

Марк Аврелий

НАЕДИНЕ С СОБОЙ



Эпиктет

В ЧЕМ НАШЕ БЛАГО?

С предисловием К. В. Львова — к. и. н.,
старшего научного сотрудника ИМЛИ
им. А. М. Горького РАН



УДК 821.14'02
ББК 83.3(0)3
М26

Перевод с греческого *Семёна Роговина*

Перевод с латинского *Василия Алексеева, Владимира Черткова*

Предисловие к русскому изданию кандидата
исторических наук, старшего научного сотрудника ИМЛИ
им. А. М. Горького РАН *Константина Львова*

Марк Аврелий, Эпиктет

М26 Наедине с собой / Марк Аврелий ; пер. с греч. С. Роговина ;
Эпиктет. В чем наше благо? / Эпиктет ; пер. с лат. В. Алексеева,
В. Черткова. — М. : КоЛибри, Издательство АЗБУКА, 2026. —
416 с. — (Стратегия и власть).

ISBN 978-5-389-34365-8

Философия стоицизма, провозглашающая стойкость и мужество,
учит контролю над эмоциями, принятию судьбы и жизни в согласии
с природой.

В эту книгу вошли произведения двух великих стоиков: «Наедине
с собой» Марка Аврелия и «В чем наше благо?» Эпиктета. Размышления
философов о бессмертии, гармонии во Вселенной, о любви и терпении
остаются актуальными по сей день.

УДК 821.14'02
ББК 83.3(0)3

ISBN 978-5-389-34365-8

© Львов К. В., предисловие, 2026
© Издание на русском языке, оформление.
ООО «Издательство АЗБУКА», 2026
КоЛибри®

Предисловие

Самый авторитетный список лежащего перед вами сочинения оканчивался коротким стихотворным посвящением читателю:

Если желаешь печаль одолеть,
Эту блаженную ты открывай
Книгу и с нею упорно иди
К мысли, которой надежнее нет,
Ибо в грядущем ты верно узришь,
И в настоящем, в минувшем давно,
Что и услада, и горечь твои
Столь же надежны, как призрак и дым.
(пер. А. К. Гаврилова)

Сочинение это, накрепко связанное с философской школой стоиков, ни в коем случае нельзя назвать философским трактатом, — не содержит оно полноценного учения. Исследователи по-разному пытаются охарактеризовать жанр сочинения Марка Аврелия, они называют его интеллектуальным дневником, черновыми набросками будущего трактата, записями

своих и чужих мыслей и соображений для возможного использования в будущих речах и документах. Почти единодушно ученые в одном — автор писал для себя. И тем не менее, записи эти, подчас разрозненные и фрагментарные, с неподдельным интересом читались многими поколениями, не утратили актуальности доньше, пожалуй, обрели бессмертие.

О сочинении Марка Аврелия упоминали ученые IV и X веков, впервые напечатано оно было в 1559 году, первый русский перевод, выполненный С. Волчковым, появился в 1740 году. Вероятно, главным популяризатором текста Аврелия в России был Лев Толстой: многие выписки из этого сочинения великий писатель и мыслитель включил в собранные им «Мысли мудрых людей на каждый день» (1903) и «Круг чтения» (1906). Толстой печатал уже другой перевод, сделанный Л. Д. Урусовым из круга толстовцев, вошли в эти сборники и фрагменты бесед другого стоика — Эпиктета, переведенные сподвижником Толстого В. Г. Чертковым (они публикуются и в настоящем издании в качестве Приложения).

Вне всякого сомнения, многовековое читательское внимание к записям Марка Аврелия обусловлено едва ли не в первую очередь статусом автора. Марк Аврелий Антонин (121–180) был на протяжении двух десятилетий правителем (принцепсом) могущественнейшей Римской империи. Можно сказать, в его фигуре воплотились надежды Платона и Аристотеля, что философы будут управлять государствами.

Но, несмотря на воплощенную надежду Философии, равно как и на то, что время правления династии

Антонинов справедливо считается порой расцвета Рима (сошлюсь на авторитетное мнение Э. Гиббона), фигура Марка Аврелия является безусловно трагической. Его сын и преемник Коммод остался в истории как «император-гладиатор» и был убит в результате заговора; а вскоре и костяк империи затрещал под ударами центробежных и варварских сил, и единство державы могли поддерживать лишь крепкие армейские кулаки «солдатских императоров». Стоическая философия также обрела в Марке Аврелии своего завершителя, лишь позднее некоторые положения этики были опосредованно восприняты христианами. Да и в годы правления Аврелия судьба не слишком много времени предоставляла ему для философских штудий. Итак, отметим основные вехи биографии философа-императора.

