

НРАВСТВЕННЫЕ
ПИСЬМА
К ЛУЦИЛИЮ

ЛУЦИЙ
АННЕЙ
СЕНЕКА

УДК 1(091)"652"
ББК 87.3(0)
С31

Сенека, Луций Анней.

С31 Нравственные письма к Луцилию : перевод с латинского / Луций Анней Сенека. — Москва : Эксмо, 2025. — 192 с. — (Библиотека стоика).

ISBN 978-5-04-174570-7

Луций Анней Сенека — римский философ, поэт и государственный деятель, один из крупнейших представителей стоицизма. Нравственные письма к Луцилию — это сборник, написанный уже после его ухода из политики его другу Луцилию Младшему. В них он учит его выстраивать свою жизнь в соответствии с философией стоицизма. Сенека призывает друга и всех своих читателей сосредоточиться на созерцании своего внутреннего мира и наслаждаться радостью, которая исходит от мудрости. Жизнь коротка, а время быстротечно, а это значит, что свой век нужно прожить достойным человеком. Ведь добродетель — единственное истинное добро, а порок — единственное зло. Всегда актуальная философия стоицизма, а также непревзойденный писательский талант Сенеки сделали «Нравственные письма» одним из самых известных и любимых произведений не только в его творчестве, но и во всей римской литературе.

УДК 1(091)"652"
ББК 87.3(0)



Письмо I

ОБ УПОТРЕБЛЕНИИ ВРЕМЕНИ

Во всем отдавай себе отчет, о Луцилий, и старательно сберегай время, которое до сих пор или само ускользало от тебя, или отнималось другими, или, наконец, тобою самим тратилось попусту. Поверь мне: часть времени у нас отнимают другие, часть его тратится даром, часть уходит незаметно для нас самих. И самая постыдная потеря времени та, которая происходит от нашей собственной небрежности. Вникая в дело, ты легко заметишь, что *большая часть нашей жизни уходит на ошибки и дурные поступки; значительная часть протекает в бездействии и почти всегда вся жизнь в том, что мы делаем не то, что надо*. А между тем много ли людей придают времени какую-либо цену, уважают и ценят свои дни, понимают, что с каждым днем они умирают? Ведь в том-то и есть наша ошибка, что мы смотрим на смерть только как на будущее событие. Большая часть смерти уже наступила: то время, что за нами, — в ее владении. Итак, о мой Луцилий, продолжай, как ты пишешь, употреблять с пользою каждый час. Если сегодняшней день в твоих руках, меньше будешь зависеть от завтрашнего. Пока мы откладываем жизнь, она проходит.

Все, о Луцилий, не наше, а чужое; только время — наша собственность. Природа предоставила в наше владение только эту вечно текущую и непостоянную вещь, которую вдобавок может отнять у нас всякий, кто только этого захочет. Люди настолько глупы, что считают себя в долгу, если получают какой-либо подарок, как бы мал и ничтожен он ни был, хотя притом они всегда имеют еще возможность отдарить за него, и решительно ни во что не ценят чужого времени, хотя оно единственная вещь, которой нельзя возратить обратно при всем на то желании. Ты спросишь, может быть, как же поступаю я, поучающий тебя на этот счет? Сознаюсь откровенно: я поступаю как люди расточительные, но аккуратные: веду счет своим издержкам. Не могу сказать, чтобы я ничего не терял, но всегда могу отдать себе отчет, сколько я потерял, каким образом и почему. Я могу объяснить причины моей бедности. И ко мне относятся как к людям, впавшим в нищету не по своей вине: все жалеют, но никто не помогает. Впрочем, я не могу еще считать нищим человека, которому хватает того, что у него осталось. Поэтому береги то, что у тебя есть, и примись за это заблаговременно. Недаром говорили наши предки: поздно беречь вино, когда уже видно дно. Ведь на дне его остается не только мало, но и самый остаток — плохого качества.

Письмо II

О ЧТЕНИИ КНИГ

На основании того, что ты мне пишешь, и того, что я о тебе слышу, я возлагаю на тебя большие надежды. Ты не разбрасываешься и не мечешься, не находя себе места.

Такое разбрасывание — признак больного духа. Лучшим признаком уравновешенного ума я считаю умение сосредоточиваться и терпеливо ожидать.

