
ЭПИКТЕТ

ПРАВИЛА

УДК 1(091)
ББК 87.3(0)3
Э71

Эпиктет.

Э71 Правила / Эпиктет. Фрагменты из трактатов / Зенон Китийский ; [перевод с древнегреческого А. А. Столярова]. — Москва : Эксмо, 2026. — 176 с. — (Библиотека стоика).

ISBN 978-5-04-235323-9

Эта книга представляет собой сборник философских произведений двух великих мыслителей древности — Эпиктета и Зенона Китийского. Зенон Китийский (ок. 334–262 гг. до н.э.) был основателем стоицизма, заложившим основу философского учения, которое призывает к контролю над эмоциями, принятию судьбы и духовному развитию. Эпиктет (ок. 50–135 гг. н.э.) был одним из выдающихся теоретиков и практиков учения стоиков в Римской империи, который дополнил его и расширил на многие проявления нашей жизни. Через сочетание трудов Зенона и Эпиктета вы познаете мир стоической философии, где найдете ответы на вопросы о смысле жизни, пути к счастью и методах самосовершенствования.

**УДК 1(091)
ББК 87.3(0)3**

ISBN 978-5-04-235323-9

© ООО Издательство «Эксмо», 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Эпиктет. ПРАВИЛА. 5

Зенон Китийский. ФРАГМЕНТЫ ИЗ ТРАКТАТОВ 53

Эпиктет

ПРАВИЛА



I РАЗЛИЧИЕ МЕЖДУ ТЕМ, ЧТО ЗАВИСИТ, И ТЕМ, ЧТО НЕ ЗАВИСИТ ОТ НАС*

I. Из вещей одни зависят от нас, другие не зависят. Зависят от нас: мнение, желание, похоть, отвращение — словом, все, что нами создается. Не зависят от нас: тело, имущество, репутация, почести — словом, все, что не нами создается [Это различие между тем, что зависит от человека, и тем, что зависит от внешних причин, — основная идея моральной системы стоиков, о которой Цицерон сказал: *Respondent prima extremis, media utrisque, omnibus omnia.*].

II. Вещи, которые зависят от нас, но своей природой свободны; никто не может им помешать, ничто не может их затормозить; те же, которые не зависят от нас — вещи бессильные, рабы, которым можно помешать, чуждые вам [Таким образом, идея свободы, отодвинутая на второй план древними греческими философами, здесь снова занимает первое место. Платоники и перипатетики искали прежде всего безличного блага, τὸ ἀγαθόν;

* Заглавия вставлены в текст нами (Гюйо).

стоики ищут своей личной свободы, ἡ ἐλευθερία, и находят в ней единственное истинное благо.].

III. Помни же, если ты вздумашь считать свободными вещи, по самой природе своей рабы, и твоими собственными — чуждые тебе, — ты будешь угнетен, удручен, смущен, ты станешь обвинять богов и людей [Из общих принципов стоицизма вытекают, как видимо, практические последствия. Известно, какое значение стоики, как и эпикурейцы, придавали отсутствию беспокойства, невозмутимости. В эту эпоху раболепия и унижения каждый чувствовал желание замкнуться в невозмутимом спокойствии, так сказать, уйти в самого себя. Это обращение к себе самому было полезно для философии, направив ее от внешних вещей — к внутренней личности; от объектов мыслимых — к мыслящему субъекту; от объектов желаемых, к самой воле, словом, от интеллектуальной точки зрения к моральной.]. Но если ты считаешь своим только то, что и есть твое, и чуждым то, что в действительности тебе чуждо, — никто никогда не принудит тебя сделать что либо, никто не помешает тебе сделать что-либо; ни на кого ты не станешь жаловаться, никого ты не станешь обвинять; ты не совершишь ни одного поступка недобровольно; никто тебя не повредит, и никаких врагов у тебя не будет, так как ты даже не будешь в состоянии страдать от какого-либо вреда [По мнению стоиков, дурное и вредное, хорошее и полезное не в том, что терпишь, а в том, что думаешь и желаешь: стало быть, зло не может явиться к вам извне, и вот почему мудрый не имеет врагов. Единственный враг стоика — он сам со своими страстями, опасениями, желаниями; поэтому он должен всегда остерегаться ловушек со своей собственной стороны (ср. XLVII). Открыть эти ловушки ему помогает разум; избежать их — воля. Вокруг себя стоик видит только друзей; вселенная полна друзьями: μετὰ φίλων πάντα. Отсюда милосердие стоиков, вытекающее не из принципа любви и обращения к внешнему миру, а из принципа достоинства и сосредоточения в себе самом.].

