
ИСТОРИЯ ФИЛОСОФИИ

HISTORY OF PHILOSOPHY

УДК 1(091)

МУДРОСТЬ КНИГИ «НАЕДИНЕ С СОБОЙ. РАЗМЫШЛЕНИЯ» МАРКА АВРЕЛИЯ

А. В. РУБАНОВ¹⁾

¹⁾Белорусский государственный университет, пр. Независимости, 4, 220030, г. Минск, Беларусь

Аннотация. Рассмотрены взгляды древнеримского философа Марка Аврелия на устройство мироздания и нормы стоической морали, изложенные в книге «Наедине с собой. Размышления». Раскрыты понятия души и разума (духа и ума) человека. Показано, как философ разделяет то, что в поведении людей предопределено божьим промыслом, и то, что зависит от них самих и тесно связывается с отношением к себе. Отмечено, что предметами особого внимания в книге древнеримского стоика являются жизненная позиция человека, его ценностные ориентации, представления о добре и зле, самооценка и отношение к другим людям. Проанализированы высказанные в труде суждения о смысле жизни, целях и тактике человеческой деятельности, позитивных личных и профессиональных качествах людей, воспитании и самовоспитании.

Ключевые слова: философия; мораль; стоицизм; человек; разум; душа; добро; зло.

Образец цитирования:

Рубанов АВ. Мудрость книги «Наедине с собой. Размышления» Марка Аврелия. *Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология.* 2026;1:4–10.
EDN: RIQSZT

For citation:

Rubanau AV. The wisdom of the book «Alone with myself. Reflections» by Marcus Aurelius. *Journal of the Belarusian State University. Philosophy and Psychology.* 2026;1:4–10. Russian.
EDN: RIQSZT

Автор:

Анатолий Владимирович Рубанов – доктор социологических наук, профессор; профессор кафедры социологии факультета философии и социальных наук.

Author:

Anatoly V. Rubanau, doctor of science (sociology), full professor; professor at the department of sociology, faculty of philosophy and social sciences.
rubanov.bsu@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-4821-1937>

THE WISDOM OF THE BOOK «ALONE WITH MYSELF. REFLECTIONS» BY MARCUS AURELIUS

A. V. RUBANAU^a

^aBelarusian State University, 4 Niezaliezhnasci Avenue, Minsk 220030, Belarus

Abstract. This article examines the views of the ancient Roman philosopher Marcus Aurelius on the structure of the universe and the norms of Stoic morality, as set forth in his book «Alone with myself. Meditations». The concepts of the human soul and mind (spirit and intellect) are explored. It demonstrates how the philosopher distinguishes between those aspects of human behaviour predetermined by divine providence and those aspects that depend on the individual and are closely linked to their attitude toward themselves. In this regard, the ancient Roman Stoic's book focuses particularly on a person's life position, their value orientations, their ideas of good and evil, their self-esteem, and their attitudes toward others. The article analyses the opinions expressed in the work on the meaning of life, the goals and tactics of human activity, positive personal and professional qualities, and education and self-improvement.

Keywords: philosophy; morality; stoicism; man; mind; soul; good; evil.

Несомненно, Марк Аврелий является уникальной личностью. С 161 по 180 г. н. э. он был римским императором, которого называют последним из пяти хороших императоров династии Антонинов. Он же являлся философом, одним из наиболее известных представителей позднего стоицизма (об этом подробнее см. [1]).

Изложение философско-этических взглядов Марка Аврелия логично начать с его представлений об устройстве мироздания. В основе этих представлений лежит тезис о том, что мир (космос, бог), который он чаще называет «Единым и Целым», – это «единое существо с единой сущностью и единой душой»¹ [2, кн. 4, тезис 40]. Этому миру древнеримский философ дает развернутую характеристику: «... всюду божественная связь, и едва ли найдется что-нибудь чуждое всему остальному, ибовсе объединено общим порядком и служит к украшению одного и того же мира. Ведь из всего составляет единый мир, все проникает единый бог, едина сущность всего, един закон, един и разум во всех разумных существах, едина истина» [2, кн. 7, тезис 9]. Все, что происходит в мире, «совершается согласно природе Целого, а не какой-либо иной сущности, объемлющей ли ее извне, или таящейся внутри, или же обособленной» [2, кн. 6, тезис 9]. А возможно, это связано с тем, что правящий разум (логос), который присущ миру, «знает самого себя, знает, что делать и с какой материей имеет дело» [2, кн. 6, тезис 5].

