



Frases
de
Sócrates
para
Refletir

FRASES DE SÓCRATES PARA REFLETIR

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

**INSTITUIÇÃO PENSE&REFLITA
2019**

1. Empregue o seu tempo em melhorar a si mesmo através da leitura dos escritos de outros homens e facilmente irá aprender o que os outros aprenderam através do trabalho duro.
2. A verdadeira sabedoria está em saber que não se sabe nada.
3. Case-se. Se você obtiver uma boa esposa, você vai ser feliz. Se você obtiver uma má esposa, você vai se tornar um filósofo.
4. As nossas orações devem ser para bênçãos em geral, porque Deus sabe melhor o que é bom para nós.
5. É uma coisa boa porque os deuses o aprovam? Ou é que os deuses o aprovam porque é bom?
6. A vida não examinada não vale a pena viver.
7. Há apenas um bem: o conhecimento. E um mal, a ignorância.
8. Eu não posso ensinar nada a ninguém. Eu só posso fazê-los pensar.
9. Há duas coisas principais sobre todas as coisas. Uma é o amor e a outra é a guerra.
10. Eu só sei que nada sei.
11. Dê-me beleza na alma interior; que o exterior e interior do homem seja só um.
12. A dúvida é o princípio da sabedoria.
13. Seja bom, porque todos os que você conhece estão lutando uma batalha dura.
14. Para encontrar-se a si mesmo, pense por si mesmo.
15. As mentes brilhantes discutem ideias fortes; as mentes médias discutem eventos; as mentes fracas discutem com outras pessoas.
16. Não se preocupe com aqueles que praticam a filosofia, sejam bons ou ruins; examine a coisa em si, bem e com cuidado. Se a filosofia parece uma coisa ruim para você, desvie cada homem dela, não só os seus filhos. Mas se a percebe como eu acredito que é, tenha a coragem, de persegui-la e praticá-la, como se costuma dizer “em você e em sua casa.”

17. A educação é a inflamação de uma chama, não o enchimento de um recipiente.
18. Seja lento para criar uma amizade, mas quando esteja nela, permaneça firme e estável.
19. Aquele que não é feliz com o que você tem, não será feliz com o que você gostaria de ter.
20. Se você não conseguir o que deseja, você sofre; se você conseguir o que você não quer, você sofre; mesmo quando você obtém exatamente o que você quer, você ainda sofre porque você não pode tê-lo para sempre. Sua mente é a sua situação. Você quer ser livre. Livre de dor, livre das obrigações da vida e da morte. Mas a mudança é a lei e nenhuma outra suposição irá alterar essa realidade.
21. Agora, as crianças são tiranos. Eles têm maus modos, desrespeitam a autoridade; mostram uma falta de respeito pelos mais velhos e amam tagarelar no lugar do exercício.
22. Deus toma as mentes dos poetas e usa-as como seus ministros, assim como a utilização dos meios e dos profetas, a fim de que os que ouvem, sabemos que não são eles que proferiram estas palavras de valor inestimável em um estado de inconsciência, mas é o mesmo Deus que fala, e através deles que ele está conversando com a gente.
23. Às vezes, constrói paredes não para impedir a entrada de outras pessoas, mas para ver quem se importa o suficiente para quebrá-las.
24. Conheça-se a si mesmo.
25. Bem, embora eu não acho que nenhum de nós sabe algo realmente bonito e bom, eu estou melhor do que você está. Bem, você não sabe nada e pensa que sabe; enquanto eu nem sei, nem quero saber.
26. Quem quiser mover o mundo, primeiro deve mover-se a si mesmo.
27. O segredo da felicidade, veja você, não se encontra na busca de mais, mas no desenvolvimento da capacidade de desfrutar com menos.
28. Quando o debate se perde, a calúnia se torna a ferramenta do perdedor.
29. A morte pode ser a maior de todas as bênçãos humanas.
30. O contentamento é riqueza natural, o luxo é pobreza artificial.

31. Não faça aos outros o que lhe chatearia que lhe fizessem a você ficar.
32. Cada ação tem seus prazeres e seu preço.
33. Nenhum homem tem o direito de ser um amador no campo de treinamento físico. É uma vergonha para um homem envelhecer sem ver a beleza e a força da qual seu corpo é capaz.
34. A hora da partida chegou, e temos que ir por caminhos separados: eu à morte e tu lá... Qual destes dois é melhor, só Deus sabe?.
35. Existe alguém que lhe iria confessar assuntos mais sérios, que a sua esposa? E há alguém com quem você tem menos conversas?
36. Eu prefiro o conhecimento do que a riqueza, então isso é temporário, enquanto o outro é perpétuo.
37. Nós não podemos viver melhor, mas na busca para ser melhor.
38. Nós podemos facilmente perdoar uma criança que tem medo do escuro; a verdadeira tragédia da vida é quando os homens têm medo da luz.
39. A compreensão de uma pergunta é a metade da resposta.
40. A inveja é a úlcera da alma.
41. Cuidado com a esterilidade de uma vida ocupada.
42. O mais ardente amor tem o final mais gélido.
43. Seja o que você quer queira parecer.
44. Coma para viver; não viva para comer.
45. A melhor maneira de viver com honra neste mundo é ser o que pretendemos ser.
46. A partir dos desejos mais profundos vêm frequentemente os ódios mortais.
47. Só com a morte estamos realmente curados da “doença da vida”.
48. A verdadeira sabedoria vem a cada um de nós, quando nos damos conta de quão pouco sabemos sobre a vida, sobre nós mesmos e sobre o mundo ao nosso redor.

