

**МАРК АВРЕЛИЙ**

Один из наиболее читаемых философов античной литературы

**НАЕДИНЕ  
С СОБОЙ**



Москва 2023

**МАРК АВРЕЛИЙ**

Один из наиболее читаемых философов античной литературы

**НАЕДИНЕ  
С СОБОЙ**



Москва

УДК 1(091)  
ББК 87.3(0)  
М26

Перевод с древнегреческого *Роговина М.С.*

**Марк Аврелий.**

М26 Наедине с собой / Марк Аврелий ; [перевод с древнегреческого М. С. Роговина]. — Москва : Эксмо, 2026. — 256 с. — (Философия в кармане).

ISBN 978-5-04-103374-3

«Наедине с собой» — сборник афоризмов римского императора Марка Аврелия, которые были написаны на греческом языке в 70-х годах II века. Мыслитель проповедует смирение и аскетизм. И в этом его этические взгляды оказываются близки учителям Церкви. Только самодисциплина и хладнокровие помогли философу справиться с тяжелой походной жизнью и стать одним из самых влиятельных мыслителей Древнего Рима.

УДК 1(091)  
ББК 87.3(0)

ISBN 978-5-04-103374-3 © Оформление.  
ООО «Издательство «Эксмо», 2026

\* \* \*

«Размышления» — это личные записи римского императора Марка Аврелия Антонина, сделанные им в 70-е гг. II в. н. э. Благодаря исключительному положению Марка Аврелия и его литературному дарованию этот документ, позволяющий (редчайший случай в истории античной литературы) наблюдать не столько даже личную жизнь, сколько напряженную личную работу над освоением достижений многовековой стоической традиции, стал впоследствии одним из наиболее читаемых памятников мировой литературы.

В основу издания положен полный русский перевод труда Марка Аврелия, сделанный С. Роговиным и вышедший в серии «Памятники мировой литературы» в издательстве М. и С. Сабашниковых в 1914 году в Москве. В значительной степени перевод С. Роговина есть не что иное, как добросовестный подстрочник, и потому он нуждался в определенной адаптации. Однако при редактировании смысл и дух высказы-

ваний Марка Аврелия, безусловно, сохранен.

Учитывая, что автор «Размышлений» использовал сложную и многозначную терминологию стоической философии, не всегда понятную современному читателю, в тексте примечаний эти понятия раскрываются прежде всего на основании античных источников.

## ПЕРВАЯ КНИГА



### I

От Вера, моего деда, я унаследовал сердечность и незлобивость.

### II

От славы моего родителя и оставленной им по себе памяти — скромность и мужественность.

### III

От матери — благочестие, щедрость, воздержание не только от дурных дел, но и дурных помыслов. А также — простоту образа жизни, далекую от всякой роскоши.

### IV

От прадеда — то, что не пришлось посещать публичных школ; я пользовался услугами прекрасных учителей на дому и понял, что на это стоит потратиться.

## V

От воспитателя — равнодушие к борьбе между зелеными и синими, победам гладиаторов с фракийским или гальским вооружением. Неприхотливость, выносливость в трудах, несуетливость и стремление к самостоятельности в решении дел, невосприимчивость к клевете.

## VI

От Диогнета — нерасположение к пустякам, недоверие к рассказам чудотворцев и волшебников о заклинаниях, изгнании демонов и тому подобных вещах. А также и то, что не разводил перепелов, не увлекался глупостями, а отдался философии, слушая сначала Бакхия, затем Тандасида и Маркиана. Уже с детских лет писал диалоги и полюбил простое ложе, звериную шкуру и прочие принадлежности эллинского образа жизни.

