράττουν καὶ μᾶς κάμνουν πικροὺς καὶ ἀδυσωπήτους.

11. Πολλὰ εἶνε τὰ αἴτια τῆς ὀργῆς. Ἐν δὲ ἐκ τούτων ὅχι μικρὸν εἶνε διταν φανταζόμεθα ὅτι ἄλλοι δὲν δεικνύουν πρὸς ἡμᾶς τὴν προσήκουσαν εὐλάβειαν καὶ τὸν πρέποντα σεβασμόν, ἀλλ᾽ ὅτι ἡ ἀδιαφοροῦν ἡ καὶ μᾶς καταφρονοῦν. Ὅταν λοιπὸν τὰ πρόσωπα αὐτὰ μᾶς βλέπουν θυμωμένους, πολλάκις ζητοῦν συγγνώμην καὶ ταπεινοῦνται. Ἡ αἴτησις συγγνώμης πρέπει γὰ ἀφαιρῆ ἀπὸ τὴν ψυχήν μας πᾶν ἵχνος ὀργῆς, διότι ἡ δεικνυομένη αὐτοῦ ταπείνωσις ἀφαιρεῖ καὶ πᾶσαν ἴδεαν ἀδιαφορίας. Ἡμᾶς ἡ καταφρονήσεως.

Ἄλλὰ δὲν πρέπει γὰ περιμένωμεν γὰ μᾶς ζητούν συγγνώμην. Πρὸς τὸν Διογένην εἶπε τις ὅτι τὸν καταφρονοῦν. Ἐκεῖνος δύμως ἀπήντησεν. «Ἐγὼ δὲν καταφρονοῦμαι.» Τὸ αὐτὸν λοιπὸν γὰ πράττωμεν καὶ ἡμεῖς. «Οταν τις μᾶς καταφρονῇ, γὰ μὴ θυμώνωμεν, ἀλλὰ γὰ τὸν καταφρονῶμεν καὶ ἡμεῖς, διότι πράττει τὸ ἄτοπον αὐτὸν ἔνεκα γεότητος, ἡ ἔνεκα γήρατος, ἡ ἔνεκα αὐ-

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΚΟΥ ΛΑΡΙΣΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΠΑΠΑΖΩΝΑΣ

θεδείας ή δι' ἄλλην τινὰ ὅμοίαν αἰτίαν. Κατὰ τῶν φίλων μας μάλιστα καὶ κατὰ τῶν οἰκείων μας ποτὲ δὲν πρέπει νὰ ὀργιζόμεθα, διότι δῆθεν ἐπιδειχνύουν πρὸς ἡμᾶς ἀδιαφορίαν. Καὶ ἔὰν ἀδιαφοροῦν, τὸ κάμνουν η διότι φαντάζονται ὅτι εἴμεθα ἀνεξίκαχοι η δτι τοὺς ἀγαπῶμεν καὶ ἐπομένως δὲν θὰ ὀργισθῶμεν. Ἀλλὰ συμβαίνει πολλάκις ὅχι μόνον ἐναντίον τῶν γυναικῶν μας καὶ τῶν ὑπηρετῶν μας καὶ τῶν φίλων μας, ἀλλὰ καὶ ἐναντίον ἀλόγων ζώων νὰ ὀργιζόμεθα καὶ νὰ ἀγανάκτῶμεν !

12. Ἀλλο αἴτιον πρὸς ὀργὴν εἶνε καὶ ὁ τρυφηλὸς καὶ μαλθακὸς βίος. Πολλοί, ἔὰν τὰ φαγητὰ δὲν εἶνε καλῶς μαγειρευμένα, ἔὰν η κλίνη δὲν εἶνε καλῶς στρωμένη, παροργίζονται καὶ ὑπερίζουν καὶ ρχπίζουν τοὺς ὑπηρέτας καὶ τοὺς μαγείρους καὶ ἐν γένει τοὺς οἰκείους των. Ἀνάγκη νὰ συγχθίσωμεν νὰ εἴμεθα εὔχολοι καὶ νὰ ἀρκούμεθα εἰς τὰ ὀλίγα καὶ εἰς ὅτις ὑπάρχει. Εἰς τὴν τροφήν μας δὲν πρέπει νὰ εἴμεθα δύσκολοι καὶ ἰδιότροποι. Τι ὡρελούμεθα ἔὰν θυμώσωμεν, διότι τὰ φαγητὰ δὲν εἶνε νόστιμα ; Μήπως διὰ τῆς ὀργῆς θὰ γίνουν νοστιμώτερα ; "Οχι βεβαίω;, ἀλλὰ προστίθεται καὶ η ὀργή, προσφάγιον ἀηδέστατον καὶ εἰς ἡμᾶς καὶ εἰς τοὺς φίλους μας. Δὲν ὑπάρχει ἀηδέστερον πρᾶγμα πχρὰ νὰ ὑπερίζωμεν η τὴν γυναικά μας η τὴν ὑπηρέτριάν μας εἰς τὴν τράπεζαν, διότι τὸ φχγητὸν ἐκάη ὀλίγον, η ἔκαπνίσθη, η δὲν ἔχει ἀλας ἐπαρκές. Τοὺς φίλους μας πρέπει νὰ δεχώμεθα εἰς τὴν τράπεζάν μας μὲ τὸ μειδίαμα εἰς τὰ χεῖλη, μὲ φλοφροσύνην, ὅχι συνωφρυωμένοι καὶ