Жизнеописание Марка Аврелия входит в состав корпуса текстов «Сочинителей истории Августов», также о его жизни и трудах писали другие римские историки (Дион Кассий, Аврелий Виктор). Будущий философ и император происходил из фамилии Анниев Веров, бывших римскими префектами, преторами, консулами, он получил превосходное риторическое и философское образование. С отроческих лет судьбой его занялся император Адриан, который незадолго до своей смерти в 138 году настоял на том, чтобы Аврелия усыновил наследник императорской власти Антонин Пий. — Такая система укрепляла преемственность института императорской власти: Марк Аврелий, как и другой усыновленный Антонином наследник Луций Вер, постепенно все более и более участвовал

в управлении огромной империей. После смерти Антонина Пия в 161 году оба его пасынка были провозглашены императорами, и это был первый случай соправительства, впрочем, издавна Римской республикой управляли ежегодно по выбору двое консулов.

Двадцать лет правления Марка Аврелия пришлось на весьма тревожное и даже бедственное время, и стоические добродетели оченьгодились императору. В 162–165 гг. Рим вел трудную, но успешную войну с давним противником — Парфией, присоединив часть Месопотамии. С 167 года и до смерти Аврелия, с небольшими перерывами, шли ожесточенные сражения с полчищами маркоманнов, квадов и сарматов, которых римлянам удалось победить с великими усилиями. В середине 60-х годов вспыхнула опустошительная эпидемия чумы, а в 178 году землетрясением была разрушена Смирна. В 169 году скоропостижно скончался соправитель Марка Аврелия Луций Вер, а в 175 году против императора поднял мятеж наместник Сирии Авидий Кассий, впрочем, убитый спустя три месяца людьми из своего же окружения. Собственно, и самая смерть настигла Марка Аврелия во время одной из кампаний против маркоманнов.

Давнее зло — рабство подрывало силы античного мира. Земледелие в Италии неуклонно клонилось к упадку, и население Рима зависело от распределения зерна, поставляемого провинциями, в первую очередь, Египтом. Античная цивилизация, в целом, не слишком влияла на сельскохозяйственные районы, а великолепие городов существовало для весьма небольшой части населения, и в самих городах большинство имело

довольно скудный доход. Нити власти и управления так и оставались в руках императора и его канцелярий, уделом всех прочих было подчинение. Люди искали лучшего в прошлом, в настоящем испытывали усталость, а будущее внушало им страх.

В эпоху усталости даже истинные блага утрачивают свою привлекательность. Этика стоиков призывала более к терпению, чем к надежде. Примечательно, что исповедовали ее люди, находившиеся на абсолютно разных ступенях социальной лестницы — Эпиктет (ок. 60 — ок. 100), грек, раб Эпафродита, вольноотпущенника Нерона, потом его служащий, и Марк Аврелий, римский аристократ, император. Но удивляться этому не нужно: стоики учили, что все человеческие существа по природе равны. Марк Аврелий хвалит «политию, в которой существует один и тот же закон для всех, — политию, в которой во внимание приняты равные права и равная свобода слова, — и царское правление, которое более всего уважает свободу управляемых».

Нельзя не сказать и о некоторых сущностных противоречиях этики стоиков. С одной стороны, Вселенная есть жестко детерминированное целое, все происходящее в котором, — результат предшествующих причин и событий. С другой стороны, индивидуальная воля совершенно автономна, никто не может быть принужден к злу внешними причинами. Во-вторых, поскольку воля автономна и только добродетельная воля возможна, то один человек не может причинить другому ни добра, ни зла. Отсюда как бы проистекает иллюзорность благожелательности.

Марк Аврелий в I книге прямо пишет, что своими добродетелями он обязан благотворному влиянию родителей, дедов и учителей; но ведь и злая воля в той же мере может быть результатом предшествовавших факторов. Вероятно, преодолеть это противоречие, парализующее мораль, нельзя без некоторого сознательного интеллектуального заблуждения.

Проповедуя благожелательность и утверждая, что только одна добродетельная воля независима от внешних причин, стоики имели две этические системы — одну, утонченную, для самих себя, а другую — для «менее воспитанных и беззаконных». То есть, когда император-стоик думает о себе, он уверен, что счастье и всяческие так называемые блага ничего не стоят. Но когда Марк Аврелий управляет империей, населенной отнюдь не философами-стоиками, то он действует согласно их потребностям: отбивает атаки варваров, ликвидирует последствия стихийных бедствий, помогает нуждающимся, хотя и считает такую этику ложной. Император-философ не может сделать кого-либо добродетельным, но может сделать что-нибудь для его здоровья, благосостояния и т.п.

