

των. Ἀναγκαίως λοιπὸν πρέπει γὰρ ὑπάρχει  
τὸ ἰσχυρότερον καὶ τελειότερον παρὰ τὸν ἄν-  
θρωπον, εἰς τὸ ὁποῖον γὰρ ἀναφέρη ὅλας τὰς  
πρόξεις του, καὶ τὸ ὁποῖον γὰρ ἐμπορῇ γὰρ τὸν  
ἀνταμείβη διὰ τὰς κακὰς, καὶ γὰρ τὸν παιδέυη  
διὰ τὰς κακὰς· ὥστε τὸ "Ὅν τοῦτο δὲν ἐμπορεῖ  
γὰρ ἦναι ἄλλο παρὰ τὸν Θεόν, τοῦ ὁποίου ἀπε-  
δείξομεν εἰσατέροι τὴν ὑπαρξιν. Εὐσέβεια δὲ  
εἰς Θεὸν εἶναι γὰρ πιστεύωμεν εἰς αὐτὸν, γὰρ  
τὸν σεβώμεθα, γὰρ τὸν λατρεύωμεν καὶ γὰρ τὸν  
ὑποτασσώμεθα.

Ἡ ἀρετὴ αὕτη εἶναι προσωπικὴ, διότι μό-  
νος ὁ ἐργαζόμενος ἀπολαμβάνει τοὺς καρπούς  
της, ἡγοῦν τὴν ἀνταμειβὴν, τὴν ὁποίαν ὁ Θεὸς  
φυλάττει εἰς τοὺς πιστεύοντας καὶ ὑποτασσο-  
μένους εἰς αὐτόν. "Ἄν ἡ εὐσέβεια ἔχη τινὰ ἐ-  
πίρροην εἰς τοὺς ἄλλους, τοῦτο γίνεται κατὰ  
παράδειγμα, κυρίως ὅμως ἀποβλέπει τὸν εὐσε-  
βεῖ· διότι δὲν τὴν ἐργάζεται διὰ τοὺς ἄλλους,  
ἀλλὰ δι' ἑαυτόν· καὶ ἂν ἄλλοι δὲν ἦσαν, αὐ-  
τὸς ἐξίσου ἠθέλε πιστεύειν καὶ εὐσεβεῖν εἰς  
τὸν Θεόν. Εἶπαμεν ὅτι ἡ εὐσέβεια εἶναι ἡ  
πρώτη τῶν ἀρετῶν· διότι συνδέει τὸν ἄνθρωπον  
μὲ τὸν Θεόν, καὶ τὸν κρατεῖ σταθερὸν εἰς  
τὴν

τὴν πράξιν τῆς ἀρετῆς, δείχνουσα εἰς αὐτὸν ὅτι ἔχει κριτὴν καρδιογνώστην, καὶ βραβευτὴν παντοδύναμον. Ἄς μὴν εἰπῆ τις ὅτι πᾶς ἄνθρωπος ἐμπορεῖ νὰ ἐργάζεται τὴν ἀρετὴν αὐτὴν δι' ἑαυτὴν, μόνον διότι τὴν εὕρισκει ἀξίεραστον, ὠφέλιμον καὶ σύμφωνον μὲ τὸν ὀρθὸν λόγον. Χωρὶς τὴν εἰς Θεὸν εὐσέβειαν αἱ ποιότητες αὐταὶ τῆς ἀρετῆς δὲν ἔχουν πάντοτε εἰς ὅλους βεβαίαν ὑποχρεωτικὴν δύναμιν· ὅθεν καὶ οἱ ἀληθεῖς φιλόσοφοι, οἱ τινες ἐβάδυναν καὶ ἐρεύνησαν τὴν ὑπόθεσιν ταύτην, συμφώνως ὁμολογοῦν ὅτι ἡ εἰς Θεὸν πίστις εἶναι ἡ βᾶσις ὅλων τῶν ἀρετῶν, καὶ ὅτι χωρὶς τὴν βᾶσιν ταύτην, ἀσφαλὴς οἰκοδομὴ ἀρετῶν δὲν ἐμπορεῖ νὰ σταθῇ. Ὅς τις βέβαια πιστεύει εἰς Θεὸν, γνώστην τῶν φανερῶν καὶ ἀφανῶν, βραβευτὴν τῆς ἀρετῆς καὶ ἐκδικητὴν τῆς κακίας, οὗτος δὲν τολμᾷ νὰ παραβῇ ποτὲ τοὺς νόμους του, οὔτε κατ' ἴδιαν, οὔτε δημοσίᾳ, πεπεισμένος ὅτι δὲν ἐμπορεῖ ν' ἀποφύγῃ τὴν τιμωρίαν τῆς φοβερᾶς καὶ δικαίας του ὀργῆς.

