

Pythagoras: (Řecký filozof a matematik, cca 585–495 př. n. l.):

„Zlato se zkouší ohněm, žena zlatem, muž ženou.“

„Mlč, anebo řekni něco, co je lepší než mlčení.“

„Není svobodný ten, kdo nedobyl říši sebe sama.“ (Někdy též: „... kdo nedokáže poručit sám sobě.“)

„Život se podobá shromáždění při hrách. Jako tam jedni přicházejí, aby závodili, druzi za obchodem a třetí, nejlepší, jako diváci, tak se v životě rodí jedni, lidé otročtí, jako lovci slávy i bohatství, a druzí, filozofové, jako lovci pravdy.“

„Poznáš, že lidé sami si působí všechny své strasti.“

„Snažte se ovládat čtyři věci – žaludek, spánek, sex a prchlivost.“

Sókratés (Řecký filozof, cca 470–399 př. n. l.):

„Vím, že nic nevím.“

„Neprozkoumaný život nestojí za to žít.“

„Existuje jen jedno dobro – poznání, a jedno zlo – nevědomost.“

„Dostaneš-li dobrou ženu, budeš výjimkou, dostaneš-li zlou, staneš se filozofem.“

Aristotelés (Řecký filozof, 384–322 př. n. l.)

„Jsme tím, co opakovaně děláme. Dokonalost tedy není čin, ale zvyk.“

„Kdyby na zemi vládla láska, nepotřebovali bychom žádné zákony.“

„Štěstí záleží na nás samotných.“

„Člověk je od přírody tvor společenský.“

Seneca (Římský stoický filozof, cca 4 př. n. l. – 65 n. l.)

„Je zbytné se ptát, má-li život smysl či ne. Má takový smysl, jaký mu dáme.“

„Zatímco ztrácíme svůj čas váháním a odkládáním, život utíká.“

„Jednej tak, abys byl šťastný, ne aby ses šťastným jen zdál.“

Markus Aurelius (Římský císař a stoický filozof, 121–180 n. l.)

„Štěstí tvého života závisí na kvalitě tvých myšlenek.“

„Máš moc nad svou myslí – ne nad vnějšími událostmi. Uvědom si to, a najdeš sílu.“

„Dělej to, co je podle tebe správné, i když tě nikdo jiný nepochválí.“

Diogenés ze Sinópy (Řecký kynický filozof, cca 412–323 př. n. l.)

„Největší bohatství spočívá v tom, být spokojen s málem.“

Epiktétos (Řecký stoický filozof, cca 50–135 n. l.)

„Neobtěžují nás věci samy, ale náš pohled na ně.“

„Cíl života není konat, ale být.“

„Člověk má dvě uši a jeden jazyk, aby více poslouchal a méně mluvil.“

Thalés z Milétu (První řecký filozof, cca 624–546 př. n. l.)

„Nejtěžší je poznat sebe sama, nejsnadnější je radit druhým.“

„Kdo je šťasten? Ten, kdo má zdravé tělo, bystrého ducha a povolnou povahu.“

Hérakleitos z Efesu (Řecký filozof, cca 535–475 př. n. l.)

„Panta rhei. Vše plyne.“

„Charakter je osudem člověka.“

Vergilius (Římský básník, 70–19 př. n. l.)

„Fortuna audaces iuvat. Štěstí přeje odvážným. (Původně Audentes fortuna iuvat.)“

Antické Citáty o Štěstí

Aristotelés (384–322 př. n. l.)

„Štěstí je smyslem a cílem života, celý účel lidské existence.“

„Štěstí záleží na nás samotných.“ (Zdůrazňoval, že štěstí je výsledkem ctnostného jednání a rozumné aktivity duše.)

„Šťastným lidem jsou užiteční přátelé, protože je potěší konat dobro a sledovat to u jiných.“

Markus Aurelius (121–180 n. l.)

„Štěstí tvého života závisí na kvalitě tvých myšlenek.“

„Udělej si pořádek ve své mysli a to ostatní se urovná. To je nejlepší cesta ke štěstí.“

„Málo stačí ke šťastnému životu; všechno záleží na způsobu tvého myšlení.“

Epikúros (341–270 př. n. l.)

„Štěstí je absence utrpení těla a neklidu duše.“ (Tzv. ataraxie.)

„Příčinou největšího zmatku je strach ze smrti, ale i strach ze smrti je zbytečný, protože dokud jsme my, není smrt, a když přijde smrt, nejsme již my.“ (Myšlenka spojená s klidem duše.)

„Z celého, co moudrost připravuje pro štěstí celého života, je největší a nejdůležitější je získání přátelství.“

Démokritos (cca 460–370 př. n. l.)

„Štěstí není v hromadění majetku, ale ve správném stavu duše.“

„Ten, kdo se snaží být šťastný jen díky tělesným požitkům, je jako ten, kdo se snaží postavit dům na vodě.“

Jistě, vnitřní klid a vyrovnanost (stoická apatheia nebo epikúrejská ataraxie) byly pro antické mudrce klíčem ke štěstí. Dosažení tohoto stavu vyžadovalo především kontrolu nad vlastními reakcemi a touhami.



Antické Citáty o Vnitřním Klidu

Epiktétos (Stoik, cca 50–135 n. l.)

„Neobtěžuj nás věci samy, ale náš pohled na ně.“ (Základ stoické myšlenky – změnou myšlení dosáhneme klidu.)

„Žádej si, aby se věci děly, jak si přeješ, a zmaten budeš. Ale žádej si, aby se děly, jak se dějí, a budeš klidný.“

„Měj na paměti, že nemáš právo na žádnou věc, jen na svou vůli. Jestliže si uvědomíš, co ti skutečně náleží, nebudeš se nikdy trápit, když o vnější věci přijdeš.“

Seneca (Stoik, 4 př. n. l. – 65 n. l.)

„Klid nalézáme ve vědomí, že naše činy jsou moudré. A k tomu musíme být sami sobě přísní soudci.“

„Největším lékem proti hněvu je prodlení.“

„Máš-li strach ze všeho, z ničeho nebudeš v klidu. Neboť klid spočívá v pohrdání strachem.“

Markus Aurelius (Stoik, 121–180 n. l.)

„Zbav se toho pocitu, a jsi zachráněn. A co je ten pocit? Zůstat v klidu.“

„Jsi rozrušen událostmi vně? Věnuj se svému učení; rychle se vrátíš ke své síle a klidu.“

„Vždy je v tvé moci uchovat klid duše. Neboť nikdo ti nemůže zabránit v tom, aby ses řídil rozumem a jednal podle ctnosti.“

Epikúros (341–270 př. n. l.)

„Klid duše, ataraxie, je konec, k němuž všechno směřuje.“

„Moudrý člověk, jemuž je známo, že je lepší mít klid ve vlastním lůně než být rušen v honbě za poctami, vybere si skromný život, a to proto, aby dosáhl nejvyššího klidu.“