В основе представлений Марка Аврелия о человеческой личности лежит тезис о том, что человек – часть «Целого»: «Всегда следует помнить о том, какова природа Целого, какова моя природа, каково отношение одной к другой и какой частью какого Целого является природа меня самого» [2, кн. 1, тезис 9]. В людях философ выделяет тело, душу и ум: «Телу принадлежат ощущения, душе – стремления, уму – основоположения» [2, кн. 3, тезис 16]. В другом слу-

чае он несколько изменяет терминологию, говоря, что человек состоит «из трех частей: тела, жизненной силы и духа» [2, кн. 12, тезис 3].

Приведем описание, данное им свойствам, как он выражается, разумной души: «...она созерцает самое себя, анализирует себя, делает себя такой, какой желает, сама пользуется приносимым ею плодом... Она достигает свойственной ей цели, когда бы ни был положен предел жизни... Разумная душа облетает далее весь мир и окружающую его пустоту, исследует его форму, проникает в беспредельную вечность, постигает периодическое возрождение Целого... Разумной душе свойственны и любовь к ближним, и истина, и скромность» [2, кн. 11, тезис 1]. В продолжение своей мысли о такой душе он пишет: «Изменение же и движение в ней лишь от нее самой» [2, кн. 5, тезис 19]. В связи с этим Марк Аврелий дает следующие наставления: «Помни о том, что все руководящее тобой таится внутри тебя самого. Здесь – дар слова, здесь – жизнь, здесь, если хочешь знать, весь человек» [2, кн. 10, тезис 38]; «Относись бережно к способности составлять себе убеждение. От этой способности всецело зависит, чтобы не возникло в руководящем тобой начале никакого убеждения, несогласного с природой и строем разумного существа. Она же предписывает нам не быть скорыми на решения, относиться с благожелательностью к людям и слушаться богов» [2, кн. 3, тезис 9]; «Не позволяй порывистости или медлительности твоих движений воздействовать на господствующую часть души» [2, кн. 5, тезис 26]. Однако он делает важную оговорку: «...руководящее начало не должно только прибавлять от себя убеждения о добре и зле» [2, кн. 5, тезис 26].

По мнению Марка Аврелия, для души человека особенно важно почтительное отношение к душе мира. Тот, «...кто чтит душу разумно-вселенскую и гражданственную, не смотрит уже ни на что

¹Здесь и далее цитаты приводятся с сохранением языковых особенностей оригинала.

другое. Его более всего занимает, как сохранить разумность и уважение» [2, кн. 6, тезис 14]. Он отмечает: «Две особенности общи... Во-первых, ничто чуждое душе не может оказаться для нее препятствием. Во-вторых, душа может полагать свое благо в праведном настроении и действии и ими ограничить свое стремление» [2, кн. 5, тезис 34].

Особо философ подчеркивает тот факт, что человек имеет «свой собственный разум, общий у него с богами» [2, кн. 6, тезис 35]. В связи с этим он дает следующее наставление: «Живи в общении с богами! Но в общении с богами живет тот, кто постоянно являет им свою душу довольной своим уделом, действующей согласно желаниям гения, которого Зевс дал каждому человеку как наставника и руководителя и который есть частица его самого. Этот гений есть дух и разум каждого из нас» [2, кн. 5, тезис 27]. Также древнеримский мыслитель проводит образное сравнение: «Пора не только согласовать свое дыхание с окружающим воздухом, но и мысли со всеобъемлющим разумом. Ибо разумная сила так же разлита и распространена повсюду для того, кто способен вбирать ее в себя, как сила воздуха – для способного к дыханию» [2, кн. 8, тезис 54].

Переходя к рассуждениям о жизни людей, Марк Аврелий отмечает: «Разум и искусство разумной жизни суть способности, довольствующиеся собой и делами, согласными с ними. Их стремление направляется свойственным им началом, их путь прямо ведет к положенной им цели. Поэтому согласные с ними действия называются правильными, что указывает на правильность пути» [2, кн. 5, тезис 14]. Он советует во всех случаях руководствоваться двумя правилами искусства жизни: «Во-первых, делай только то, что внушает разум. Это господствующая часть твоего существа, которая направляет действия на пользу людей. Во-вторых, умей изменить свое мнение, если кто-то указал на твою ошибку или сумел переубедить тебя. Но изменять свое мнение возможно лишь в соответствии со справедливостью, общей пользой и тому подобным, а не потому, что новый взгляд кажется более легким, приятным или сулит славу» [2, кн. 4, тезис 12].