Ἡ εὐσέβεια λαμβάνει τρεῖς ἄλλας ἀρετάς, ἡγουν τὴν πίστιν, τὴν ἐλπίδα καὶ τὴν ἀγάπην, αἱ ὁποῖαι λέγονται καὶ Θεολογικαί, ὡς

ὡς ὑποκείμενα Θεολογικῆς Θεωρίας· ἀνήκουστος ὁμως καὶ εἰς τὴν φιλοσοφικὴν Ἠθικὴν, διότι καὶ ὁ ὀρθὸς βέβαια λόγος μᾶς προστάζει νὰ πιστεύωμεν εἰς ἕνα Θεὸν ποιητὴν τοῦ παντός, νὰ ἐλπίζωμεν εἰς αὐτὸν ὡς προνοητὴν, καὶ νὰ τὸν ἀγαπῶμεν ὡς εὐεργέτην μας.

Ὅτι πρέπει νὰ φροντίζωμεν διὰ τὴν συντήρησιν τοῦ σώματός μας.

Ἐφοῦ ἴδαμεν ὅτι ἡ εἰς Θεὸν εὐσέβεια εἶναι ἡ πρώτη τῶν ἀρετῶν, πρέπει τῶρα νὰ ἐξετάσωμεν εἰδικώτερον, ποῖα εἶναι τὰ ἄλλα εἰς ἑαυτὸν χρέη, εἴτε προσωπικαὶ ἀρεταί, τὰς ὁποίας ὁ ἄνθρωπος ἐμπληρῶν, ἐμπορεῖ νὰ ζῆ εὐδαιμόνας. Τὰ χρέη ταῦτα εἶναι ἡ ἐπιμέλεια τῆς συντηρήσεως τοῦ σώματός μας, καὶ ἡ τελειοποίησις τῶν ψυχικῶν καὶ σωματικῶν μας δυνάμεων· ἡ μετριότης καὶ ἐγκράτεια τῶν παθῶν· ἡ ἡσυχία τῆς ψυχῆς· ἡ σταθερότης· ἡ γενναιότης· ἡ ἀνδρία· ἡ φρόνησις. Περὶ ἐκάστη τούτων θέλομεν ὁμιλήσειν ἰδιαιτέρως, καὶ πρῶτον περὶ τῆς ἐπιμελείας τοῦ σώματος, διότι εἶναι τὸ κατοικητήριον ἐνταυτῷ καὶ ὄργανον τῆς ψυχῆς.

Ἐπι-

Ἐπιμέλεια τοῦ σώματος.