49. Não há maior mal que alguém possa sofrer, que odiar o discurso razoável.
50. O temer a morte, senhores, não é nada mas achar-se sábio quando um não é; pensar que se sabe o que um desconhece. Ninguém sabe se a morte pode ou não pode ser a maior de todas as bênçãos para um homem, mas os homens temem como se soubessem qual é o maior dos males.
51. Uma vez igualada ao homem, a mulher torna-se seu superior.
52. O segredo da mudança é concentrar toda a sua energia, não na luta contra o velho, mas em construir o novo.
53. O que é importante não é viver, mas viver bem. E viver bem significa, juntamente com as coisas mais agradáveis na vida, viver de acordo com nossos próprios princípios.
54. Nunca se deve fazer mal, nem maltratar nenhum homem, não importa o quanto os danos que nos infligiram.
55. O princípio da sabedoria é a definição dos termos.
56. A forma mais fácil e mais nobre de andar não é esmagando os outros, mas melhorado a si mesmo.
57. A vida contém apenas duas tragédias. Um é não obter o desejo do seu coração; a outra é obtê-lo.
58. Em todos nós, mesmo em homens bons, há uma natureza selvagem e sem lei, que sai para fora no sono.
59. Se todos os nossos infortúnios foram colocados em um monte comum, todos deveríamos ter uma parte igual, a maioria das pessoas ficaria feliz em levar a sua e ir.
60. Se um homem chega à porta da poesia sem ser tocado pela loucura das Musas, acreditando que a técnica por si só vai fazer dele um bom poeta, ele e as suas composições nunca chegaram a perfeição e ele será completamente ofuscado pelas ações de um louco inspirado.
61. Meu amigo ... cuide de sua psique ... Conheça-se a si mesmo, porque uma vez conhecemos a nós mesmos, podemos aprender a cuidar-nos.
62. A maior bênção dada à humanidade é realizada por meio da loucura, que é um dom divino.

63. Tenha bom ânimo ante a morte e tenha em mente o fato de que nenhum mal pode acontecer a um homem bom, seja na vida ou após a morte.
64. O que nos dói mais na vida, é a imagem que temos em nossas mentes do que é suposto ser.
65. Não penseis nos fiéis que elogiam todas as suas palavras e ações; mas naqueles que gentilmente reprovam as suas falhas.
66. As almas de todos os homens são imortais, mas as almas dos justos são imortais e divinas.
67. Caro amigo, cidadão de Atenas, a maior cidade do mundo, excelente tanto na inteligência como no poder. Será que não tem vergonha de lidar muito de ter todo o dinheiro que possa e fazer crescer a sua reputação e prestígio, enquanto que para a verdade, a sabedoria e a melhorar da sua alma, não têm nenhum cuidado ou preocupação?
68. Através dos seus trapos, eu vejo a sua vaidade.
69. É melhor mudar de opinião, que persistem numa errada.
70. Ninguém está qualificado para se tornar um homem de Estado quando é totalmente ignorante do problema do trigo.
71. O verdadeiro defensor da justiça, se pretende sobreviver mesmo por um curto período de tempo, deve necessariamente limitar-se à vida privada e deixar a política.
72. Eu decidi que não foi a sabedoria que permitiu (poetas) escrever a sua poesia, mas uma espécie de instinto ou inspiração, como a que se encontra em videntes e profetas que entregam todas as suas mensagens sublimes sem saber como o mínimo o que eles significam.
73. Ser é fazer.
74. Não me preocupei com coisas que a maioria das pessoas se preocupam: ganhar dinheiro, ter uma casa confortável, um posto militar ou civil, sênior e todas as outras atividades, compromissos políticos, sociedades secretas, as organizações partidárias, que acontecem em nossa cidade. . . Eu decidi fazer para vocês, cada um de vocês (individualmente e em privado) o que eu considero que é o melhor serviço possível. Tentei convencê-los cada um de vocês a se preocupar menos com o que você tem e por isso é, a fim de tornar-se o mais excelente e racional possível.