Смотри, однако, как бы чтение многих авторов и книг всякого рода не сделало тебя слишком поверхностным и неустойчивым. Если ты хочешь извлечь из чтения какую-либо прочную пользу, то останавливайся подолгу только на несомненных авторитетах и «питайся» исключительно ими. Тот, кто всюду, тот нигде. У людей, много странствующих, бывает обыкновенно много знакомых, но совсем нет друзей. То же непременно случается и с тем, кто не изучает внимательно никакого одного писателя, но прочитывает всех мельком и спеша. Нет пользы от пищи, которую желудок, едва восприняв, извергает; ничто не вредит так выздоровлению, как частая перемена лекарств; никогда не затянется рана, если на ней пробовать разные средства; не поправляется растение, если его часто пересаживают; ничто вообще не приносит пользы, если влияет мимоходом, налету, — такие книги в большом количестве только обременительны, раз ты не можешь прочесть столько книг, сколько их есть у тебя, то довольствуйся столькими, сколько ты можешь прочесть. «Но, — возразишь ты, — если я хочу читать то одну книгу, то другую?» Признак расстроенного желудка — пробовать много кушаний, которые, несмотря на свое обилие и разнообразие, не питают его, а засоряют. **Итак, читай всегда лучшие, признанные сочинения, а если и случится когда-нибудь просматривать другие, то все-таки вернись потом к первым.** Старайся приобретать ежедневно хоть что-нибудь, чтобы обеспечить себя ввиду бедности, смерти и других бедствий. И если прочтешь что-либо, то из прочитанного усвой себе главную мысль. Так поступаю

и я: из того, что я прочел, я непременно что-нибудь отмечу. Сегодня, например, я вычитал у Эпикура — так как я не гнушаюсь заходить иногда и во вражеский лагерь, не в качестве перебежчика, но в роли лазутчика, — что «почтенна веселая бедность». Впрочем, можно ли назвать бедностью такую бедность, которая весела? Кто хорошо уживается с бедностью, тот, в сущности, богат. Не тот беден, у кого мало, а тот, кто хочет большего. Что пользы ему, что у него в сундуках много денег, в житницах много пшеницы, на лугах много скота, много денег отдано в рост, если он жаждет чужого имущества и считает не то, что уже приобрел, а то, что ему еще надо приобрести? Условий богатства, по-моему, два: во-первых, иметь необходимое и, во-вторых, довольствоваться им.

Письмо III

О ВЫБОРЕ ДРУЗЕЙ

Ты посылаешь мне свое письмо, как ты пишешь, со своим другом. А затем прибавляешь, чтобы я не сообщал ему всего касающегося тебя, потому что ты сам не делаешь этого. Таким образом, в одном и том же письме ты и назвал его другом, и отрекся от него. Если ты назвал его другом, потому что это первое слово, какое попало тебе на язык, употребил его в том ходячем смысле, в каком мы называем господином всякого встречного, если не знаем его имени, — тогда пусть так. Но если ты считаешь за друга кого-нибудь, кому веришь меньше, чем самому себе, то ты жестоко заблуждаешься и не понимаешь сущности

искренней дружбы. ***С другом обсуждай все, но, прежде чем дружиться, узнай его самого.*** По заключении дружбы надо верить; рассуждать же надо раньше. Весьма беспорядочно поступают те, кто, вопреки наставлениям Теофраста, рассуждают, уже полюбив, а рассудив, перестают любить. Долго обдумывай, можешь ли ты считать кого-нибудь другом. Но раз ты найдешь, что он достоин дружбы, отдайся ему всем сердцем, и тогда говори уже с ним так же свободно, как с самим собою. Жить следует, собственно говоря, так, чтобы и можно было злейшему врагу доверить все, что у тебя на душе. Но в жизни бывают разные обстоятельства, из которых принято делать тайны. Так вот другу-то и можно доверить все заботы, все помыслы. Если ты считаешь его преданным, то и обращайся с ним как с таковым. Кто боится обмана, тот учит ему и самим подозрением дает право на любое коварство. Перед другом не следует утаивать ни единой мысли; надо в его присутствии считать себя в обществе самого себя.