Τὸ ἀνθρώπινον τοῦτο σῶμα εἶναι ὄντως πλάσμα πανσόφων καὶ παντοδυνάμων χειρῶν. Ὅργανα ἐσωτερικά, ἐνεργοῦντα ἡσυχῶς καὶ ἀνεξαρτήτως ἀπὸ τὴν θέλησίν μας, ἐκπληροῦν τοὺς ὁποίους ὁ Πλάστης ἔθετο νόμους εἰς τὴν σύνθεσιν αὐτῶν. Δὲν ἦτο βέβαια χρεία νὰ ἐπιστατῆ ἡ ψυχὴ εἰς τὸ ἐσωτερικὸν σύστημα τῆς ζωῆς, καὶ νὰ ἐμποδίζεται ματαίως ἀπ' ἄλλας ἐνασχολήσεις ἀναγκαιοτέρας καὶ πλέον ἀξίας τῆς λογικῆς καὶ θείας μεγαλοπρεπείας τῆς. Τὸ ἐσωτερικὸν τοῦτο σύστημα εἶναι πληρὲς, ὡς πρὸς τὸ τέλος τοῦ Δημιουργοῦ, τέλειον καὶ ἀσφαλὲς εἰς τὰς ἐνεργείας του, καὶ δὲν ὑπόκειται παρὰ εἰς τὴν ἐπιρροὴν τῶν ἐξωτερικῶν σωμάτων, ὡς μέρος τῆς δημιουργίας τοῦ παντός. Πρὸς ταῦτα λοιπὸν ἔδωκεν ὁ Θεὸς εἰς τὸν ἄνθρωπον ἐξωτερικὸν ἄλλο σύστημα ὀργάνων, διὰ νὰ φυλάττωσι τὸ ἐσωτερικὸν, ἀκολουθοῦντα τῆς ψυχῆς τὰ βουλευμάτα· ὅθεν ἀμέσως ὑπόκεινται εἰς τὴν θέλησίν της, κινουνται, ὡς ἐκείνη προστάζει, γίνονται ἐρμηνεῖς τῶν διαθέσεών της, μνηνυταὶ τῶν ἐξωθεν συμβαι-

βαιόντων, ὅπλα κατὰ τῶν ἐναντίων, φύλακες εἰς τοὺς κινδύνους, ὄργανα τροφῆς, καὶ πολύτιμα μέσα τῆς τελειοποιήσεως τῶν λογικῶν δυνάμεων. Παρατήρησε τὰς θαυμαστάς ἐνεργείας ἐνὸς μόνου τῶν ἐξωτερικῶν τούτων ὀργάνων, καὶ θαυμάζων, ἄνθρωπε, τὴν Ποιητὴν σου, συλλογίζου τρέμων, πόσην ἐπιμέλειαν καὶ προσοχὴν πρέπει νὰ ἔχῃς εἰς τὴν φύλαξιν τῆς ὑπάρξεώς σου, καὶ εἰς τὴν γύμνασιν καὶ ὀρθὴν μεταχείρισιν τῶν σωματικῶν σου δυνάμεων. Παρατήρησε, λέγω, τὰς ἐνεργείας τοῦ σμικροτάτου τούτου ὀργάνου τῆς γλώσσης σου. Ἐναρθρόνουςα τὴν φωνὴν μετὰ διαφόρους κινήσεις, κόμνει τοὺς ἄλλους νὰ καταλαμβάνωσι τὰς χρεῖάς σου, τὰς διαθέσεις καὶ τὰ νοήματα τῆς ψυχῆς σου. Κινεῖς τὸ σμικρότατον τοῦτο ὄργανον, καὶ διαθέτεις κατὰ μυρίους τρόπους τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα τῶν ἄλλων· τοὺς κάμνει νὰ χαίρωνται, νὰ λυπῶνται, νὰ κλαίωσι, νὰ ἠδύνανται, νὰ ἐνθουσιάζωνται, νὰ ἐπιχειρίζωνται ταῦτα, ν' ἀπέχωνται ἀπ' ἐκεῖνα. Συλλογίσου τὸν Δημοσθένην μετὰ μόνην τὴν γλώσσάντου νὰ ἀνατρέπῃ τὰς βουλὰς τῆς πλέον δυνατοῦ καὶ πολεμικοῦ ἐχθροῦ τῆς Ἑλλάδος,