75. Os planos mais elevados de pensamento são impossíveis de alcançar sem antes alcançar uma compreensão da compaixão.
76. Quem não é capaz de viver em sociedade, ou que não tem nenhuma necessidade disso porque é auto-suficiente, tem que ser uma besta ou um deus.
77. E, portanto, se a cabeça e o corpo devem estar bem, se deve começar a curar a alma, que é a primeira e essencial coisa. E o cuidado da alma, queridos jovens, deve ser feita pelo uso de certas magias e encantos, e estas são as palavras certas; por eles a temperança se implanta na alma, e onde a temperança vem e permanece, a saúde se ensina rapidamente, não só na cabeça, mas todo o corpo.
78. A mente é tudo; no que você pensa no que você se torna.
79. Sei que não crerão, mas a maior forma de excelência humana é questionar a si mesmo e aos outros.
80. O mau uso da língua induz o mal na alma.
81. Viver de maneira boa, bonito e justa é uma só coisa.
82. Quando deseje sabedoria e a visão, tanto quanto você quer respirar, então é quando a terá.
83. Não só está inativo quem não faz nada, também está inativo aquele que poderia estar melhor empregado.
84. A beleza é uma tirania de curta duração.
85. Um sistema de moralidade que se baseada em valores relativos emocionais, é uma mera ilusão, uma concepção totalmente vulgar não tem nada saudável ou qualquer coisa verdadeira.
86. Quanto ao casamento ou o celibato, deixe que o homem tome o caminho que deseja seguir, assim vai ter a certeza do que se arrepender.
87. Tal como são as suas palavras, suas afeições são estimados, e como suas afeições são as tuas obras, e como o seu trabalho é sua vida.
88. Eu só quero saber a verdade e viver tão bem quanto eu possa ... E até ao máximo do meu poder, exorto todos os outros homens a fazer o mesmo. Apelo também para participar na grande batalha, que é a batalha da vida, maior do que qualquer outro conflito terrenal.

89. E, assim, se tornam cada vez mais ricos, porque quanto mais você pensar em fazer uma fortuna, menos que você pensa na virtude. Quando a riqueza e a virtude são colocados juntos na balança, sempre um aumenta à medida que o outro vai para baixo.
90. A simplicidade do meu discurso faz que me odeiem, e o que é o ódio, senão uma prova que eu estou dizendo a verdade.
91. Eu continuo indo persuadir todos, grandes e pequenos, para não se concentrar em suas pessoas ou seus bens. Preocupem-se, acima de tudo, em melhorar a alma. Digo-vos que a virtude não é dada pelo dinheiro, mas que a partir da virtude vem o dinheiro e qualquer outro bem do homem.
92. Lembre-se que não há nada estável nos assuntos humanos; portanto, evita a euforia excessiva na prosperidade ou depressão indevida na adversidade.
93. Eu acredito que há deuses, em um sentido muito maior do que qualquer um dos meus acusadores.
94. A resposta que eu dou a mim próprio e ao oráculo, é que é uma vantagem para mim eu ser como sou.
95. Nem na guerra nem na lei, nenhum homem deveria usar nenhum motivo para escapar da morte. Muitas vezes na batalha não há dúvida de que, se um homem desiste e cai de joelhos diante dos seus perseguidores, ele pode escapar da morte. Em outros perigos, existem outras maneiras de escapar da morte, se um homem está disposto a dizer e fazer qualquer coisa. A dificuldade, meus amigos, não está em evitar a morte, mas em evitar a injustiça que corre mais rápido do que a morte.
96. Tudo é mais claro quando se fala do que quando está tácito.
97. Não vou ceder ante qualquer homem contra o que é certo, por medo da morte, mesmo se eu tenho que morrer por não ceder.
98. A humanidade é feita de dois tipos de pessoas: as pessoas sábias que sabem que são tolos e idiotas que pensam que são sábios.
99. Há um caminho, então, em que um homem pode ser livre de ansiedade sobre o destino da sua alma. Se na vida abandonou os prazeres corporais e ornamentos, como as coisas alheias a seu propósito e provavelmente fez mais bem do que mal, e tem sido dedicada aos prazeres da aquisição de conhecimentos, decorar a sua alma, não uma beleza emprestada, mas com uma própria; com auto-controle, bondade, coragem, generosidade e verdade, ele mesmo previu à espera de sua viagem para o outro mundo.

100. Nós nos aproximamos a verdade apenas na medida em que nos afastamos da vida. Então, para quê, quem amamos a verdade, devemos nos esforçar na vida? Para liberar o corpo e todo o mal que é causado pela vida do corpo! Se é assim, como não pode ser feliz quando a morte vem para nós? O homem sábio procura a morte toda a sua vida, e, portanto, a morte não é terrível para ele.