Есть такие люди, что рассказывают первому встречному то, что можно доверять одним друзьям, и выгружают тайный груз души своей в любые уши. Другие, напротив, страшатся довериться даже самым близким и если бы могли, то, не доверяя самим себе, спрятали бы всякий секрет как можно глубже. Не следует делать ни того, ни другого. Обе эти крайности — и доверять всем, и не верить никому — одинаково дурны: только одна благороднее, другая безопаснее. Точно так же есть люди вечно беспокойные, и, напротив, есть люди ко всему равнодушные. Но наслаждение тревогами жизни не есть деятельность: это только трепет взволнованной души. С другой стороны, состояние, при котором всякое движение в тягость, не есть покой, а только расслабленность

и усталость. Раздумывая об этом, полезно иметь в виду стих Помпония:

*Они запрятались в такую нору,
Что, где светло, — им чудится тревога.*

Отдых и работа должны сопутствовать друг другу: тот, кто отдохнул, должен работать, а тот, кто трудился, может отдыхать. Этому учит нас и природа, сотворившая и день и ночь.

Письмо IV

О СТРАХЕ СМЕРТИ

Продолжай, что начал, и торопись: чем скорее усовершенствуешь и разовьешь свою душу, тем дольше будешь наслаждаться. Правда, есть наслаждение и в самом процессе совершенствования и развития. Но гораздо высшее наслаждение заключается в самосознании ума, свободного от всяких слабостей и блещущего чистотою. Ты помнишь, какую радость ты ощутил, когда, сняв детское платье, надел тогу мужчины и в ней явился на форум. Еще большая радость ожидает тебя, когда ты отбросишь свой детский ум и философия впишет тебя в число мужей. До тех же пор твоя мысль находится в детском, и даже еще хуже, в ребяческом возрасте. Нет ничего хуже, как, будучи внушительным старцем, сохранять несовершенства детей, и притом маленьких детей. Старики боятся легкомысленного; дети боятся пустяков, а такие люди — и того и другого. ***Заметь себе, всего***

менее следует бояться того, что обыкновенно внушает наибольший страх (то есть смерти). Под конец не бывает ничего значительного. Приходит смерть: ее можно было бы бояться, если бы она осталась с тобою. Но неизбежно она или не наступит, или свершится. «Трудно, — возразишь ты, — довести ум до презрения жизни». Неужели ты не замечал, как часто это презрение порождается ничтожнейшими причинами? Один повесился у дверей своей милой; другой бросился с крыши, чтобы не слушать более брани своего господина; третий распорол себе живот, чтобы его не вернули из бегов. Так неужели же доблесть не сделает для человека того, что так легко делает чрезмерный страх? Безмятежная жизнь не выпадает на долю никому из тех, кто слишком заботится о ее продлении, кто между прочими благами жизни считает за благо долголетие. Чтобы равнодушнее смотреть на жизнь и смерть, думай каждый день о том, сколь многие цепляются за жизнь совершенно так, как цепляются за колючие терния утопающие в быстром течении реки. Сколь многие колеблются между страхом смерти и мучением жизни: и жить не хотят, и умереть не умеют. Чтобы жизнь была приятна, надо отложить все попечения о ней. Разве может радовать человека обладание вещью, утратив которую он будет безутешен? Напротив, совсем не тяжело потерять такую вещь, по утрате которой вторично ее не пожелаешь. Потому приготовься к превратностям судьбы и смотри хладнокровно на них: они случаются даже с самыми сильными. Приговор Помпею произнесли сирота и евнух; Крассу — жестокий и несносный парфянин. Гай Цезарь приказал Лепиду отрубить голову трибуну Декстру, а сам пал от руки Херея. Никого еще судьба не возносила так высоко, чтобы ему не угрожало то, что он сам себе позволял относительно

других. Не доверяй затишью: в одно мгновение море может взволноваться. Корабли тонут иногда в тот самый день, в который они красовались на глади вод. Вспомни, что и разбойник, и враг всегда могут занести над тобой меч. Не надо даже никаких особых обстоятельств; твоя жизнь и смерть находятся в зависимости от прихоти любого раба. Ведай, кто презирает свою жизнь, владеет твоею. Припомни, сколько людей погибли от руки своих слуг, сраженные открытым насилием или тайною хитростью. Право, не меньше людей погибло от рук своих рабов, чем по прихоти царей. Что же думать о том, как силен тот, кого ты боишься, если то, за что ты боишься, во власти всякого? Положим даже, что ты попадешь в руки своего врага и он в качестве победителя приговорит тебя к смерти. И что же? Ты придешь именно к тому концу, к которому шел всю жизнь. Зачем обманывать себя и только теперь замечать факт, с которым давно уже следовало примириться? Верь мне — ты неизбежно умрешь уже в силу того, что ты родился. ***В этом роде должны мы рассуждать, если хотим спокойно и твердо встретить последний час, страх перед которым делает мучительными остальные часы нашей жизни.***