μὲ

ΜΕΡΟΣ Β'. ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ 5'. 169

μὲ μόναι τὰ ὄπλα τοῦ λόγου νὰ ἀντέχη τῶν  
 χρόνους, ἐναντίον εἰς μυριάδας πολεμίων· τὸν  
 Κικέρωνα, νὰ σώζη μὲ τὴν γλῶσσαν τοὺς ἀ-  
 δίκως κινδυνεύοντας, νὰ ὑπερασπίζεται τὴν  
 πατρίδα κατὰ τῶν φιλοδόξων ἐπιβούλων της,  
 νὰ συστέλη καὶ νὰ χαλινώη μὲ μόνον τὸν λό-  
 γον τοὺς δυνάστας τῶν ἐθνῶν. Ὡς παράδοξοι ἐ-  
 νέργειαι ἐνὸς σμικροτάτου ὀργάνου! ὧ ἀνεξιχνία-  
 στοι σχέσεις τῆς ψυχῆς μὲ τὴν γλῶσσαν, καὶ  
 τῆς γλώσσης μὲ τὰς ψυχὰς καὶ καρδίαις τῶν  
 ἀκουόντων! Δικαίως λοιπὸν λέγομεν, ὅτι μετὰ  
 τὴν εἰς Θεὸν εὐσέβειαν τὸ μεγαλύτερον χρέος  
 μας εἶναι νὰ φυλάττωμεν τὴν ὑπαρξίν μας, νὰ  
 γυμνάζωμεν ὠφελίμως τοιαῦτα ὄργανα, καὶ  
 καὶ τὰ μεταχειριζώμεθα ἀξίως, καὶ τῆς μεγα-  
 λειότητος τοῦ Ποιητοῦ, καὶ τῆς εὐγενείας τῆς  
 ἐνοικούσης εἰς ἡμᾶς λογικῆς καὶ ἀθάνατου ψυ-  
 χῆς. Χωρὶς βέβαια τὴν ὑγείαν τοῦ σώματος  
 πῶς ἐμποροῦμεν νὰ ἐκπληρόνωμεν τὰ χρέη  
 μας; Χωρὶς τὴν πρέπουσαν γύμνασιν αὐτοῦ,  
 πῶς ἐμποροῦμεν νὰ τὸ ἔχωμεν ἐπιτήδειον καὶ  
 ἔτοιμον ὄργανον εἰς τὰ βουλευματα τῆς ψυ-  
 χῆς; Διὰ τοῦτο ὁ Ἰπποκράτης φρονεῖ καλῶς,  
 ὅτι ἔπρεπεν ὅλοι οἱ ἄνθρωποι νὰ ἐξεύρωσι  
 τὴν