IV. Итак, если ты стремишься к таким великим вещам, помни, что добиваться их нужно не с умеренным рвением: с одними из чуждых вещей ты должен распрощиться навсегда, о других не думать теперь [Надо распрощиться с вещами, совершенно несовместимыми с достоинством и свободой, каковы, напр., ложь, лесть, низость и проч.; надо отложить попечение о вещах, которые случайно могут совместиться со свободой, напр., богатство, известность, etc.]. Ибо, если ты хочешь иметь в одно время истинное благо и почести или богатство [Род морального эклектизма, к которому стремились эпикурейцы.], то, может быть, не добьешься даже этих последних из-за стремления к первому, и уж во всяком случае не добьешься тех благ, которые одни доставляют свободу и счастье.

V. Итак, при всяком тягостном представлении приучись говорить: ты только образ и видимость, а вовсе не предмет, которым ты кажешься. — Затем исследуй его и суди его согласно правилам, которых ты держишься; из них же первое и главное — рассмотреть, идет ли дело о вещах, которые зависят от нас, или о таких, которые от нас не зависят. Если дело идет об этих последних, будь готов сказать: это де меня не касается [«Это меня не касается», потому что вне нашей свободной воли нет ничего хорошего или дурного, все безразлично. По мнению стоиков, только наша свобода сообщает вещам их цену; мы сами, и только мы, квалифицируем вещи, делаем одни из них хорошими, другие дурными, посредством хорошего или дурного употребления. Но чаще всего наше воображение берется квалифицировать вещи и делает это на основании чувственного страдания или удовольствия. Оттого и выходит, что смерть, изгнание и проч. кажутся вам бедствием; в этом виновно наше воображение. Разум, исправляя его ошибку, должен рассеять видимости, скрывающие от нас предметы, ложные мнения, заставляющие нас бояться или желать, он должен обратиться к самим предметам и определить их значение сооб-

разно содействию или противодействию, которое они оказывают нашей свободе].

II ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ ЗАВИСЯТ ОТ НАС, НЕ СЛЕДУЕТ НИ ЖЕЛАТЬ, НИ БОЯТЬСЯ

I. Помни, что в желании заключается надежда овладеть желаемой вещью; в отвращении — надежда избежать вещи, возбуждающей отвращение; и тот, кто обманулся в своем желании, несчастен; тот, кто настигнуть вещь, от которой бежал, — жалок. Избегай же лишь тех вещей, которые, завися от тебя, противны природе, и ты не будешь настигнуть тем, от чего бежишь [По мнению стоиков, верховное правило морали — следовать природе. Хорошо и должно быть предметом желания то, что согласно с природой; дурно и должно быть избегаемо то, что противоречит ей. — Но остается еще узнать, что согласно с природой, а что противоречит ей. По мере того, как стоицизм развивается, он усматривает сущность человеческой природы и верховное правило поведения в моральной свободе: то, что благоприятствует этой свободе, — хорошо; что мешает ей — дурно. Этим самым стоицизм, искавший сначала нравственный закон в природе внешних объектов, переходит от внешнего к внутреннему и ищет обоснования морального закона в самой воле человека.]. Но если ты желаешь избежать болезни, или смерти, или бедности, ты будешь жалок.