Чтобы кончить письмо, сообщу тебе изречение, встреченное мною во вражеских вертоградах и понравившееся мне: «Бедность, согласующаяся с законами природы, в сущности, большое богатство». Природа, как известно, установила для нас следующие потребности: не голодать, не чувствовать жажды и не зябнуть. А для того чтобы утолять голод и жажду, нет необходимости сидеть в приемных разных гордецов и выносить их тяжелую заносчивость или презрительную снисходительность; нет необходимости плавать по морям или нести тяготы военной службы. Необходимое

всегда легко приобрести. И только для избытков приходится трудиться в поте лица. Из-за них-то изнашивается парадное платье, из-за них наступает преждевременная старость в военных походах, из-за них стремятся в чужие страны. А между тем под рукою у нас есть все, что нужно.

Письмо V

О ФИЛОСОФСКОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Хвалю тебя и радуюсь, что ты, оставив все прочее, предался делу самосовершенствования. Я не только советую, но даже прошу: не оставляй этого дела. Но предостерегаю тебя: не поступай подобно тем, кто хочет не столько быть чем-либо, сколько казаться; не делай ничего такого, что заставило бы говорить о твоей внешности и твоем образе жизни. Не ходи с неумытым лицом, непричесанными волосами и небритой бородой; не подчеркивай презрения к деньгам; не хвались постелью, устроенною на голой земле, и вообще ничем таким, за чем гонится извращенное честолюбие. Само имя философии, хотя бы она даже и скромно пропагандировалась, достаточно ненавистно. Что же будет, если мы еще станем выделяться среди других людей странными привычками? Пусть в душе мы будем вполне несходны с толпой, но по наружности ничем не надо от нее отличаться. Не надо блистать своим платьем, но зачем носить его грязным? Не будем приобретать серебряной утвари, щедро украшенной золотыми узорами, но не будем счи-

тать за неперемнное условие умеренности лишение золота и серебра. ***Будем заботиться о том, чтобы вести лучшую жизнь, чем толпа, но не противоположную ей.*** Иначе мы оттолкнем и отвратим от себя тех, кого хотим исправить, и добьемся того, что нам не захотят подражать ни в чем из боязни, что придется подражать во всем. Философия, прежде всего, проповедует здравый смысл, общительность и человечность. Резкое отличие от толпы противоречит этим целям. Надо заботиться поэтому, чтобы не казалось смешным и противным то, посредством чего мы хотим добиться восхищения. Ведь наша цель — жить сообразно с природой. Уродовать же тело, ненавидеть самую необходимую опрятность, жить в грязи и есть не питательную и вкусную пищу, а противную и тошнотворную, — значит поступать против природы. Насколько можно считать роскошью стремление к изысканным вещам, настолько глупо избегать обычных и общепринятых удобств. Философия проповедует: умеренность, но не самоистязание; умеренность же вполне совместима с опрятностью. Тут надо знать меру. Наша жизнь должна сообразоваться как с требованиями нравственности, так и с требованиями общности. Пусть удивляются нашему образу жизни, но пусть признают его правильным. «Итак, что же, мы должны жить как все? И не должно быть никакой разницы между нами и толпою?» Непременно. Тот, кто узнает нас ближе, увидит, что мы не похожи на толпу. Но, войдя в наш дом, пусть дивятся не обстановке, а нам самим. Если есть величие в том, чтобы из глиняной посуды есть с таким достоинством, как и из серебряной, то не меньше его и в том, чтобы смотреть на серебро так же равнодушно, как на глину. Только узкий ум не может примириться с богатством.