τὴν ἰατρικὴν. » Ἡ μάθησις αὕτη, λέγει, εἶ-  
 » ναι τιμία καὶ ὠφέλιμος διὰ τὴν συντήρησιν  
 » καὶ καλὴν διαγωγὴν τῆς ζωῆς, τὴν στοχά-  
 » ζομαι ἀδελφὴν καὶ σύτροφον τῆς σοφίας. Ἡ  
 » σοφία εἶναι ὁ ἰατρός τῆς ψυχῆς, τῆς ὁποίας  
 » αἱ δυνάμεις τόσο καλλίτερα ἐνεργοῦν, ὅσον  
 » τὸ σῶμα ὑγιαίνει. Ὅταν δὲ ἐξεναντίας πά-  
 » σχῃ τοῦτο, ὁ νοῦς ἐμποδίζεται ἀπὸ τὰς ἐ-  
 » νεργείας του, καὶ καταστρέφεται ἀνεπιτήδεις  
 » εἰς τὴν πρᾶξιν τῶν ἀρετῶν. Ἄν βέβαια  
 » περιορίσωμεν τὸ σῶμα εἰς τὸ τρῶγειν καὶ πί-  
 » νειν, εἶναι εὐκαταφρόνητον βᾶρος ὕλης, ὕλι-  
 » κῶς αὐξανόμενον καὶ ἐλαττούμενον, ἕως ἢ  
 » διαλυθῇ εἰς πλεον εὐκαταφρόνητα ἄτομα, καὶ  
 » τὰ γένη ἄφαντον μέσα εἰς τὸ ἀχανές πέλαγος  
 » τῆς φύσεως. Δὲν εἶναι ὅμως τοῦτο ἀνθρωπίνῃ  
 » ζωῇ· ὁ δὲν ἐδημιουργήθη ἢ ἐμφυχος αὕτη μη-  
 » χανὴ διὰ τοιαῦτα τέλη. Γῆ, θάλασσα, καὶ  
 » οὐρανὸς ὑπετάχθησαν εἰς τὰς ἐνεργείας τῆς  
 » μεγαουργίας φυσικῆς καὶ ἠθικῆς εἶναι τὰ ἀ-  
 » ποτελέσματά της. Ἐξίσου λοιπὸν ἀσυγχώρη-  
 » τον ἀμάρτημα καὶ φοβερὰ ἀλογία εἶναι ἢ ὁ-  
 » λική προσκόλλησις καὶ ἢ ἀμέλεια καὶ κατα-  
 » φρόνησις τῆς ὑπάρξεώς μας. Πόσοι ἀνθρώ-  
 »

ΜΕΡΟΣ Β'. ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ 4'. 121

ποὶ διὰ τὴν ἀμέλειαν καὶ κατάχρησιν τῆς ὑγείας των ἀποθνήσκουν παρὰ καιρόν! ἐνῶ ἡ δύναντο νὰ ὠφελήσωσι τὴν πατρίδα των, νὰ φωτίσωσι τοὺς ὁμογενεῖς των, καὶ νὰ ζήσωσι μακρὰν καὶ εὐδαίμονα ζωὴν, ἐκπληροῦντες τὰς θεῖας σκοποὺς, διὰ τοὺς ὁποίους ἐπλάσθησαν.

Ἡ φροντίς λοιπὸν, τὴν ὁποίαν χρεωστοῦμεν εἰς τὴν ὑπαρξίν μας; θεωρεῖται εἰς τὴν δίαιταν τῆς ζωῆς, καὶ εἰς τὴν μετριότητα τῶν ἐπιθυμιῶν καὶ παθῶν.

Ἡ ὑγεία τοῦ ἀνθρώπου συνίσταται ἀπὸ τὴν ἰσορροπίαν τῶν ζωτικῶν ὑγρῶν, καὶ πρὸ πάντων, ἀπὸ τὴν δύναμιν τῆς στομάχου καὶ τὴν εὐκινησίαν καὶ καθαρότητα τοῦ αἵματος. ταῦτα δὲ κρέμανται ἀπὸ τὴν ἀπλότητα τῆς τροφῆς καὶ ἀπὸ τὴν μετρίαν γύμνασιν. Ἀνάγκη λοιπὸν, ὅς τις θέλει τὴν ὑγείαν του, νὰ περιᾶ ζωὴν ἀπλῆν καὶ κανονισμένην, νὰ τρώγῃ καὶ νὰ πίνῃ ὄχι κατὰ τὰς ἐπιθυμίας τῆς φαντασίας, ἀλλὰ κατὰ τὰς χρείας τῆς φύσεως, νὰ κάμνῃ γύμνασιν μετρίαν, νὰ πνέῃ ἀέρα καθαρόν, καὶ νὰ ἀποφεύγῃ, ὅσον ἐμπορεῖ, τὰς ἀφορμὰς τῆς λύπης καὶ τῆς μελαγχολίας. Ταῦτα εἶναι γενικὰ δι' ἕκαστον ἄνθρωπον ὁποιοῦ-