Итак, этический урок Марка Аврелия и других стоиков сводится к тому, что человек не может быть счастливым, но может быть хорошим, — но если он добродетелен, то не так важно, что он несчастлив.

К. В. Львов,
*кандидат исторических наук,
старший научный сотрудник
ИМЛИ им. А. М. Горького РАН*

A decorative border composed of repeating square tiles. Each tile contains a stylized geometric pattern: a central circle with four dots, surrounded by a ring of eight dots, all enclosed within a square frame with corner brackets. The tiles are arranged in a rectangular frame around the central text.

КНИГА
ПЕРВАЯ



Деду Веру я обязан сердечностью и незлобивостью (1).

Славе родителя и оставленной им по себе памяти — скромностью и мужественностью (2).

Матери — благочестием, щедростью и воздержанием не только от дурных дел, но и от дурных помыслов. А также и простым образом жизни, далеким от всякого роскошества (3).

Прадеду — тем, что не посещал публичных школ, пользовался услугами прекрасных учителей на дому и понял, что на это не следует щадить средств (4).

Воспитателю — тем, что не интересовался исходом борьбы между Зелеными и Голубыми или между гладиаторами фракийского и галльского

вооружения, что выносив в трудах, довольствуюсь малым, не поручаю своего дела другому, не берусь за множество дел и невосприимчив к клевете (5).

Диогнету — нелюбовью заниматься пустяками и неверием в рассказы чудотворцев и волшебников о заклинаниях, изгнании бесов и тому подобных вещах, тем, что не разводил перепелов и не увлекался ничем подобным, и тем, что меня не выводит из себя свободное слово, что я отдался философии и слушал вначале Евтихия, затем Андрона и Мециана, уже ребенком писал диалоги и почувствовал влечение к простому ложу, звериной шкуре и прочим принадлежностям греческого образа жизни (6).

Рустик — тем, что пришел к мысли о необходимости исправлять и образовывать характер, не проникся духом софистики, не занимался сочинительством теорий, не держал увещательных речей, не разыгрывал напоказ ни страстотерпца, ни всеобщего благодетеля, не увлекался ни риторикой, ни поэтикой, ни краснобайством, не разгуливал дома в столе и не делал ничего подобного. Благодаря ему я пишу письма без всяких затей, вроде того, которое он сам написал моей матери из Синуессы, всегда готов примириться с оскорбителями и обидчиками, лишь только они сделают

первый шаг, вникаю во все, что приходится читать, не довольствуясь поверхностным обзором, не соглашаюсь тотчас же с людьми, сыплющими словами, и благодаря ему же я познакомился с воспоминаниями об Эпиктете, которыми он ссудил меня из своей библиотеки (7).

Аполлонию — свободой и решимостью, а также тем, что неизменно ставлю разум превыше и всегда остаюсь себе верным при жестокой боли, при потере ребенка, в опасной болезни. На живом примере его ясно увидел, что в одном и том же лице величайшая настойчивость может ужиться со снисходительностью и как не выходить из себя, когда приходится растолковывать что-либо; он являл собой человека, который умение и сноровку в передаче познаний почитал наименьшим из своих достоинств и научил меня, каким образом следует принимать от друзей так называемые услуги, не оставаясь в вечном долгу из-за них, но и не оставляя их равнодушно без внимания (8).

Сексту — благожелательностью, образцом дома, руководимого отцом семейства, решением жить согласно природе, безыскусственной серьезностью, заботливым отношением к друзьям, запасом терпения в отношении к людям невежественным и опрометчиво судящим и умением со всеми

ладить: общение с ним было приятнее всякой лести, и в то же время он пользовался у этих людей величайшим уважением. Он учил меня с пониманием и методически отыскивать и располагать необходимые для жизни основоположения (δόγματα), не выказывать признаков гнева или какой-либо другой страсти, но сочетать любвеобилие с полнейшей свободой от страстей, пользоваться доброй славой, не вызывая шума, и обладать большими познаниями, не выставляя их напоказ (9).

Александру Грамматику — воздержанием от упреков и обидных замечаний по адресу людей, обмолвившихся каким-либо варварским, ошибочным или неблагозвучным выражением: в подобных случаях я, следуя ему, стараюсь употребить правильное выражение в форме ли ответа, подтверждения, совместного исследования самого предмета, а не оборота речи, или же посредством какого-либо другого уместного приема напоминания (10).