ώργισμένοι, οὔτε νὰ ἔνσπείρωμεν τὸν τρόμον εἰς τοὺς ὑπηρέτας. Ἔτι δὲ πρέπει νὰ συνηθίσωμεν εἰς τὴν τράπεζάν μας νὰ τρώγωμεν μὲ οἰονδήποτε σκεῦος καὶ ὅχι νὰ ἔχωμεν ἴδιαιτέραν ἀγάπην πρὸς τοῦτο τὸ ἔκεινο· διότι πολλοὶ ἔχοντες τὴν ἀδυναμίαν αὐτὴν, ὅταν τὸ σκεῦος ἔκεινο χαθῆται συντριβῆ, ὄργιζονται καὶ παραφέρονται. Ὅταν λοιπὸν εἴμεθα εὔκολοι καὶ πρὸς τοὺς ὑπηρέτας μας καὶ σσῶν ἀφορᾶ εἰς τὴν χρῆσιν διαφέρων οἰκιακῶν σκευῶν, θὰ συνηθίσωμεν νὰ εἴμεθα πρὸς δλούς τῇπεις καὶ μαλακοῖ. Ἡ ὄργη δὲν εἶνε ἀνεκτὸν πρᾶγμα. Δὲν ὑπομένουν οὔτε οἱ ἄνδρες τὴν ὄργιλην γυναικα, καὶ ἐὰν ἔτι εἶνε σώφρων, εὔτε αἱ γυναικες τὸν ἄνδρα, καὶ ἐὰν τὸν ἀγαποῦν, εὔτε οἱ φίλοι τοὺς φίλους· ἐνῷ καὶ ἡ μέθη αὐτὴ εἶνε ἀνεκτή, ἐὰν δὲν συνοδεύεται μὲ θυμόν.

13. Ὁργὴν δὲν πρέπει εἰς οὐδεμίαν περίστασιν νὰ μεταχειρίζωμεθα. Οὔτε ὅταν ἀστείζωμεθα, διότι προκαλεῖ ἔχθραν, εὔτε κατὰ τὴν διαπαιδαγώγησιν παίδων, διότι προξενεῖ λύπαντα μέσος κατὰ τῆς διδασκαλίας, οὔτε ὅταν εὐτυχῶμεν, διότι γενιᾷ τὸν φθόνον, οὔτε ὅταν δυστυχῶμεν, διότι οὐδεὶς τότε μᾶς ἐλεεῖ. Ἀνευ θυμοῦ τὸ πᾶν κατορθωῦται. Ἡ πρᾳότης καὶ ἡ μαλακότης ἐπιτυγχάνει ὅτι δὲν ἐπιτυγχάνει ὁ θυμὸς καὶ ἡ δυστροπία. Ὁ Ἀρίστιππος καὶ ὁ Αἰσχίνης, φίλοι στενοί, ἐφιλονείκησαν μεταξύ των. Τρίτος τις εἶπε πρὸς τὸν Ἀρίστιππον· «Ἀρίστιππε, ποῦ εἶνε ἡ φιλία σας;» «Κοιμᾶται ἀπήγνητην ἔκεινος, ἀλλ᾽ ἐγὼ θὰ τὴν ἀφύπνισω». καὶ πλησιάσας πρὸ τὸν Αἰσχίνην εἶπε· «Τόσου σοῦ φαίνομαι ἀδιόρθωτος, ὅτε νὰ μὴ εἴμαι οὔτε συμ-

βουλῆς ἄξιος; » Ὁ Αἰσχίνης τότε ἀπήντησε· « Δὲν ἀπορῶ
δτι σὺ πρῶτος εὗρες ἔχειν τὸ ὅποῖον ὥφειλα ἐγὼ νὰ κά-
μω, διότι ὁ χαρακτήρ σου εἶνε διάφορος τοῦ ἴδικοῦ μου. »
« Ήμεῖς καὶ τὰ ἄγρια ζῷα ἡμερώνομεν, λαμβάνοντες
εἰς τὰς ἀγκάλας μας καὶ λύχων καὶ λεόντων νεογνά.
Διατί λοιπόν νὰ ἀποκρούωμεν διὰ τῆς ὄργης μας τὰ
τέκνα καὶ τοὺς φίλους μας;

14. Ὁ θυμός εἶνε μῆγμα ὅλων τῶν εὐτελεστέρων
παθῶν τῆς ψυχῆς. Ὁ ὄργιλος αἰσθάνεται χαιρεκακίαν.
Ἐπιθυμεῖ ἡ πάθη ἄλλος κακόν. Λυπεῖται καὶ θέλει
νὰ προξενήσῃ λύπην καὶ εἰς τὸν ἄλλον. Εἰς τὸν οἶκον
τοῦ θυμούδοντος ἀνθρώπου ἀντὶ ἄσματος ἀκούει τις θρή-
νους καὶ κοπετοὺς τῶν ξυλοκοπευμένων. Εἰς τὰ πρό-
σωπα τῶν ὑπηρετῶν καὶ τῶν οἰκείων διακρίνονται τὰ
ἴχνη τοῦ ἄγρίου αὐτοῦ πάθους, τὰ ὅποια ἀφῆκαν τὰ
ῥαπίσματα.