II. Итак, не распространяй твоего отвращения на вещи, которые не зависят от нас, а обрати его только на вещи, кото-

рые, завися от нас, противоречат природе. Что до желания, то подави его совершенно в данный момент [Стоический мудрец, всемогущий в своем внутреннем мире, изменяет или подавляет по своей воле свои желания и опасения: он «обрабатывает свою душу, как плотник дерево, кожевник кожу.]. Ибо, если ты желаешь какой-либо из вещей, которые не зависят от нас, ты будешь несчастен: с другой же стороны, из тех вещей, которые зависят от нас и которых следует желать, ни одна еще не доступна тебе [«Ни одна еще не доступна тебе» т.е. ты достиг еще только первой ступени посвящения и неспособен отичать и преследовать то, что действительно желанно.]. Итак, старайся только приближаться к вещам или удаляться от них движением добровольным, но не особенно энергичным, с оговорками и умеряя свой порыв [С оговорками или, точнее, с исключением, с изъятием. У стоиков была целая теория на этот счет. По их мнению, мудрый может желать чего-нибудь только под условием быть всегда готовым устранить, исключить из своих желаний (ὕψαιρεῖσθαι) все то, что может не соответствовать им в явлениях, мы должны некоторым образом формировать наши желания сообразно природе вещей; внешние вещи изменчивы, случайны, преходящи, и наши желания должны быть готовы изменяться, приходить, исчезать, как они. Не говорите же: я пойду туда-то, вместо этого: я пойду туда то, если ничто не помешает мне. Предусматривая, таким образом, препятствия и разочарования, этим самым избегаешь их; так как препятствие, предвидимое и желаемое мною, уже не препятствие для меня; разочарование ожидаемое — не разочарование. В одном только случае исключение не имеет места: когда дело идет о вещах, которые зависят от нас; в таком случае нам позволительно желать абсолютно и безусловно, так как здесь желать — значит мочь.].

III

НАДО ИССЛЕДОВАТЬ ПРИРОДУ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА, КОТОРЫМ ПОЛЬЗУЕШЬСЯ

По поводу каждого предмета, который привлекает душу, или приносит пользу, или заставляет дорожить собой, — не забудь спросить себя, какова природа этого предмета. Начинай с неважных вещей и, если любишь глиняную вазу, говори: — То, что я люблю, только глиняная ваза; — в таком случае, ты не смутишься, если она разобьется [Намек на тело, этот «бренный сосуд», в котором заключена душа. Первое средство, говорит Эпиктет, лучшее средство, главное средство, которое является, так сказать, ключом ко всему — это привязываться к кому бы то ни было только как к вещи, которая может быть похищена у вас, к вещи, природа которой тождественна с природой глиняного сосуда или стеклянной чаши. Сосуд разобьется, — и вспомнив, чем он был, мы не станем огорчаться. Точно так же, когда ты обнимаешь своего ребенка, друга, брата, не отдавайся всецело своему побуждению, не давай хода твоей радости, но сдерживай ее и умеряй ее, как те, кто, идя за триумфатором, напоминают ему, что он человек.]. Когда целуешь своего ребенка или свою жену, говори: — То, что я целую, только человеческое существо; в таком случае ты не смутишься, если они умрут.

IV НАДО НАСЛЕДОВАТЬ ПРИРОДУ КАЖДОГО ДЕЙСТВИЯ, КОТОРОЕ ПРЕДПРИНИМАЕШЬ

Когда ты собираешься предпринять какое-нибудь действие, представь в памяти своей, какова природа этого действия. Если, например, ты идешь взять ванну, представь себе, что происходит в банях: людей, которые брызгают в других водой, толкают их, оскорбляют, обкрадывают, и ты с большей уверенностью предпримешь свое дело, если скажешь себе наперед: я хочу взять ванну, но я хочу также сохранить мою свободную волю сообразной природе [Известно, какое важное значение имела ванна у древних; оттого моралисты постоянно обращаются к этому предмету, как к одному из самых обыкновенных житейских актов. Ванну брали утром, вечером, перед главной едой, перед каким-нибудь важным решением, иногда перед решением вопроса о жизни и смерти. Ванна, говорили древние, укрепляет члены и просветляет ум. Большинство источников были посвящены Геркулесу, богу силы. В банях сталкивались различные классы общества: богатые и бедные, патриции и плебеи. Сами императоры не брезгали иногда посещать публичные бани.]. То же и при каждом действии [То есть все наши частные действия надо подчинять общему решению, которое должно управлять нашей жизнью: решению быть свободным]. Ибо таким образом, если с тобой приключится какая-нибудь неприятность во время купанья, ты будешь готов сказать: я хотел не только взять ванну, но и сохранить мою свободную волю сообразной природе; а я не сохранию ее, если стану раздражаться на то, что происходит.

