

**L'activitat literària:** Reuneixo els discursos de les causes que he defensat, m'ocupo del dret, em dedico molt a la literatura, i als vespres miro d'exercitar la memòria recordant el que he dit, sentit i fet cada dia. Suant en aquestes exercitacions, ben poc trobo a faltar les forces físiques.

**L'activitat social:** Estic disponible per als meus amics i assisteix al Senat assíduament. Defenso idees amb el vigor del meu esperit, no del meu cos.

Qui viu constantment aplicat a aquestes ocupacions i treballs no s'adona de l'arribada de la vellesa. És així, com de mica en mica, sense notar-ho, l'edat envella i no es trenca d'una manera sobtada, ans s'extingeix amb el pas del temps.

### Privació dels plaers

**Limitació dels plaers:** La voluptat impedeix el judici, és enemiga de la raó, ofusca els ulls de la nostra ment i no té res en comú amb la virtut.

**Plaers que cal conservar:** Amb els companys jo prenia part en banquets amb absoluta moderació, però hi havia un cert caliu propi de l'edat; en avançar els anys tot esdevé, dia a dia, més plàcid. En aquests convits no estimava més delectar-me amb els plaers del cos que trobar-me amb els amics i amb llurs temes de conversa. Em delecto en convits que s'allarguen pel plaer de conversar, i no només amb els de la meua edat, sinó també amb els joves. Agraeixo a la vellesa que m'ha augmentat el deler del parlar i m'ha tret el de beure i menjar.

Els ancians no senten tan fort la voluptat sinó una mena de pessigolleig. D'acord!! Però tampoc

no l'enyoren: i res no hi ha que molesti menys que el que no es troba a faltar.

**Plaers intel·lectuals:** És important que l'esperit, com llicenciat dels serveis de la passió, de l'ambició, de les rivalitats, de les enemistats, de totes les concupiscències, "estigui amb si mateix" i com se sol dir "visqui en si mateix". I si troba algun nodriment en l'estudi, i en l'art d'educar, no hi ha, aleshores, res més deliciós que una vellesa lliurada a aquest oci. Envellim aprenent moltes coses cada dia: no pot existir un plaer més gran que aquest.

**Les satisfaccions de l'agricultura:** No pot haver res amb més riquesa d'usos ni més bella a la vista que un camp conreat; per a la seva fruïció, la vellesa no és cap impediment, sinó que fins i tot t'hi invita i et tempta a gaudir-ne.

On pot escalfar-se millor el vell que al sol o al costat de la llar, o per contra refrescar-se d'una manera més saludable que sota les ombres o prop de les aigües?

**Els jocs:** Per als joves les armes, les carreres de cavalls, les competicions de llances, els exercicis amb claus i els jocs de pilota, les caceres i les curses. Que deixin per als vells de les moltíssimes diversions que hi ha, el joc de les tabes i els daus; i si els sembla bé, perquè poden ser felços sense això.

**Plaer de la lectura:** Ho deixo al lliure criteri de cadascú, però us recordo el plaer de la lectura ben escollida, feta lentament i en silenci.

**El prestigi de la vellesa:** La vellesa, sobretot la dels que hem exercit càrrecs públics, té tant de prestigi, que és molt més sa-

tisfàctòria que tots els plaers de la joventut. Lloco aquella vellesa que reposa sobre els fonaments que s'han posat a la joventut.

**Defectes dels vells:** Hi ha ancians difícils d'acontentar, neguitosos, iracunds, intractables i avars. Aquests defectes són de llur caràcter, no de la vellesa.

Aquests defectes tenen alguna excusa, poc justa, però demostrable; sembla que els vells se senten menyspreats, desdenyats, ridiculitzats. I a això hi afegeixen que en un cos fràgil el més mínim entrebanc resulta odiós. Tots aquests defectes, tanmateix, s'endolceixen si es té un bon caràcter i una bona educació. Accepto la severitat de la vellesa, però no excessiva, com en totes les coses; d'agror, gens ni mica.

Quant a l'avarícia senil, no ho comprenc: hi pot haver res més absurd que cercar més provisions quan queda menys camí per fer?

### Proximitat de la mort

**La mort és una cosa natural:** Ai del pobre vell, que amb una existència tan llarga, no ha après que cal desdenyar la mort. De la mort, senzillament, o bé un se n'ha de despreocupar -supòsit que destrueix l'ànima-, o fins i tot l'ha de desitjar -conduïx a un esdevenidor etern-.

**La longevitat:** El jove vol viure molt, el vell ja ho ha fet molt de temps. A mi em sembla que una cosa que té acabament, ni tan sols dura molt de temps. Amb el temps que s'ha donat a cadascú per viure, hom s'ha d'acontentar. Una existència curta és suficientment llarga per a viure una vida bona i honorable. La mort dels joves em sembla com la força d'una