Фронтону — пониманием того, каковы злорадство, коварство и лицемерие, присущие тирании, и того, насколько в общем черствы душой люди, слышащие у нас аристократами (11).

Александру Платонику — тем, что без необходимости ссылаюсь на недосуг как в разговоре

с кем-нибудь, так и в письмах и не пренебрегаю, таким образом, постоянно под предлогом неотложных дел, обязанностями по отношению к ближним (12).

Катуллу — тем, что не оставляю без внимания жалобы друзей, даже если они неосновательны, но стремлюсь, по возможности, все уладить, от чистого сердца воздаю хвалу учителям, как это делали, судя по воспоминаниям, Домиций и Атенодот, а также истинной любовью к детям (13).

Брату моему Северу — любовью к домашним, к истине и справедливости, знакомством, через его посредство, с Тразеем, Гельвидием, Катонем, Дионом и Брутом, представлением о государстве с равным для всех законом, управляемом согласно равенству и равноправию всех, и царстве, превыше всего чтущем свободу подданных. Ему же я обязан и тем, что неизменно чту философию, делаю добро, постоянен в проявлениях щедрости, исполнен благих надежд и верю в любовь со стороны друзей. Осуждая кого-нибудь, он не скрывал этого, а его друзьям не приходилось догадываться, чего он хочет или не хочет, но это всем было ясно (14).

Максиму — самообладанием, настойчивостью, бодростью в болезнях и других невзгодах, уравновешенностью, мягкостью и достоинством

характера, рвением в исполнении стоящих на очереди дел; что бы он ни говорил, все верили в его искренность, что бы ни делал — в отсутствие злого умысла. Ему же я обязан тем, что ничему не удивляюсь и ничем не поражаюсь, ни в чем не проявляю ни спешки, ни медлительности, ни растерянности, ни уныния, ни злорадства, ни гнева, ни мнительности, и тем, что предан добру, готов отпустить обиду, чуждаюсь лжи, предпочитаю верность своему долгу последующему исправлению, соблюдаю благопристойность и в шутках: никто не считал себя презируемым им, но никто не решался и счесть себя выше его (15).

Отцу своему — кротостью и непоколебимой твердостью в решениях, принятых по зрелом обсуждении, отсутствием интереса к мнимым почестям, любовью к труду и старательностью, внимательным отношением ко всем, имеющим внести какое-либо общепользное предложение, неуклонным воздаянием каждому по его достоинству, знанием, где нужны меры строгости, а где кротости, искоренением любви к мальчикам, преданностью общим интересам. Он разрешил своим друзьям даже вовсе не присутствовать на его обедах и не принуждал их сопровождать его в путешествиях. Если кто отлучался по делам, то, возвращаясь обратно, находил его расположенным к себе по-прежнему. Во время

совещаний он настаивал на исследовании всех обстоятельств дела и не спешил положить конец обсуждению, довольствуясь первым встретившимся решением. Он старался сохранить своих друзей, не меняя их по приказу, но и не обнаруживая к ним чрезмерного пристрастия. Уверенность в своих силах и бодрость были его постоянными спутниками. Он предвидел определенные события и предусматривал самые ничтожные обстоятельства, не кичась этим. Угодливость и вообще всякая лесть были ему противны. Он всегда был на страже государственных нужд и бережно тратил общественные средства, не боясь упреков за это. Ему были равно чужды как суеверие по отношению к богам, так и заискивание и угождение по отношению к людям или потакание черни, — наоборот, трезвость, положительность, благопристойность, постоянство были его отличительными свойствами. Что касается вещей, которые красят жизнь и которыми судьба одарила его в изобилии, то он пользовался ими без тщеславия, но и без скупости, так что, пользуясь беспритязательно тем, что имелось налицо, он не нуждался в том, чего не было. Никто не мог про него сказать, что он софист, болтун или педант, но всякий должен был признать в нем человека зрелого, совершенного, недоступного лести, способного устроить и свои дела, и чужие. Кроме того, он умел ценить истинных философов, к остальным же