Жизненный путь человека философ связывает с общим устройством мира. По его мнению, мир устроен так, что «...создаемое богами преисполнено промысла. Приписываемое случаю также возникает не без участия природы, т. е. в связи с тем, над чем господствует промысел» [2, кн. 1, тезис 3]. В этой ситуации судьба человека предопределена, и он должен принимать ее с радостью. Древнеримский мыслитель пишет: «Что бы ни случилось с тобой, оно предопределено тебе из века. И сплетение причин с самого начала связало твое существование с данным событием» [2, кн. 11, тезис 5]. Человеку следует любить все происходящее с ним по двум причинам: «Во-первых, происшедшее с тобой было предназначено тебе и как бы имело в виду тебя, будучи связано с тобой еще силой изначальной причины. Во-вторых, оно является причиной благоуспешности,

совершенства и самого существования миродержавного правителя» [2, кн. 5, тезис 8].

Продолжая рассуждения о поведении людей, Марк Аврелий разделяет то, что предопределено божьим промыслом, и то, что зависит от самого человека. В связи с этим он пишет: «...устремляй свой взор туда, куда ведет тебя природа – природа Целого – тем, что случается с тобой, и твоя природа тем, что надлежит тебе делать» [2, кн. 7, тезис 55]. Он советует: «Прежде всего не смущай своего покоя... Затем, сосредоточившись на своем деле, вникни в него и, помня о том, что тебе надлежит быть хорошим человеком, и о том, каковы требования человеческой природы, неуклонно исполняй эти требования и говори так, как тебе кажется наиболее соответствующим справедливости; соблюдай благожелательность и скромность, избегай лицемерия» [2, кн. 8, тезис 5].

Поведение человека древнеримский философ рассматривает в тесной взаимосвязи с его отношением к самому себе и склонностью к самоанализу. Его исходное убеждение звучит так: «...неизбежно будет несчастен тот, кто не следит за движениями своей собственной души» [2, кн. 1, тезис 8]. В связи с этим он советует сосредоточиться «в самом себе» [2, кн. 7, тезис 28] и смотреть «внутрь себя» [2, кн. 7, тезис 59]. На вопрос о том, как это лучше сделать, Марк Аврелий отвечает следующим образом: «Люди ищут для себя уединения поближе к простой сельской жизни, где-нибудь на берегу моря или в горах. Ты тоже мечтаешь о чем-нибудь подобном, между тем это явное недомыслие: ведь есть возможность в любое время уединиться в самом себе. Нигде человек не уединяется так спокойно и безмятежно, как в своей собственной душе. Особенно тот, у кого есть внутри нечто такое, во что стоит только пристально взглянуть, как сейчас же станет легче. Это облегчение, по-моему, не что иное, как душевная благоустроенность. Вот этому уединению ты и предавайся постоянно, таким образом обновляя себя.

Пусть будут кратки и просты те доводы, которые, чуть только к ним прибегнешь, уже оказываются достаточными, чтобы устранить всякое раздражение, так что ты вернешься к своим делам уже без досады» [2, кн. 4, тезис 3].

Он дает еще один совет: «Если хочешь достичь душевного спокойствия, то ограничь свою деятельность необходимым... Ведь большая часть того, что мы говорим и делаем, не необходимо, и если бы кто-нибудь обошелся без этого, то был бы богаче досугом и беднее тревожениями. Поэтому в каждом отдельном случае следует спрашивать себя: “Относится ли это к числу необходимого?” И устранять следует не только не необходимые поступки, но и не необходимые представления, ибо за ними-то и следуют праздные поступки» [2, кн. 4, тезис 24].

Предметом особого внимания древнеримского философа-стоика выступает жизненная позиция человека. Приведем наиболее знаковые высказывания на этот счет: «Не забывай при всяком событии,

повергающем тебя в печаль, опираться на основную мысль: «Не событие это является несчастьем, а способность достойно перенести его – счастьем» [2, кн. 4, тезис 49]; «Будь подобен скале: волны беспрестанно разбиваются о нее, она же стоит недвижимо, и вокруг нее стихают взволнованные воды.

