

Moderation in all things

ἴνα τοίνυν τοπάσωμεν εἴτε σοι ἔνεστιν εἴτε μή, εἰπέ, ἦν δ' ἐγώ, τί φῆς εἶναι σωφροσύνην κατὰ τὴν σὴν δόξαν.

καὶ δὲς τὸ μὲν πρῶτον ὥκνει τε καὶ οὐ πάνυ ἥθελεν ἀποκρίνασθαι· ἔπειτα μέντοι εἶπεν ὅτι οἱ δοκοῖ σωφροσύνη εἶναι τὸ κοσμίως πάντα πράττειν καὶ ἡσυχῆ, ἐν τε ταῖς ὁδοῖς βαδίζειν καὶ διαλέγεσθαι, καὶ τὰ ἄλλα πάντα ὠσαύτως ποιεῖν. καί μοι δοκεῖ, ἔφη, συλλήβδην ἡσυχιότης τις εἶναι δὲ ἐρωτᾶς.

Ἄρ' οὖν, ἦν δ' ἐγώ, εῦ λέγεις; φασί γέ τοι, ὦ Χαρμίδη, τοὺς ἡσυχίους σώφρονας εἶναι· ἴδωμεν δὴ εἴ τι λέγουσιν. εἰπὲ γάρ μοι, οὐ τῶν καλῶν μέντοι ἡ σωφροσύνη ἔστιν; πάνυ γε, ἔφη.

πότερον οὖν κάλλιστον ἐν γραμματιστοῦ τὰ ὅμοια γράμματα γράφειν ταχὺ ἢ ἡσυχῆ; ταχύ.

τί δ' ἀναγιγνώσκειν; ταχέως ἢ βραδέως;
ταχέως,
καὶ μὲν δὴ καὶ τὸ κιθαρίζειν ταχέως καὶ τὸ παλαίειν ὀξέως πολὺ κάλλιον τοῦ ἡσυχῆ
τε καὶ βραδέως;
ναί.

τί δὲ πυκτεύειν τε καὶ παγκρατιάζειν; οὐχ ὠσαύτως;
πάνυ γε.

Plato Charmides 159 a-c

1A 1 2005

τοπάζειν - to guess

συλλήβδην - in a word

πυκτεύειν - to box