δή-



δήποτε ἐπαγγέλματος καὶ ἂν ἦναι. Ὅσοι δὲ μάλιστα καταγίνονται εἰς σπουδὴν, εἰς τούτους εἶναι χρεῖα μεγαλητέρας προσοχῆς καὶ ἀριβείας εἰς τὴν δίαιταν. Ὁ κοῦς παραλαμβάνει εἰς τοὺς ἀγῶνας τοῦ τὴν ἐνέργειαν τῶν σωματικῶν δυνάμεων· τούτων ὅμως ἢ συνδρομὴ εἶναι ἀναγκαῖα καὶ εἰς τὴν ὑγείαν τοῦ σώματος. Ἄν θέλωμεν λοιπὸν νὰ γίνωνται οἱ πνευματικοὶ ἀγῶνες μὲ καλὴν πρόοδον καὶ ὠφέλειαν, δὲν πρέπει νὰ κακομεταχειριζώμεθα τὰς σωματικὰς δυνάμεις. Κατὰχρησις βλαπτικώτατη εἰς αὐτάς, καὶ ἀκολουθῶσα εἰς τὸν τοῦτο, εἶναι μάλιστα αἱ νυκτογραφίαι, ἢ πολυφαγία, καὶ αἱ μετὰ τὸ γεῦμα ἀμέσως γινόμεναι μελέται.

Ἡ μετριότης τῶν ἐπιθυμιῶν καὶ παθῶν στέκει εἰς τὸ νὰ μὴν ἀφίνομεν αὐτὰ ἀχαλίωτα, ἀλλὰ νὰ τὰ οἰκοδομῶμεν προσεκτικῶς, καὶ νὰ τὰ κανονίζωμεν φρονίμως. Τὰ πάθη εἶναι αἱ φυσικαὶ κλίσεις καὶ ὀρέξεις, ὡς καὶ ἄλλοτε εἶπαμεν· ἀλλ' ἐπειδὴ ἄνθρωπος ζῶν, ἔχει ἀναγκασίως καὶ ὀρέξεις, διότι αὐταὶ εἶναι τὰ ἄμεσα ἀποτελέσματα τῆς ζωτικῆς αἰσθησεως καὶ κινήσεως, πᾶς ἄνθρωπος λοιπὸν ἔ-

χει

χει καὶ πάθη· λέγοντες δὲ πάθη, ὅν ἐ-  
 γουῶμεν κατὰ τὴν κοινὴν κατὰχρησιν τῆς λέ-  
 ξεως, κακίας, οὐδὲ πάλιν ἀρετῆς, ἀλλ' ἀπλῶς  
 ὀρέξεις καὶ ἐπιθυμίας, αἱ ὁποῖαι, ὡς ἤθε-  
 λαν διαθέσειν τὴν ψυχὴν καὶ τὴν καρδίαν,  
 ἔτι δὲ κατὰ τοὺς τρόπους τῆς εὐχαριστήσεως  
 αὐτῶν καὶ κατὰ τὰ ἀποτελέσματα, λέγονται  
 καὶ εἶναι Ἀρεταὶ ἢ Κακίαι. Μετριότης λοι-  
 πὸν καὶ κανονισμὸς εἶναι νὰ ἐλαττόνωμεν τὴν  
 ὀρμὴν τῶν ὀρέξεων τούτων, ὅταν ἦναι ὑπερ-  
 βολικαί, ἢ διαμένωσι πλειότερον καιρὸν παρ' ἴ-  
 σον ἀπαιτεῖ τὸ πρᾶγμα, εἰς τὸ ὁποῖον ἀπο-  
 τείνονται· καὶ πάλιν νὰ τὰς διεγείρωμεν, ὅ-  
 ταν ἦναι κατ' ὑπερβολὴν ἀδύνατοι, διὰ νὰ ἐπι-  
 τύχωμεν τὸν προκείμενον ἀγαθὸν σκοπὸν. Εἰς  
 ἓνα λόγον, νὰ κυβερνώμεν καὶ νὰ διευθύνω-  
 μεν ἐκάστην τῶν ὀρέξεων μετρίως τοιοῦτον,  
 ὥστε ὄχι μόνον νὰ μὴ βλάβῃ, ἀλλὰ καὶ νὰ  
 συντρέχῃ εἰς τὴν εὐδαιμονίαν μας, καὶ εἰς τὴν  
 εὐτυχίαν τῶν ἄλλων. Ὅτι ἡ δύναμις αὕτη  
 τῆς ψυχῆς ἢ διοικοῦσα τὰς ἐπιθυμίας μας εἶ-  
 ναι ἀναγκαία εἰς τὴν εὐδαιμονίαν μας, ἕκα-  
 στος ἔχει τὴν ἀπόδειξιν εἰς τὸν ἑαυτόν του, διό-  
 τι αἰσθάνεται ὅτι μία τις ἐπιθυμία ἢ ἀπο-  
 στρο-

