

НЕДЕЛЯ IX

УПРАЖНЯЙТЕСЬ В БЕЗРАЗЛИЧИИ

Некоторые люди всю жизнь гоняются за чем-то хорошим: здоровьем, благосостоянием, удовольствиями, достижениями. Другие с равной энергией пытаются увернуться от плохого: болезней, бедности, боли. На первый взгляд, подходы разные, однако на самом деле одинаковые. Стоики постоянно напоминали себе: многое из того, чего мы желаем и чего стремимся избежать, нам неподвластно. Стоики не гнались за невозможным, а учились быть готовыми к процветанию в любом состоянии. Они учились быть безразличными. Это огромная сила, и выработка этого навыка — весьма мощное упражнение.

Среди всего существующего то-то — благо, то-то — зло, а то-то — безразличное. Благо — это, конечно, добродетели и все причастное им, зло — это пороки и все причастное пороку, а безразличное — это все, что между ними: богатство, здоровье, жизнь, смерть, удовольствие, страдание*.

Эпиктет. Беседы. 2.19.12b–13

Для моей воли воля ближнего столь же безразлична, как тело его и дыханье. Ибо хотя мы явились на свет прежде всего друг ради друга, однако ведущее каждого само за себя в ответе. Иначе порок ближнего был бы злом для меня, а не угодно было богу, чтобы я мог быть несчастлив от кого-либо, кроме себя самого**.

Марк Аврелий. Размышления. 8.56

В жизни есть вещи приятные, есть неприятности, но и то и другое — вне нас***.

Сенека. Нравственные письма к Луцилию. 92.16

* Перевод Г. А. Тароняна. *Прим. пер.*

** Перевод А. К. Гаврилова. *Прим. пер.*

*** Перевод С. А. Ошерова. *Прим. пер.*

**26 ФЕВРАЛЯ. ПОЧЕМУ МНЕ ЕСТЬ ДЕЛО ДО ТОГО,
ЧТО КТО-ТО ДАЛ МАХУ?**

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**27 ФЕВРАЛЯ. КАК МНЕ БЫТЬ БЕЗРАЗЛИЧНЫМ К ТОМУ, ЧТО ДЛЯ
МЕНЯ НЕВАЖНО?**

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

28 ФЕВРАЛЯ. ЧТО, ЕСЛИ Я ВОЗЬМУ ПАУЗУ, ЧТОБЫ ОСТЫТЬ?

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

29 ФЕВРАЛЯ. ДЕВИЗ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ДНЯ ВИСОКОСНОГО ГОДА:
НЕВОЗМОЖНО ВСЕГДА ПОЛУЧАТЬ ЖЕЛАЕМОЕ

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

**1 МАРТА. НАСКОЛЬКО ЧАСТО Я ПОДВЕРГАЮ СОМНЕНИЮ ТО,
ЧТО ДРУГИЕ СЧИТАЮТ ОЧЕВИДНЫМ?**

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2 МАРТА. ВЕРНО ЛИ Я ВИЖУ И ОЦЕНИВАЮ СЕБЯ?

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3 МАРТА. Я С ФИЛОСОФОМ ИЛИ С ТОЛПОЙ?

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4 МАРТА. КАКИЕ ОГРАНИЧЕНИЯ Я УСТАНАВЛИВАЮ СЕБЕ САМ?

УТРЕННИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ВЕЧЕРНИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