По заведенному обыкновению, сообщаю попавшийся мне сегодня у Гекатона афоризм на тему, что ничего не желать — верное средство против страха. «Перестанешь бояться, — говорит он, — если перестанешь надеяться». Но, возразишь ты, что же общего между такими разнородными вещами? Да, мой Луцилий, как ни различны они на первый взгляд, они тесно связаны. Между этими, по-видимому, столь несходными чувствами существует связь, подобная той, которая связывает часового с остальными солдатами. Страх стережет надежду. И в этом нет ничего странного. Оба чувства — результат напряжения нервов, оба вызываются ожиданием будущего. Основная причина обоих чувств в том, что мы не довольствуемся настоящим, но направляем наши помыслы на будущее. Таким-то образом предусмотрительность, в которой наилучший залог человеческого благополучия, способна обращаться во зло. Животные бегут от опасности, но только избегают ее, успокаиваются; мы же, люди, мучимся и настоящими, и прошедшими. Так, многие блага, дарованные нам природой, обращаются нам во вред. Память возобновляет мучения страха; предусмотрительность заставляет предвкушать их. Нет такого человека, который страдал бы только через настоящее.

Письмо VI

ОБ ИСТИННОЙ ДРУЖБЕ

Я замечая, о Луцилий, что не только исправляюсь, но и изменяюсь. Я не надеюсь, правда, и не обещаю, что во мне не останется ничего, нуждающегося в перемене, да

почему же бы не иметь даже и много такого, что следует исправить, дополнить или смягчить? Уже и то ясный признак совершенствования, если замечаешь в себе недостатки, о которых прежде и не подозревал. Для многих больных много значит уже сознание своей болезни. Я хотел бы поделиться с тобою всеми этими быстрыми переменами. Это было бы лучшим доказательством нашей дружбы, той истинной дружбы, которой не разрушит ни страх, ни надежда, ни забота о личном благе, той дружбы, ради которой и с которою люди идут на смерть. ***Сколь многие лишены не друзей, а именно дружбы! Но в ней не будет недостатка у тех, чьи души соединяет одинаковое влечение к истине и добру.*** И потому именно не будет недостатка, что у таких людей все общее, начиная с самих недостатков. Трудно даже представить себе, сколько пользы извлекал я из каждого отдельного дня. «Сообщи же мне, — скажешь ты, — эти средства, оказавшиеся столь живительными». Я страстно хочу рассказать тебе о них, и отчасти рад потому, что узнал их, что могу научить тебя. Для меня нет интереса знать что-либо, хотя бы и самое полезное, если только я один буду это знать. Если бы мне предложили высшую мудрость под непременною условием, чтобы я молчал о ней, я бы отказался. Неприятно, обладая чем-либо, ни с кем не делиться. Потому посылаю тебе свои книги. Чтобы избавить тебя от труда самому отыскивать в них полезные места, перелистывая страницы, я сделал заметки, по которым ты сразу найдешь все то, что мне нравится и приводит меня в восхищение. Конечно, ты извлек бы более пользы из совместной жизни со мной и через живую речь, чем через письма. Следует все видеть самому, во-первых, потому что вообще легче верить глазам, чем ушам, а во-вторых, потому что путем поучений цель

достигается медленнее, чем с помощью примеров. Клеант не мог бы так живо рассказать про Зенона, если бы только слушал его; но он жил вместе с ним, знал его тайны, наблюдал, действительно ли он согласует свою жизнь со своим учением. Платон и Аристотель и весь сонм других философов гораздо больше извлекали из жизни Сократа, чем из его слов. Митродор, Гермарх и Полиэй стали великими людьми не вследствие поучений Эпикура, но вследствие жизни с ним. Впрочем, я зову тебя не столько ради того, чтобы поучать тебя, сколько для своей собственной пользы. Мы во многом можем помочь один другому.

А пока вот тебе моя ежедневная дань — изречение Гекатона, которое, по-моему, весьма замечательно. «Ты спрашиваешь, — пишет он, — чего я добился? Я стал сам себе другом». И он в самом деле многого достиг. Он никогда не будет одинок. Знай, кто друг себе — друг всем людям.

Письмо VII

УДАЛЯЙСЯ ОТ ТОЛПЫ

Ты спрашиваешь, чего, по моему мнению, следует избегать? Толпы. Невозможно смешиваться с нею без вреда для себя. Я, по крайней мере, сознаю свою слабость. Никогда не возвращаюсь я с такою же чистою душою, с какою вышел к толпе. Все, что только что улеглось, снова возмутится. Порок, от которого я было исправился, возвращается. Словом, повторяется то же, что бывает с больными, ослабевшими до такой степени, что для них уже все вредно. Но ведь