

GREC

1. Τῶν ὄντων
τὰ μὲν ἐστὶν ἐφ' ἡμῖν,
τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν.
Ἐφ' ἡμῖν μὲν
ὑπόληψις,
ὁρμή,
ὄρεξις,
ἔγκλισις
καὶ ἐνὶ λόγῳ
ὅσα ἡμέτερα ἔργα·
οὐκ ἐφ' ἡμῖν δὲ
τὸ σῶμα,
ἡ κτῆσις,
δόξαι,
ἀρχαὶ
καὶ ἐνὶ λόγῳ
ὅσα οὐχ ἡμέτερα ἔργα.
2. Καὶ τὰ μὲν ἐφ' ἡμῖν
ἐστὶ φύσει ἐλεύθερα,
ἀκώλυτα,
ἀπαρὰ πόδιστα,
τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῖν
ἀσθενῆ,
δοῦλα,
κωλυτά,
ἀλλότρια.
3. Μέννησο οὖν, ὅτι,
ἐὰν ἐλεύθερα οἰηθῇς
τὰ φύσει δοῦλα
καὶ τὰ ἀλλότρια ἴδια,
ἐμποδισθήσῃ,
πενθήσῃς,
ταραχθήσῃ,
μέμψῃ καὶ θεοὺς
καὶ ἀνθρώπους,
ἐὰν δὲ οἰηθῇς σὸν εἶναι
τὸ σὸν μόνον,
τὸ δὲ ἀλλότριον,
ὥσπερ ἐστίν,
ἀλλότριον,
οὐδεὶς σε ἀναγκάσει οὐδέποτε,
οὐδεὶς σε κωλύσει,
οὐ μέμψῃ οὐδένα,
οὐκ ἐγκαλέσεις τινί,
ἄκων πράξεις οὐδὲ ἓν,
οὐδεὶς σε βλάψῃ,
ἐχθρὸν οὐχ ἔξεις,
οὐδὲ γὰρ βλαβερόν τι πείσῃ.

FRANÇAIS

1. Parmi les choses,
les unes sont de notre ressort,
les autres pas de notre ressort.
De notre ressort :
jugement,
impulsion,
désir,
aversion,
et en un mot
toutes les choses qui sont nos affaires ;
Mais pas de notre ressort :
le corps,
la fortune,
la réputation,
les magistratures
et en un mot
toutes les choses qui ne sont pas nos affaires.
2. Et les choses de notre ressort
sont par nature libres,
sans empêchements,
sans entraves,
quand les autres, pas de notre ressort, sont
sans valeur,
esclaves,
empêchées,
étrangères.
3. Rappelle-toi donc que
si tu considères libres
les choses par nature esclaves
et propres les choses étrangères,
tu seras entravé,
tu pleureras,
tu sera troublé,
tu blâmeras dieux
et hommes,
mais que si tu considères comme étant tien
ce qui seul est tien,
et étranger,
comme ça l'est,
l'étranger,
personne ne contraindra jamais,
personne ne te forcera,
tu ne blâmeras personne,
tu n'accuseras plus personne,
tu n'agiras plus une seule fois malgré toi,
personne ne te nuira,
tu n'auras pas d'ennemi,
car tu ne subiras rien de nuisible.

4. Τηλικούτων οὖν ἐφιέμενος
 μέμνησο, ὅτι
 οὐ δεῖ μετρίως κεκινημένον
 ᾗπτεσθαι αὐτῶν,
 ἀλλὰ τὰ μὲν
 ἀφιέναι παντελῶς,
 τὰ δ' ὑπερτίθεσθαι
 πρὸς τὸ παρόν.
 Ἐὰν δὲ ἐθέλῃς
 καὶ ταῦτ'
 καὶ ἄρχειν
 καὶ πλουτεῖν,
 τυχὸν μὲν
 οὐδ' αὐτῶν τούτων τεύξῃ
 διὰ τὸ ἐφίεσθαι
 καὶ τῶν προτέρων,
 πάντως γε μὴν ἐκείνων ἀποτεύξῃ,
 δι' ὧν μόνων περιγίνεται
 ἐλευθερία
 καὶ εὐδαιμονία.
 5. Εὐθύς οὖν
 πάσῃ φαντασίᾳ τραχεῖα
 μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι
 « φαντασία εἶ
 καὶ οὐ πάντως
 τὸ φαινόμενον ».
 Ἐπειτα ἐξέταζε αὐτὴν
 καὶ δοκίμαζε
 τοῖς κανόσι τούτοις
 οἷς ἔχεις,
 καὶ μάλιστα
 πρώτῳ δὲ τούτῳ,
 πότερον περὶ τὰ ἐφ' ἡμῖν ἐστὶν
 ἢ περὶ τὰ οὐκ ἐφ' ἡμῖν·
 καὶ περὶ τι τῶν οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἦ,
 πρόχειρον ἔστω
 τὸ διότι
 οὐδὲν πρὸς ἐμέ.

4. Recherchant donc vers de telles choses,
 rappelle-toi qu'
 il ne faut pas ménager tes efforts
 pour les atteindre,
 mais que certaines choses
 sont à laisser complètement de côté,
 d'autres à remettre à plus tard
 pour le moment.
 Mais si tu veux
 à la fois ces choses,
 plus commander
 et être riche,
 si ça se trouve
 tu n'obtiendras même pas dernières choses,
 pour avoir recherché
 aussi les premières ;
 en tout cas tu manqueras complètement les premières
 desquelles seules proviennent
 liberté
 et bonheur.
 5. Automatiquement donc,
 à chaque représentation pénible,
 exerce-toi à ajouter cette parole :
 « tu es une représentation
 et pas du tout
 ce que tu représentes ».
 Ensuite examine-la
 et éprouve-la
 grâce à ces règles
 à ta disposition,
 et surtout
 à cette première [règle] :
 est-ce qu'elle concerne les choses de notre ressort
 ou les autres, pas de notre ressort ?
 Et si elle concerne les autres, pas de notre ressort,
 ait à l'esprit
 le pourquoi
 ce n'est en rien pour toi.