Я несчастен потому, что со мной случилось то-то и то-то. – Отнюдь нет. Наоборот, я счастлив потому, что, хотя это и случилось со мной, я все же не предаюсь печали, не сломлен настоящим, не трепещу перед грядущим» [2, кн. 4, тезис 49]; «Куда бы я не попал, я могу быть счастлив. Счастлив же тот, кто уготовил себе благую участь. Благая же участь – это благие склонности души, благие стремления, благие дела» [2, кн. 5, тезис 36]; «Если обстоятельства понудят тебя изменить своему душевному равновесию, то поспеши вернуться к самому себе и не отступать сверх необходимости от размеренных движений своей души. Ведь чем чаще будешь ты возвращаться к гармонии, тем более и более будешь укрепляться в ней» [2, кн. 6, тезис 11]; «Не думай о том, чего у тебя нет, как принадлежащем тебе. Выбери из того, чем обладаешь, наиболее ценное и сообрази, скольких усилий стоило бы его приобретение, если бы его у тебя не было. Но остерегайся, как бы, сосредоточив внимание на этом, ты не переоценил его значения и не лишился спокойствия духа при его возможной пропаже» [2, кн. 7, тезис 27]. Однако, пожалуй, наиболее известным является следующее высказывание: «Совершенство характера выражается в том, чтобы каждый день проводить, как последний в жизни, быть чуждым суетности, бездеятельности, лицемерия» [2, кн. 7, тезис 69].

Стойкость жизненной позиции человека требует от него целеустремленности. В связи с этим философ советует «...перестать блуждать без цели... Ведь безумны люди, которые всю жизнь без сил от дел и не имеют все-таки цели, с которой они сообразовали бы всецело все стремления и представления» [2, кн. 1, тезис 7]. Свое представление о человеческой целеустремленности Марк Аврелий детализирует с помощью следующих высказываний: «Во-первых, не следует поступать зря и без цели. Во-вторых, следует сообразоваться только с одной целью, общим благом и ни с чем другим» [2, кн. 12, тезис 19]; «...ценность каждого человека определяется ценностью предметов его устремлений» [2, кн. 7, тезис 3]; «Честолюбец видит свое благо в чужом действии. Преданный наслаждению – в испытываемом им состоянии. Разумный же человек – в своей деятельности» [2, кн. 6, тезис 51]; «Забойся о деле, которым сейчас занят, чтобы выполнить его достойно римлянина и мужа, с полной серьезностью, искренностью, с любовью к людям и справедливостью. Отстрани от себя иные побуждения. Будет удача, если каждое дело исполнишь как последнее в своей жизни, освободившись от безрассудства, подогреваемого страстями, пренебрежения к велениям разума, лицемерия, себялюбия и недовольства собственной

судьбой» [2, кн. 1, тезис 5]; «...ты отрেকся и от суетной славы. Что же остается ценного? Мне кажется, деятельность, согласная с твоей природой, и верность ей – т. е. именно то, на что направлены и все занятия, и искусства. Ведь всякое искусство стремится к тому, чтобы его произведения соответствовали тому делу, для которого они были приготовлены: этого добивается и садовод, заботящийся о виноградной лозе, и укротитель коней, и собачник» [2, кн. 6, тезис 16]; «Деятельность, свойственная человеку, есть для него источник радости» [2, кн. 8, тезис 26].

Переходя к советам по так называемым тактическим вопросам человеческой деятельности, Марк Аврелий говорит, что «ничего не следует делать зря» и что никогда не следует «поступать иначе, как сообразно строгим правилам искусства» [2, кн. 4, тезис 2]. Рассмотрим некоторые из этих правил: «Главное, не разбрасывайся, не суетись» [2, кн. 4, тезис 3]; «Если что-либо тебе не по силам, то не решай, что оно невозможно для человека. Но если что-нибудь возможно для человека и свойственно ему, то считай, что оно доступно и тебе» [2, кн. 6, тезис 19]; «Приучай себя и к тому, что тебе кажется невыполнимым. Ведь левая рука, вообще говоря, более слабая, нежели правая, повода держит сильнее, ибо к этому она приучена» [2, кн. 12, тезис 6]; «Всегда иди кратчайшим путем. Кратчайший же [путь] – путь, согласный с природой: он в том, чтобы блюсти правду во всех речах и поступках. Подобное решение избавит тебя от утомления, борьбы, притворства и тщеславия» [2, кн. 4, тезис 51]; «Не довольствуясь поверхностным взглядом. От тебя не должны ускользнуть ни своеобразие каждой вещи, ни ее достоинство» [2, кн. 6, тезис 3]; «...может быть, в иных делах можно натолкнуться на непреодолимые препятствия... Тогда благодаря спокойному отношению к самому препятствию и пониманию условий его возникновения следует действовать иначе, но в соответствии с теми же твердыми жизненными принципами» [2, кн. 8, тезис 32]; «Если же ты встретишь... какие-либо препятствия, то иди вперед, учитывая наличные обстоятельства и держась того, что признал за справедливое. Ибо достижение его есть наилучшее, уклонение от него – наихудшее» [2, кн. 10, тезис 12]; «Пусть ты потерпел неудачу, все же нужно вновь вернуться к тому же, быть довольным... и любить то, к чему ты возвращаешься» [2, кн. 5, тезис 9]; «То, что было препойой для данного действия, может стать средством для другого, а то, что стояло на пути, само укажет путь» [2, кн. 5, тезис 20]; «Не стыдись прибегать к помощи других. Тебе предстоит выполнить свою задачу, подобно воину при штурме стен. Что если ты, вследствие хромоты, не сможешь один влезть на стену, а при помощи других это могло бы удалиться тебе?» [2, кн. 7, тезис 7]; «Не будь ни медлительным в действиях, ни путанным в речах. Не отдавайся полету воображения, не предавайся чрезмерному отчаянию или ликованию и не заполняй всей жизни делами» [2, кн. 8, тезис 51]; «Если же