относился без пренебрежения, хотя и не давался им в обман. Отличаясь приветливостью, он не прочь был и пошутить, но никогда не переходил границ. Он заботился должным образом и о своем теле, не как человек, цепляющийся за жизнь, не стремясь к внешней красоте, но и не оставляя его в небрежении; своим вниманием к нему он имел в виду достичь того, чтобы возможно меньше нуждаться во врачебном искусстве или же во внутренних и наружных лекарствах. Но особенно замечательна та готовность, с которой он признавал превосходство людей, приобретших особую авторитетность в какой-нибудь области, например в красноречии, познании законов, нравов или еще чего-нибудь: он даже прилагал все усилия, чтобы каждый из них получил известность в меру своих дарований. Во всем блюдя заветы отцов, он в то же время даже не старался казаться следующим им. Кроме того, ему были чужды непостоянство и несправедливость, и он подолгу оставался в одних и тех же местах и при одних и тех же занятиях. После жестоких припадков головной боли он как ни в чем не бывало со свежими силами принимался за обычные дела. Секретов у него было очень мало, да и те относились только к общественным делам. В устройстве зрелищ, возведении зданий, в своих щедротах и тому подобном он проявлял благоразумие и умеренность. Во всяком поступке его занимало только

должное, а не добрая слава, сопутствующая такому поступку. Он не пользовался банями в неурочное время, не увлекался постройкой зданий, был непритязателен в вопросе о еде, о ткани и цвете одежды, о красоте рабов. Обыкновенно в Лориуме он носил стóлу, изготовленную в соседней деревне, в Ланувиуме по большей части ходил одетым в хитон, в Тускулане же носил плащ, считая нужным извиняться в этом, — и таков он был во всем. Не было в нем ничего грубого, непристойного, необузданного, ничего такого, что позволило бы говорить об «усердии не по разуму»; наоборот, он все обсуждал во всех подробностях, как бы на досуге, спокойно, держась известного порядка, терпеливо, сообразуясь с самим делом. К нему вполне можно было бы применить то, что повествуется о Сократе: он мог именно и воздерживаться, мог и пользоваться всем тем, относительно чего большинство людей бессильно в воздержании и неумеренно в пользовании. Но проявлять в одном случае терпение, в другом — воздержание, в третьем — трезвость суждения достойно человека, обладающего душою совершенной и непреклонной. Именно таким показал он себя во время болезни Максима (16).

Богам — тем, что у меня хорошие деды, хорошие родители, хорошая сестра, хорошие учителя, хорошие домочадцы, родственники, друзья, почти

Литературно-художественное издание
Әдеби-көркем басылым

Серия «СТРАТЕГИЯ И ВЛАСТЬ»

Марк АВРЕЛИЙ

НАЕДИНЕ С СОБОЙ

ЭПИКТЕТ

В ЧЕМ НАШЕ БЛАГО?

Заведующий редакцией *О. Ро*
Ответственный редактор *Т. Маслова*
Художественный редактор *А. Дёмочкина*
Технический редактор *Л. Синицына*
Корректор *В. Алексина*
Компьютерная верстка *В. Ермак*

В оформлении книги были использованы иллюстрации
@ Sektor Creative Design, @ Hein Nouwens, @ Morphart Creation,
@ Nicku, @ Stocksnapper / shutterstock.com

Подписано в печать / Баспаға қол қойылды 31.07.2026.
Формат 76 × 100 1/32. Гарнитура «Caslon». Бумага офсетная.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 18,3.

Тираж 2000 экз. О-SIV-43784-01-R. Заказ №

ООО «Издательство АЗБУКА» – обладатель товарного знака Колибри 115093, Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Даниловский, пер. Партийный, д. 1, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 E-mail: sales@atticus-group.ru	«АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ – Колибри тауар белгісінің иесі 115093, Мәскеу, қ. іш. аум. Даниловский муниципалдық округі, Партийный т.ш., 1-үй, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 Эл. поштасы: sales@atticus-group.ru
---	--

Филиал ООО «Издательство АЗБУКА» в г. Санкт-Петербурге 195112, Санкт-Петербург, Малоохтинский пр-т, д. 68, БЦ «Регул», 2-й этаж Тел. (812) 327-04-55 E-mail: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru	Санкт-Петербург қаласындағы «АЗБУКА Баспасы» ЖШҚ филиалы 195112, Санкт-Петербург, Мало-Охтинский даңғылы, 68 ғимарат, Регул бизнес орталығы, 2-қабат Тел. (812) 327-04-55 Эл. поштасы: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru
---	---

Отпечатано в России. Ресейде басып шығарылған.

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить по адресу: <https://certification.atticus-group.ru/>.

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау туралы
мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <https://certification.atticus-group.ru/>.

Знак информационной продукции (Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)
Ақпараттық өнім белгісі (29.12.2010 ж. № 436-ФЗ федералдық заң)

16+



9 785369 343656