στροφή καὶ ὑπερβολὴν ἀδύνατος ἢ βία, εἶναι πόλεμος ἐσωτερικὸς μεταξύ τῆς θελήσεως καὶ τοῦ νοός μας, ἢ ταυτόν· εἰπεῖν, τῆς συνειδήσεώς μας, ἐκ τοῦ ὁποίου συγχίζεται ἡ τάξις καὶ ἡσυχία, τὴν ὁποίαν πρέπει νὰ ἔχωμε συνἀλλήλως αἰ ἐπιθυμία· διὰ τὴν συντήρησιν τῆς ὑπάρξεώς μας, καὶ μετατρέπονται εἰς πάθη βλαπτικά· Παραδείγματος χάριν, ἢ ὑπερμετρος ἀγάπη τῆς ζωῆς καὶ τῆς υἰείας καταστέρεται ἀνήσυχος δειλία· αἱ ὀρέξεις τῶν αἰσθησέων, χαυρότης καὶ τρυφή· ὁ πόθος τοῦ πλούτου ἢ τῶν ἀναγκαίων μέσων τῆς ζωῆς, πλεονεξία καὶ φιλαργυρία· ἢ ἐπιθυμία τῆς ὑπολήψεως καὶ τοῦ προβιβασμοῦ, κενοδοξία καὶ ὑπερηφανία, ἢ φιλοδοσποτεία· ἢ ὀρέξεις τῆς ἀναπαύσεως, ἀργία καὶ ὀκνηρία· Ἔργον λοιπὸν τῆς φρονήσεως εἶναι νὰ κρατῶμεν ὅλας τὰς ἐπιθυμίας μέσα εἰς τὰ περιγραφόμενα ὄρια ἀπὸ τὸν ὀρθὸν λόγον καὶ ἀπὸ τὴν συνείδησιν· καὶ οὕτω σεβόμενοι τὸν Θεὸν καὶ ἑαυτούς, νὰ μένωμεν πάντοτε σταθεροὶ εἰς τὴν ἀπόφασιν τοῦ νὰ μὴ τὰ ὑπερβαίνομεν· Ἐξετάζοντες τὴν ὑπόθεσιν ταύτην μετὰ τρόπον παραδειγματικώτερον, λέγομεν·

"Ο-

Ὅτι ἡ ἀγάπη τῆς ζωῆς καὶ τῆς υἰείας κατατὰ  
 δυστυχῆς καὶ ἀνδραποδώδης δειλία, ὅταν  
 δὲν τὴν μετριάζωμε