ты действительно признаешь в себе недостаточную быстроту понимания и сообразительности, то этот недостаток следует уничтожить упражнением, а не потворствовать своей лени, махнув на все рукой» [2, кн. 5, тезис 5]; «Не облакай свою мысль в пышные формы, не увлекайся ни многоречивостью, ни многоделанием» [2, кн. 3, тезис 5]. Философ утверждает: «Искусство жизни более напоминает искусство борьбы, нежели танцев. Оно требует готовности и стойкости и в отношении к внезапному и непредвиденному» [2, кн. 7, тезис 61].

Особое место в размышлениях Марка Аврелия отводится отношению человека к другим людям. По его словам, все разумные существа предназначены друг для друга: «...первое место в строе человека занимает его общественность» [2, кн. 7, тезис 55]. Мыслитель отмечает, что «человек является для нас существом наиболее близким, поскольку мы обязаны делать людям добро и не тяготиться ими» [2, кн. 5, тезис 20]. В связи с этим он дает следующие наставления: «Люди рождены друг для друга. Поэтому или вразумляй, или же терпи» [2, кн. 8, тезис 89]; «К людям же, как существам разумным, относись как к равным» [2, кн. 6, тезис 23]; «Если ты хочешь доставить себе радость, то подумай о добродетелях людей, с которыми ты живешь. Один отличается деловитостью, другой – скромностью, третий – щедростью, иной – еще чем-нибудь. Ничто не доставляет такой радости, как вид добродетелей, проявляющихся в нравах живущих с нами людей и встречающихся в более или менее тесном единении. Поэтому всегда имей образ добродетелей перед глазами» [2, кн. 6, тезис 48].

Говоря об отношениях с другими людьми, Марк Аврелий обращает внимание на то, что «...каждый, любя себя больше других, в то же время своему убеждению о себе придает меньшее значение, нежели убеждению других... мы более стесняемся своих ближних – что-то они подумают о нас! – нежели самих себя» [2, кн. 12, тезис 4]. Сам философ предлагает следующую стратегию поведения в коммуникативном взаимодействии: «Приучай себя внимательно относиться к словам других людей и старайся по возможности проникнуть в душу говорящего» [2, кн. 6, тезис 53]; «Помни, что изменение своего мнения и согласие с тем, кто указывает правильный путь, отнюдь не умаляют свободы. Ведь это твоя же деятельность, отправляемая согласно твоему же разуму» [2, кн. 8, тезис 16].

В концентрированном виде проповедуемое им отношение к жизни древнеримский мыслитель изложил в форме девяти правил: «Следует отдать себе отчет, во-первых, в том, каково твое отношение к людям, и в том, что люди рождены друг для друга... Во-вторых, в том, каковы люди... в особенности же какую власть имеют над ними их основоположения и с каким самомнением они делают свое дело. В-третьих, в том, что если в данном случае люди поступают пра-