15. Εἶνε ἀλγθὲς ὅτι πολλάκις ὄργιζόμεθα ἐναντίον
φαύλων ἀνθρώπων. Καὶ τότε ὅμως ὁ θυμός μας πρέπει
νὰ ἔχῃ μέτρον. Πολλάκις ἀνθρωπος, εἰς τὸν ὅποῖον
εἶχαμεν ἐμπιστοσύνην καὶ ὑπόλγυψιν, ἀποδεικνύεται ἀπε-
στος καὶ διεφθαρμένος. Πολλάκις ἡ γυνὴ μᾶς ἀπατᾷ,
ὅτι πηρέτης μᾶς δολιεύεται, ὁ φίλος μᾶς προδίδει. Εἰς
τὰς περιστάσεις ταύτας ἂς ἐνθυμώμεθα ὅτι εἶπεν ὁ φι-
λόσοφος Ἀναξαγόρας. Οὗτος μαθὼν ὅτι ὁ υἱός του ἀπέ-
θανεν, ἀπήντησε· « Ἡξευρά ὅτι δὲν ἐγέννησα υἱὸν ἀθά-
νατον. » Λοιπὸν καὶ ἡμεῖς ἡς λέγωμεν· « Ἐγνώριζα
ὅτι εἰς ὑπηρέτας δὲν εἶνε πάντοτε πίστος· ἐγνώριζα ὅτι
εἰς φίλοις πολλάκις μᾶς ἀπατοῦν· ἐγνώριζα ὅτι ἡ γυνὴ

ἔχει ἐνίστε αἰσθενῆ χαρακτήρα.» Τέλος δέ; συλλογι-
ζώμεθα δτι καὶ ἡμεῖς δὲν εἴμεθα ἀναμάρτητοι, δέ; παρέ-
χωμεν συγγνώμην καὶ διότι καὶ ἡμεῖς αὐτοὶ πολλάκις
ἔχομεν ἀνάγκην συγγνώμης. Τώρα δέκας τί συμβαίνει;
Ἐκαστος ἐξ ἡμῶν γομίζει δτι εἶνε Ἀριστείδης ή Κά-
των καὶ ἐπιτιμᾷ τοὺς ἄλλους μὲν αὐστηρότητα. Τὸ δὲ
γελοιότερον πάντων εἶνε δτι, δταν ἄλλοι ὄργιζωνται,
ἡμεῖς τοὺς ἐπιπλήττομεν πάλιν μὲν ὄργιλον τρόπον καὶ
οὕτως ἐπιτείνομεν τὸ πάθος των αὐτὸς καὶ εἰς ταραχὴν
καὶ εἰς ἀγαστάτωσιν καὶ τοὺς ἄλλους φέρομεν καὶ ἡμεῖς
περιερχόμεθα. "Οταν λοιπὸν δλα αὐτὰ σκέπτωμαι, φρον-
τίζω νὰ μὴ ἀνακαλύπτω καὶ δλα τὰ σφάλματα τῶν ἄλ-
λων. Διέστι τὸ νὰ ἀνακαλύπτωμεν καὶ νὰ ἔξελέγχωμεν
μετ' ἀκριβείας καὶ τὰ ἐλάχιστα τοῦ ὑπηρέτου σφάλματα,
καὶ τὰς πράξεις τῶν φίλων μας δλας, καὶ τῶν γυναι-
κῶν τὸν ψ.θυρισμόν, καὶ τὰ πταίσματα τῶν υἱῶν μας,
γίνεται αἴτιον πολλῆς συνεχοῦς καὶ καθημερινῆς ὄργης.

Τοιαῦτα λοιπὸν πράττων καὶ .ομενος ἀπεφάσισα
νὰ μὴ ὄργισθῶ πρῶτον ὄλιγας ἡμέρας, καθὼς ἀποφασί-
ζουν ἐνίστε σι φιλοπόται νὰ μὴ μεθύσουν ἐπ' ὄλιγας
ἡμέρας. "Επειτα ἐδοκίμασα ἔνα καὶ δύο μῆνας τὴν ἐγκρά-
τειάν μου εἰς τὴν ὄργην, ἀπέχων παντὸς λόγου ὑβρι-
στικοῦ καὶ πάσης πράξεως κακῆς. Καὶ οὕτω κατώρθωσα
νὰ ἀπαλλαγῶ πάθους, τὸ ὄποιον καὶ ταραχὰς μεγάλας
καὶ μεταμέλειάν αἰσχίστην προξενεῖ. "Επείσθην δὲ δτι
ἡ πρόστης ἡμῶν καὶ ἡ γλυκύτης καὶ ἡ προσήνεια οὐδένα
ἀφελεῖ περισσότερον ή ἡμᾶς αὐτούς.