Ἄς ὑποθέσωμεν τινὰ ἔξω τοῦ μέτρου φι-  
 λόζων. Οὗτος λατρεύει τὴν ζωὴν, ὡς νὰ ἔζη  
 διὰ νὰ μὴν ἀποθάγη ποτέ· ἢ ὡς νὰ τὴν εἶχε  
 μόνον διὰ νὰ τὴν ἀυξήσῃ ἀκόμη ὀλίγους χρό-  
 νους. Φοβερώτερον ἄλλο δὲν εἶναι εἰς αὐτὸν  
 παρὰ τὴν ἀρρώστιαν καὶ τὸν θάνατον· φαν-  
 τάζεται μυρίους τρόπους νὰ τὰ ἀποφύγῃ· εἶναι  
 ὄλος προσεκτικὸς καὶ εἰς τὴν πλέον παραμι-  
 κράν ταραχὴν τῆς σωματικῆς του συστάσεως·  
 ἐπαγρυπνεῖ μὲ πρόβλεψιν γελοιώδη εἰς ὅ, τι  
 ἐμπορεῖ νὰ προξενήσῃ βλάβην τινὰ ἐγγύθεν ἢ  
 μακρόθεν εἰς τὴν υἰείαν του. Ἀκούει τὸν θά-  
 νατον τοῦ φίλου του; ἢ ὄψις του γίνεται ὡς  
 νεκροῦ· βλέπει τὸν νεκρικὸν κράββατον; χά-  
 νει τὰς δυνάμεις του, καὶ γίνεται ἡμιθανής.

Ζωὴ λοιπὸν πάντοτε εἰς φόβους καὶ ὑπο-  
 ψίας, εἶναι ποτέ ζωὴ ἐπιθυμητή; Μὲ τὸν  
 τρόπον τοῦτον ἀφανίζει ὁ ἄμετρα φιλόζωος τὸ  
 καθ'αυτὸ ὑποκείμενον τοῦ ζῆν· αὕτη ἢ ὑπερ-  
 βολικὴ προσκόλλησις εἰς τὴν ζωὴν, οὗτος ὁ  
 ἄλλο

ἄλογος φόβος τοῦ θανάτου, τὸν βασανίζει ἀκατάπαυστα, συντέμνει τὰς ἡμέρας του, καὶ τὸν ρίπτει παρὰ καιρὸν εἰς τὸ ὅποῖον τρέμει παραλόγως. Πάντοτε νομίζει τὸν ἑαυτόν του εἰς κίνδυνον, καὶ ἂν τωσὺντι πέσῃ εἰς κανένα, ἔμπορεῖ νὰ χαθῇ εὐκολώτερα παρὰ ἕκαστον ἄλλον· διότι ὁ ἄμετρος φόβος τοῦ σηκώνει τὴν ἀνδρίαν καὶ τὴν ἐτοιμότητα τοῦ πνεύματος, τὰ ὅποια εἰς τοὺς κινδύνους εἶναι ἀναγκαῖα πρὸς εὖρεσιν τρόπων ἀπαλλαγῆς.

Εἰς τοίους ἐξευτελισμοὺς δὲν τὸν ρίπτει ἀπόμνη ἢ ἄμετρος ἀγάπη τῆς ζωῆς! αὕτη τοῦ εἶναι τιμὴ, φιλία, συγγένεια καὶ πατρὶς· αὕτη τὸν φέρει καὶ εἰς χειρότερα ἀτοπήματα. Διὰ νὰ φυλάξῃ τὸ ἄκρον τοῦτο ἀγαθόν του, τὴν ζωὴν καὶ τὴν υἰείαν, πάσκει νὰ ἦναι περιποιητικὸς, εὐεργετικὸς καὶ συμπαθὴς· ἀδιαφορεῖ περὶ πάντων· ἄλλον δὲν βλέπει εἰς τὸν κόσμον παρὰ τὸν ἑαυτόν του· δι' ἄλλο δὲν τὸν μέλλει παρὰ διὰ τὴν υἰείαν του. Πῶς βέβαια ἢ συμπάθεια ἔμπορεῖ νὰ εὕρῃ τόπον εἰς τὴν καρδίαν του, ἀφοῦ ἢ φιλαυτία τὴν κατακρατῇ ὀλόκληρον; πῶς ἔμπορεῖ νὰ ἔχῃ αἴσθημα ἀγαθοποιίας, ὅς τις φοβεῖται καὶ ὑποπτεύε-

ται