

wert, daß ihr Mut deinen Beifall findet oder unwert, daß man ihrer Feigheit nachweint.

Was nämlich wäre eine größere Schande, als wenn uns große Männer durch ihr tapferes Sterben ängstlich machten? Preisen wollen wir den, der soviel Preis verdient, und sprechen: »Soviel heldenhafter, soviel glücklicher! Allem Unheil bist du entflohen, dem blassen Neid, der Krankheit! Entkommen bist du aus dem Gefängnis; kein schlimmes Schicksal hattest du verdient nach dem Willen der Götter, vielmehr nicht verdient, daß dir das Schicksal noch etwas anhaben konnte.«

Die aber, die sich davonmachen wollen und noch im Sterben nach dem Leben schielen, die muß man zurückhalten. Bei keinem Frohen werde ich weinen, bei keinem Weinenden: Jener hat meine Tränen sogleich getrocknet, dieser durch die seinen erreicht, daß er keine verdient. Sollte ich über Herkules weinen, weil er sich lebendig verbrennt, oder über Regulus, daß sich sovieler Nägel in ihn bohren, oder über Cato, weil er seine Wunden wieder aufreißt? Alle diese hat es nur wenig Zeit gekostet, das ewige Leben zu finden, und zur Unsterblichkeit kamen sie durch ihr Sterben.

[17 Auch das gibt zur Unruhe ganz erheblichen Anlaß, wenn man sich ängstlich verstellt und niemandem offen entgegentritt, so, wie viele leben: verlogen, nur auf den Schein bedacht.

Aber das ständige Achtgeben auf sich selbst wird zur Qual, und man muß zudem fürchten, ertappt zu werden, wenn man sich einmal anders gibt als üblich. Auch kommen wir nie von diesem Hemmnis los, solange wir glauben, wir würden so oft beurteilt wie betrachtet, denn es kommt vieles vor, was uns ungewollt entlarvt, und selbst wenn so strenge Selbstkontrolle erfolgreich ist, ist doch das Leben derer weder angenehm noch sorgenfrei, die stets mit einer Maske leben.

Welche Lust liegt dagegen in echter, ganz ungekünstelter Offenheit, die ihre Art hinter nichts verbirgt! Doch auch eine solche Lebenshaltung gerät in Gefahr, abschätzig beur-

teilt zu werden, wenn allen alles offenliegt. Es gibt ja Leute, die alles widerwärtig finden, dem sie zu nahe gekommen sind. Doch für einen wertvollen Menschen besteht keine Gefahr, daß er bei näherer Betrachtung an Wert verliert, und es ist jedenfalls besser, wegen seines natürlichen Wesens mißachtet zu werden, als sich mit ständiger Verstellung zu quälen. Allerdings sollten wir auf das rechte Maß achten: Es ist ein großer Unterschied, ob man natürlich lebt oder nachlässig.

Häufig sollte man sich auch in sich selbst zurückziehen: Der Umgang mit nicht gleichgestimmten Menschen stört die Harmonie und weckt die Leidenschaften aufs neue, und alles, was im Herzen anfällig und noch nicht auskuriert ist, läßt er wieder schwären.

Doch muß man dabei auf die rechte Mischung und auf Abwechslung zwischen Einsamkeit und Trubel achten. Jene läßt uns Verlangen nach Menschen, dieser nach uns selbst verspüren, und eins hilft gegen das andere.]

[Auch darf man sich nicht unablässig angespannter Tätigkeit widmen, sondern sollte sich etwas Unterhaltung gönnen. Sokrates schämte sich nicht, mit kleinen Kindern zu spielen, und Cato erheiterte beim Wein sein von der Sorge um den Staat gequältes Herz, und Scipio regte seine triumphgewohnten, kampferprobten Glieder im Takt, wobei er sich nicht sanft wiegte, wie es heutzutage Brauch ist bei Leuten, die schon beim Laufen ärger als eine lockere Weibsperson die Hüften schwingen, sondern so wie jene Männer der Frühzeit gewöhnlich beim Zeitvertreib und an Festtagen nach Männerweise im Dreischritt den Waffentanz aufführten, wobei ihnen kein Zacken aus der Krone fiel, selbst wenn der Feind zusah.

Man sollte sich Entspannung gönnen; leistungsfähiger und lebhafter werden wir uns nach einer Ruhepause erheben. Wie man fruchtbare Felder nicht überfordern darf – rasch nämlich erschöpft sie eine ununterbrochene Fruchtfolge –, so schwächt die geistigen Energien ständige Anstrengung. Sie erstarken wieder nach ein wenig Erholung und Locke-