вильно, то не следует сердиться на них, если же неправильно, то, очевидно, против воли или по неведению... Ведь людям очень не нравится слыть несправедливыми, неблагодарными, жадными и, одним словом, заблуждающимися по отношению к ближним. В-четвертых, в том, что ты и сам во многом заблуждаешься и подобен им; если же и не впал в какие-нибудь заблуждения, то не чужд порождающим их склонностям... В-пятых, в том, что ты даже не уверен, заблуждаются ли они. Ведь чужая душа – потемки... В-шестых, в том, что предаваться чрезмерной досаде или негодованию – значит забыть о мимолетности человеческой жизни и о предстоящей всем скорой смерти. В-седьмых, в том, что не поступки людей в тягость нам – их настоящий источник в руководящем начале этих людей, – а наши убеждения. Устрани же убеждения, пожелай освободиться от суждения об этих поступках, как о чем-то ужасном, – и гнева как и не бывало... В-восьмых, в том, насколько последствия гнева и огорчения по поводу чего-либо более тягостны, нежели то, что вызывает гнев и огорчение. В-девятых, в том, что благожелательность, если она искренняя, а не напускная, есть нечто неодолимое... Помни об этих девяти правилах, как бы получив их в дар от муз. И пока еще жив, стань, наконец, человеком!» [2, кн. 11, тезис 18].

В труде мыслителя можно найти несколько перечней позитивных личных качеств людей. Так, Марк Аврелий пишет: «Старайся сохранить в себе простоту, добропорядочность, неиспорченность, серьезность, скромность, приверженность к справедливости, благочестие, благожелательность, любвеобилие, твердость в исполнении надлежащего дела. Употребляй все усилия на то, чтобы остаться таким, каким тебя желала видеть философия. Чти богов и заботься о благе людей... Единственный же плод земной жизни – благочестивое настроение и деятельность, согласная с общим благом» [2, кн. 6, тезис 30]; «Проявляй же те свойства, которые всецело зависят от тебя: чистосердечие, серьезность, выносливость, пренебрежение к наслаждениям, довольство своей судьбой, умеренность в потребностях, благожелательность, свободу, скромность, отсутствие пустословия и высокомерия» [2, кн. 5, тезис 5]; «...“рассудительность” означает для тебя осмысленное и вдумчивое отношение ко всякой вещи, “нестроптивость” – добровольное подчинение уделу, ниспосланному тебе общей природой, “благородство” – превознесение разумной части над медленными или порывистыми движениями плоти, над суетной славой, над смертью и тому подобным» [2, кн. 10, тезис 8].

При широком разнообразии упоминаемых ценностных качеств человека особый акцент древнеримский философ делает на справедливости: «...мудрость исключительно в справедливой деятельности» [2, кн. 4, тезис 37]; «Часто совершает несправедливость и воздерживающийся от какого-либо действия, а не только действующий» [2, кн. 9, тезис 5].

Говоря о негативных сторонах поведения людей, Марк Аврелий исходит из того, что разум, управляющий сущностью Целого, «не таит никакой причины, которая могла бы побудить его делать зло» [2, кн. 6, тезис 1]. По мнению философа, зло своими действиями порождают люди. В связи с этим он отмечает: «Следует более всего беречься четырех извращений господствующего начала и пресекать их, лишь только их заметишь, обращаясь к себе в каждом случае так: “Это представление не необходимо, это подрывает устои общества, эти слова были бы не чисто-сердечны, а говорить не от чистого сердца должно быть противно твоему смыслу”. Четвертое же увещание – это то, когда ты обращаешься к себе с таким упреком: “Это твое состояние означает поражение и сдачу более божественной твоей части, не устоявшей против менее ценной и смертной части, против тела и его грубых наслаждений”» [2, кн. 11, тезис 19]. В продолжение своей мысли он пишет: «Наибольшим позором покрывает себя душа человеческая, когда возмущается против мира... Ибо ропот по поводу чего-либо происходящего есть возмущение против природы Целого... Далее, когда она чуждается какого-либо человека или устремляется против него с намерением причинить ему вред, как это бывает с разгневанными. В-третьих, она покрывает себя позором, когда не в силах устоять против наслаждения или страдания. В-четвертых, когда она лицемерит и фальшиво и неискренно делает что-нибудь или говорит. В-пятых, когда она не сообразует своего действия и стремления с целью, но делает что-нибудь зря и без толку, ибо даже в пустяках следует сообразоваться с целью. Целью же разумных существ является повиновение разуму и закону древнейшего града и устройства» [2, кн. 1, тезис 16].