## VII

От Рустика — мысль о необходимости исправлять и образовывать свой характер, не уклоняться в сторону изощренной софистики и сочинения бессмысленных теорий, не составлять увещательных ре-

чей, не разыгрывать напоказ ни страстотерпца, ни благодетеля, не увлекаться риторикой, поэтическими украшениями речи и не разгуливать дома в столе. Благодаря ему я пишу письма простым слогом, по примеру письма, написанного им самим из Синуэссы к моей матери. Я всегда готов к снисхождению и примирению с теми, кто в гневе поступил неправильно, оскорбительно, едва они сделают первый шаг к восстановлению наших прежних отношений. Я стараюсь вникнуть во все, что читаю, не довольствуясь поверхностным взглядом, но не спешу соглашаться с многоречивыми пустословами. Рустик первый познакомил меня с «Воспоминаниями об Эпиктете», ссудив их из своей библиотеки.

### VIII

От Аполлония — свободомыслие и осмотрительность, стремление неуклонно руководствоваться ничем иным, кроме разума, оставаясь верным себе при невыносимой боли, потере ребенка и тяжелой болезни. На его примере я наглядно убедился, что в одном и том же лице величайшая настойчивость может сочетаться со снисходительностью. Когда приходится с трудом растол-

ковывать что-либо, я не раздражаюсь и не выхожу из себя, ибо видел человека, который опытность и мастерство в передаче глубочайших знаний считал наименьшим из своих достоинств. От него я научился, каким образом следует принимать от друзей так называемые услуги, не чувствуя себя вечно обязанным, но и не проявляя равнодушия.

## IX

От Секста — благожелательность; образец дома, руководимого отцом семейства, представление о жизни, согласно природе, и подлинном величии, заботливое отношение к нуждам друзей, способность терпеливо сносить невежество, высокоглядство, самомнение и ладить со всеми. Общение с Секстом было приятнее всякой лести, да и у самих льстецов он пользовался величайшим почетом, вопреки собственному желанию. От него я научился методически находить и связывать между собою основополагающие правила жизни, не выказывать признаков гнева или какой-либо другой страсти, сочетать невозмутимость с самыми нежными почтительными привязанностями, пользоваться доброй славой,

соблюдая благопристойность, накапливать знания, не выставляя их напоказ.

## X

От Александра-грамматика я научился воздержанию от упреков и обидных замечаний тем, кто допускал варваризмы, коверкание и неблагозвучность речи, предлагая им надлежащие выражения в форме ответа, подтверждения или совместного разбора самого предмета, а не оборота речи либо посредством другого уместного приема напоминания.

## XI

От Фронтона — понимание того, что тирания влечет за собой клевету, изворотливость, лицемерие и что вообще люди, слышущие у нас аристократами, отличаются бессердечием и черствы душой.

## XII

От платоника Александра я научился избегать частых, не вынужденных обстоятельствами, ссылок в письмах и разговорах на свою занятость и не уваливать от обязанностей по отношению к ближним под предлогом «неотложных» дел.

### XIII

От Катула — внимательность к жалобам друзей, даже неосновательным и вздорным, стремление к улаживанию всех конфликтов, чистосердечная уважительность в отношении к своим учителям, желание воздать им хвалу, как это делали, судя по воспоминаниям, Домиций и Афинодот, а также — истинная любовь к детям.

### XIV

От брата моего Севера — любовь к близким, любовь к истине и справедливости. Полученные благодаря ему знания о Тразее, Гельвидии, Катоне, Дионе, Бруте и представление о государстве с равными для всех законами, устроенном на началах равноправия и всеобщего равенства, о власти, ставящей превыше всего свободу граждан. Ему же я обязан неизменным почтением к философии, благотворительностью, постоянством в щедрости, надеждами на лучшее и верою в дружеские чувства. Он никогда не скрывал осуждения чьих-либо проступков, а его друзьям не приходилось догадываться о его желаниях — они были всем ясны.