V

НАС МОГУТ СМУЩАТЬ ТОЛЬКО
НАШИ МНЕНИЯ

Людей смущают не вещи, а мнения, составленные людьми о вещах. Например, смерть не представляет ничего ужасного: в противном случае и Сократ нашел бы ее ужасной; но мнение о смерти как о чем-то ужасном — вот что собственно ужасно. Итак, когда мы угнетены или огорчены, не будем обвинять других, а только самих себя, т.е. ваши мнения. Невежда обвиняет других в своих бедствиях; тот, кто начинает учиться, — самого себя; тот, кто научился, — ни себя, ни других [Он не обвиняет никого, потому что понимает все и терпит все.].

VI

ЕДИНСТВЕННОЕ, ЧЕМ МЫ
МОЖЕМ ГОРДИТЬСЯ, ЭТО
ХОРОШЕЕ ПРИМЕНЕНИЕ
НАШИХ МНЕНИЙ

Не гордись чужим преимуществом [«Можно хвалиться только тем, что твое, — говорит Сенека (Epist. XLI). Виноград хвалят, когда тычины ломаются под тяжестью гроздий. Предпочтут ли ему виноград с золотыми гроздьями или золотыми листьями? Нет, достоинство винограда в его плодородии; так и у человека нужно хвалить то, что принадлежит человеку. Он имеет хороших рабов, великолепный дворец, обильную жатву, большие доходы; все это не он, а его обстановка. Удивляйтесь в нем тому, чего нельзя ни

дать ему, ни отнять у него; тому, что есть собственность человека; то есть его душе, а в душе — мудрости».]. Если бы возгордившаяся лошадь сказала: «Я прекрасна», это бы еще куда ни шло, но когда ты говоришь с гордостью: «У меня прекрасная лошадь», — знай, что ты хвастаешься лошадиными достоинствами. Что же собственно твое? Употребление, которое ты делаешь из своих представлений [«Употребление твоих способностей, *χρῆσις φαντασιῶν*»]. Надо различать, по мнению стоиков, чувственные представления и моральное употребление, которое мы из них делаем. Представления, напр., о прекрасной лошади являются к нам извне и неизбежно; но применение этих представлений, напр. когда мы гордимся красотой лошади, — произвольно и свободно. «Пользоваться своими представлениями и, еще короче, пользоваться собою» — выразительные термины, часто употребляемые стоиками для обозначения внутренней свободы духа, располагающего и распоряжающегося всеми внешними вещами в видах собственного блага.]. Итак, если ты станешь пользоваться этими представлениями сообразно природе, тогда только будь горд; ибо ты будешь горд благом, которое тебе принадлежит.

VII

ВСЕ, ЧТО НЕ МЫ, ДОЛЖНО ИМЕТЬ ДЛЯ НАС ТОЛЬКО ВТОРОСТЕПЕННОЕ ЗНАЧЕНИЕ

Если во время путешествия по морю твой корабль пристанет к берегу и ты выйдешь заpastись водой, ты можешь, мимоходом, на пути, подобрать раковину или сорвать растение; но ты должен помнить о корабле и беспрестанно оглядываться, не зовет ли тебя

кормчий; если же он зовет тебя, бросай все, чтобы он не велел заковать тебя и бросить в трюм корабля, как скотину [По мнению одного из комментаторов Правил, море с его вечными переменах и волнениями представляет мир. Корабль, приносящий и уносящий души, — судьба или случай. Кормчий — Бог. Берег, у которого останавливается корабль, — место нашего обитания, наша родина, наша семья. Сойти на берег за водой — символ занятий, необходимых для жизни. Растения и раковина представляют вещи второстепенные, не необходимые для нас, которые даются и отнимаются великим Все, и которые мы должны брать или отдавать, не спуская глаз со Всего, управляемого внутренним Провидением.]. Так и в жизни: раз тебе даны, вместо раковины и растения, жена и ребенок, ничто не мешает тебе принять их; но если кормчий зовет тебя, беги на корабль, бросив все эти вещи, даже не оборачиваясь. А если ты стар, никогда не удаляйся от корабля, чтобы на призыв кормчего не оказаться отсутствующим.

VIII УМЕТЬ УСТУПАТЬ НЕОБХОДИМОСТИ—ЗНАЧИТ БЫТЬ СВОБОДНЫМ

Не требуй, чтобы то, что происходит, происходило так, как ты желаешь; но желай, чтобы все происходило так, как оно происходит — и твоя жизнь пойдет счастливо [Посредством этого принесения себя в жертву судьбе, этого добровольного подчинения необходимости событий, стоики надеются обрести в самой необходимости событий свободу души.].