В своем труде древнеримский мыслитель обращается непосредственно к носителям зла и других порочных явлений: «Порок вообще ни в чем не вредит миру, порок, присущий одной части, ни в чем не вредит другой. Он вреден только для того, кто имеет возможность избавиться от него, лишь только пожелает этого» [2, кн. 8, тезис 55]. Также философ рассуждает о том, как следует поступать с заблуждающимися на своем жизненном пути. Он предлагает следующие способы исправляющего воздействия: «...поучай и указывай, но не выходи из себя» [2, кн. 6, тезис 27]; «Если можешь, исправь заблуждающегося; если не можешь, то вспомни, что на этот случай тебе дана благожелательность» [2, кн. 9, тезис 11]; «Нужно быть правым, а не исправляемым» [2, кн. 7, тезис 12]. Марк Аврелий убежден в том, что «прегрешающий прегрешает против самого себя; совершающий несправедливость совершает ее по отношению к самому себе, делая себя дурным» [2, кн. 9, тезис 4]. В то же время древнеримский мыслитель реалистично смотрит на жизнь и человеческое поведение, понимая, что «...выбыть из числа людей,

не вкусив от лжи, всяческого лицемерия, излишества, чванства, мог бы только совершеннейший человек. Вторым будет тот, кто оставляет жизнь, пресытившись всем этим» [2, кн. 9, тезис 2].

В книге «Наедине с собой. Размышления» содержится целый ряд одобряемых Марком Аврелием норм поведения, касающихся самых различных ситуаций человеческой жизни. Прежде всего философ учит тому, что «движению разумному и духовному свойственно отмежевываться и никогда не сдаваться перед движением чувств и стремлений» [2, кн. 7, тезис 55]. Он говорит, что «...душа, свободная от страстей, есть твердыня, ибо нет у человека более надежного убежища, скрывшись в которое, он не боялся бы погони. Кто не видит этого – невежда, а кто видит и не пользуется этим убежищем – несчастен» [2, кн. 8, тезис 48]. В связи с этим древнеримский мыслитель советует: «Не поступай... как человек опрометчивый или поддающийся влиянию какой-нибудь страсти» [2, кн. 3, тезис 5].

Марк Аврелий приводит в подтверждение выдвигаемого им выше положения следующий иллюстративный пример: «Будешь ли ты сердиться на человека, от которого пахнет потом или у которого скверно пахнет изо рта? Что ему делать? Такой уже у него рот и такие подмышки, что, против его воли, исходит от них такой запах. “Но ведь человек, – возразят мне, – обладает разумом и может, при некотором внимании усмотреть, в чем его недостаток”. Правильно. Но в таком случае и ты обладаешь разумом. Пусть же разумное убеждение в тебе приведет в движение разумное убеждение в другом. Доказывай, напоминай. Если он услышит тебя, то исцелится, и не будет уже нужды в гневе» [2, кн. 5, тезис 28]. Философ утверждает: «...ярость не свидетельствует о мужестве, а, наоборот, кротость и мягкость более человечны и более достойны мужа, и сила, и выдержка, и смелость на стороне такого человека, а не на стороне досадующего и ропщущего. Чем ближе к бесстрастию, тем ближе и к силе. Как огорчение, так и гнев обличают бессилие. И огорчающийся, и гневающийся – ранены и выбыли из строя» [2, кн. 11, тезис 18]; «Лицо, искаженное гневом, ужасно и противостоит естественно. Если такое выражение повторяется часто, оно как бы умерщвляет человеческий облик, гасит его, так что никоим образом нельзя его восстановить. Из этого можно понять, что гнев противоречит разуму» [2, кн. 7, тезис 24]. Эта мысль прослеживается и в другом его высказывании: «...всякая обязанность составляется из отдельных моментов... Их-то и должно блюсти, и без суетливости, не отвечая раздражением, надлежащим образом исполняя очередное дело» [2, кн. 6, тезис 26].

Особой темой в размышлениях Марка Аврелия являются убеждения человека и их влияние на восприятие мира, настроение и поведение людей. Древнеримский философ считает, что «...все основано

на убеждении» [2, кн. 12, тезис 8]. В связи с этим он утверждает: «Пусть с тем, что может претерпеть от чего-либо приходящего извне, происходит что угодно; потерпевшее и будет жаловаться, если пожелает. Я же, если не буду убежден, что случившееся – зло, не понесу вреда. Не быть же убежденным – зависит от меня самого» [2, кн. 7, тезис 14]; «Устрани убеждение, устранился и жалоба на вред. Устрани жалобу на вред, устранился и самый вред» [2, кн. 4, тезис 7].

