

Frases célebres de Epicteto

1. *El hombre no está preocupado tanto por problemas reales como por sus ansiedades imaginadas sobre los problemas reales.*
2. *Solo hay una manera de alcanzar la felicidad y es dejar de preocuparse por cosas que están más allá del poder o de nuestra voluntad.*
3. *La clave es acompañar a las personas que te animan, cuya presencia es lo mejor posible.*
4. *Es más necesario que el alma se cure que el cuerpo; porque es mejor morir que vivir mal.*
5. *Un barco no debería navegar con una sola ancla, ni la vida con una sola esperanza.*
6. *No vivas según tus propias reglas, sino en armonía con la naturaleza.*
7. *La libertad es la única meta digna en la vida. Se gana ignorando cosas que están más allá de nuestro control.*
8. *Ninguna persona es libre que si no es dueña de sí misma.*
9. *Puedes ser invencible si nunca emprendes combate de cuyo regreso no estés seguro y sólo cuando sepas que está en tu mano la victoria.*
10. *La riqueza no consiste en tener grandes posesiones, sino en tener pocos deseos.*
11. *Cualquier persona capaz de molestarte se convierte en tu maestro; alguien puede molestarte solo cuando te permites ser molestado por él.*
12. *No busques que los acontecimientos ocurran como tú deseas, deja que sucedan como suceden, y todo te irá bien.*
13. *Si se habla mal de ti, y si es verdad, corregirte a ti mismo; si es una mentira, ríete de ella.*
14. *Las opiniones y los problemas de otras personas pueden ser contagiosos. No te sabotees a ti mismo adoptando involuntariamente actitudes negativas e improductivas a través de tus amistades con otros.*
15. *El que se ríe de sí mismo nunca se queda sin cosas de las que reírse*

16. *A las personas no les molestan las cosas, sino las opiniones que les dan a esas cosas.*
17. *No hay más que una forma de tranquilidad mental y felicidad, y eso es no tomar las cosas externas como propias.*
18. *Si buscas la verdad, no buscarás obtener una victoria por todos los medios posibles. Cuando hayas encontrado la Verdad, no debes temer ser derrotado.*
19. *Las circunstancias no hacen al hombre, solo lo revelan.*
20. *“¿Quién es el hombre rico?” preguntaron, y Epicteto respondió: “El que está contento”.*
21. *Es mejor morir de hambre habiendo vivido sin dolor y miedo, que vivir con un espíritu atribulado, en medio de la abundancia.*
22. *Una ciudad no está adornada por cosas externas, sino por la virtud de aquellos que habitan en ella.*
23. *Todos los asuntos tienen dos asas: por una son manejables, por la otra no.*
24. *En la prosperidad es muy fácil encontrar amigos, en la adversidad no hay nada más difícil.*
25. *El exceso de cólera engendra la locura.*
26. *Primero dite a ti mismo lo que serías; y luego haz lo que tienes que hacer.*
27. *El deseo y la felicidad no pueden vivir juntos.*
28. *Me río de los que piensan que pueden dañarme. No saben quién soy, no saben lo que pienso, ni siquiera pueden tocar las cosas que son realmente mías y con las que vivo.*
29. *Quien quiera escuchar a los filósofos necesita una práctica considerable para escuchar.*
30. *Primero aprende el significado de lo que dices y luego habla.*
31. *Únete a lo que es espiritualmente superior, independientemente de lo que otras personas piensan o hacen. Mantén tus verdaderas aspiraciones sin importar lo que esté sucediendo a tu alrededor.*
32. *La naturaleza ha dado a los hombres una lengua y dos oídos, para que podamos oír de los demás el doble de lo que hablamos.*