## XV

От Максима — самообладание, неподатливость чужим влияниям, бодрость в трудных обстоятельствах, в том числе и болезнях, уравновешенный характер, обходительность и чувство собственного достоинства, старательность в своевременном исполнении очерченных дел. Что бы ни говорил Максим, все верили в его искренность, что бы ни делал — в его добрые намерения. У него я научился ничему не удивляться, не поражаться, ни в чем не спешить и не медлить, не теряться, не предаваться унынию, не расточать излишние похвалы, вызывающие позднее гнев и подозрительность, а быть снисходительным, оказывать благодеяния, чуждаясь лжи, имея в виду непоправимость содеянного, а не запоздалые исправления.

Он умел шутить, соблюдая благопристойность, не выказывая презрительного высокомерия, но никто не считал себя выше его.

## XVI

От отца — кротость и непоколебимая твердость в тщательно обдуманых решениях, отсутствие интереса к мнимым по-

честям, любовь к труду и старательность, внимание ко всем, кто может внести какое-либо общепольное предложение, неизменное воздаяние каждому по его достоинству, понимание того, где нужна строгость, а где большая мягкость. Благодаря отцу — прекращение любовных дел с мальчиками и преданность общественным делам. Отец разрешал своим друзьям не являться на его обеды и не обязательно сопровождать его в путешествиях; те, кто отлучались по своему делу, при возвращении сохраняли его прежнее расположение. Во время совещаний он упорно настаивал на исследовании всех обстоятельств дела и не спешил положить конец обсуждению, довольствуясь первым встретившимся решением. Он сохранял постоянство в отношениях с друзьями, не меняя их из-за пресыщения, но и не поддаваясь чрезмерному увлечению ими. Самостоятельность во всем, ясный ум, предвидение событий далеко вперед, предусмотрительная распорядительность во всем, вплоть до мелочей, без тени кичливости своими способностями. Приветственных кликов и всяческой лести при нем стало меньше. И неусыпная охрана того, что необходи-

мо государству, бережливость в расходах и выдержка, когда это ему ставилось в вину. И не было у него суеверного страха перед богами, а что касается людей, то не было ни заискивания перед народом, ни стремления понравиться, ни угодливости перед толпой, а напротив — трезвость и основательность; и никогда — безвкусной погони за новизной. Всем тем, что делает жизнь легкой — а это судьба давала ему в изобилии, — он пользовался и скромно, и вместе с тем охотно, так что он спокойно брал то, что есть, и не нуждался в том, чего нет. И никто не сказал бы про него, что он софист, вульгарный болтун или педант, а напротив, — что он человек сложившийся, совершенный, чуждый лести и способный руководитель и своими, и чужими делами. Вдобавок он ценил истинных философов, а остальных не порицал, хотя и не поддавался им. Кроме того, общительность и общительность, но не через меру. О своем теле он заботился надлежащим образом, не как какой-нибудь жизнелюбец и не напоказ, однако и не пренебрегал им, чтобы благодаря уходу за телом как можно меньше нуждаться в медицине, во внутренних и наружных лекарствах.

В особенности же он без всякой зависти уступал людям, в чем-либо выдающимся, будь то выразительная речь, исследование законов, или нравов, или еще что-нибудь.

Он содействовал тому, чтобы каждый был в чести соответственно своим дарованиям.

Хотя он во всем соблюдал отеческие обычаи, однако никому не было заметно, чтобы он старался их соблюсти — то есть эти отеческие обычаи. Кроме того, в нем не было непоседливости и метаний, он проводил время в одних и тех же местах и занятиях. И после приступов головной боли он бывал сразу же свеж и полон сил для обычных трудов.

Не много у него бывало тайн, напротив, очень мало, да и редко когда; все они касались исключительно государственных дел. Он был благоразумен и умерен в устройстве зрелищ, в строительстве и в раздаче пособий. Он обращал внимание на самое выполнение долга, а не на славу, которую приносит выполнение долга.

Он не пользовался банями в неурочное время, не увлекался постройкой роскошных зданий, был непритязателен в еде,