Мыслитель раскрывает значение убеждений, когда говорит об обиде и отношении к ней: «Не пронидайся ни тем убеждением, которого держится обидчик, ни тем, которое он хочет навязать тебе, но все рассматривай со стороны истины» [2, кн. 4, тезис 11]; «Лучший способ оборониться от обиды – это не уподобляться обидчику» [2, кн. 6, тезис 6]; «Во время гимнастических упражнений кто-нибудь оцарапал тебя ногтем или ударом головы поставил сияк. Мы не придаем значения этому, не обижаемся и не будем в дальнейшем смотреть на него, как на злоумышленника, хотя и будем беречься его, не как врага или человека подозрительного; мы просто будем спокойно уступать ему дорогу. Пусть будет так и в остальной жизни: многого не должны мы ставить в счет тем, кто как бы упражняется вместе с нами на жизненной арене. Ведь можно, как я сказал, уклоняться от встреч, не подозревая и не ненавидя» [2, кн. 6, тезис 20].

Марк Аврелий также дает читателям некоторые общие советы: «Непозволительно же рядом с благом разума и гражданственности ставить нечто чужеродное: одобрение толпы, упоение властью, богатством, жизнью, полной наслаждений. Но все это способно внезапно увлечь и овладеть тобой, едва ты припишешь ему хоть незначительную ценность» [2, кн. 3, тезис 6]; «Жизнь мимолетна, надо разумно и справедливо использовать настоящее. Не предавайся излишества и в часы досуга» [2, кн. 4, тезис 26]; «Не превозносись, получая, и не ропщи, когда отдаешь» [2, кн. 8, тезис 33]. В развитие последней мысли философ говорит: «Я не вижу в строении разумного существа добродетели, укрощающей справедливость, но вижу добродетель, укрощающую наслаждение, – воздержанность» [2, кн. 8, тезис 39].

Древнеримский мыслитель считал тщетной заботу о посмертной славе: «Что же такое вечная слава? –

Сущая суета. Но есть ли что-нибудь, к чему следует отнестись серьезно? Только одно: праведное мышление, общепользная деятельность, речь, способная ко лжи, и душевное настроение, с радостью приемлющее все происходящее как необходимое, как предусмотренное, как проистекающее из общего начала и источника» [2, кн. 4, тезис 33]; «Если ты сделал добро, а другой испытал добро, то чего же ты, уподобляясь глупцам, стремишься еще к чему-то третьему, вроде славы доброго человека или награды?» [2, кн. 7, тезис 73]. Завершающим аккордом размышлений философа выступает следующий тезис: «Ведь вполне возможно стать богоподобным человеком, оставаясь никому не известным. Всегда помни об этом, а также о том, что блаженная жизнь требует немногого» [2, кн. 7, тезис 67].

Говоря об исторической судьбе философии Марка Аврелия и позднего стоицизма в целом, С. Котляревский, автор вступительного очерка к изданию «Размышления» (1914), пишет: «Эпикурейская философия выработала мудрую диететику (греч. *diateteki* – учение о разумном образе жизни, искусство жить. – А. Р.) наслаждений тела и духа. Религиозное движение с Востока приносило надежду на возрождение к высшей лучшей жизни; в христианстве эта надежда становилась уверенностью. Не чувствуем ли мы у самого Марка Аврелия, что стоическая нравственность бессильна преобразовать мир? Она всегда будет уделом немногих избранных» [3, с. LXXXVI–LXXXVII].

Резюмируя философско-этические воззрения Марка Аврелия, прежде всего нужно отметить, что мир (космос, бог) – это единое существо с единой сущностью и душой. Судьба человека предопределена, а он должен с радостью ее принимать. Но все же древнеримский философ разделяет то, что в поведении людей предопределено божьим промыслом, и то, что зависит от них самих и тесно связывается с отношением к себе. Предметом повышенного внимания в его размышлениях являются жизненная позиция человека, представления о смысле жизни, добре и зле, справедливости, отношении к себе и к другим людям. Особый интерес вызывают идеи Марка Аврелия о целях и тактике человеческой деятельности, позитивных личных и профессиональных качествах людей, воспитании и самовоспитании.

Библиографические ссылки

1. Рубанаў А. Аўрэлій Марк. У: Пашкоў ГП, рэдактар. *Беларуская энцыклапедыя. Том 2*. Мінск: Беларуская энцыклапедыя; 1996. с. 88.
2. Марк Аврелий. *Наедине с собой. Размышления* [Интернет]. Москва: АСТ; 2018 [прочитано 23 сентября 2025 г.]. Доступно по: https://condor-flight.ru/src/books/Markus_Aurelius_Alone/Markus_Aurelius_Alone.pdf.
3. Котляревский С. Вступительный очерк. В: Марк Аврелий. *Размышления*. Магнитогорск: Амрита-Урал; 1994. с. IX–LXXXIX.

Статья поступила в редколлегию 25.11.2025.
Received by editorial board 25.11.2025.