

Отримана: 07.06.2023

Прорецензована: 12.06.2023

Прийнята до друку: 21.06.2023

e-mail: dmytro.shevchuk@oa.edu.ua

DOI: 10.25264/2312-7112-2023-24-55-60

Шевчук Д. Стоїцизм як філософія екзистенційної стійкості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Філософія»* : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2023. № 24. С. 55–60.

УДК: 141.2

**Дмитро Шевчук****СТОЇЦИЗМ ЯК ФІЛОСОФІЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ**

*Стаття присвячена розглядові стоїцизму як життєвої філософії, яка здатна виробити екзистенційну стійкість в кризових умовах для людського буття. Автор зазначає, що для збереження власного світу людина має витворити «екзистенційну стійкість», а підстави для цього їй дає філософія. Сьогодні стоїцизм значною мірою переосмислюється. Його перетворюють на життєву філософію, яка найкраще підходить сучасній людині як інструмент, що за умов належного використання дозволяє прожити гідне життя. Що важливо, цього можна досягнути незалежно від умов, в які потрапила людина. Перед сучасною людиною постало чимало викликів, які загрожують її екзистенції або спотворюють її буття ілюзорними цінностями, постправдою, ідеологічними конструктами та споживачтвом. Автор зазначає, що стоїцизм є цілісною життєвою філософією, яка дозволяє виробити загальне розуміння світу та місця людини в ньому. Стійкість закладена в самій основі стоїчного світогляду. Стоїцизм налаштовує людину в кожній трагічній ситуації керуватися чеснотами, які допоможуть подолати прикрої долі. В умовах війни людина потрапляє в ситуацію надзвичайності та граничності. Для окреслення цієї ситуації автор звертається до розуміння «граничної ситуації» в екзистенціалізмі Карла Ясперса. Гранична ситуація фіксує кризові стани людини, що призводять до актуалізації особистісного начала, світоглядних трансформацій, переосмислення сенсу життя, переживання втрати самоідентичності. Вони вилучають людину з полону повсякденної свідомості та пробуджують її. Крім того, реальність війни сповнена жаху та занепокоєння. Відтак, людина перебуває в стані перманентної тривожності за буття. Гранична ситуація вбудовується в структуру повсякдення. Війна породжує переживання жаху, який здатен перетворюватися на перманентний стан повсякденного досвіду. Автор демонструє, що філософія стоїцизму дозволяє досить ефективно долати цю тривожність та відчуття жаху. Для цього ця життєва філософія пропонує виробити фаталістичне ставлення до всього, що з нами і докола нас стається. Стоїки пропонують віддатися долі. По суті, стоїцизм допомагає цим самим сформувати екзистенційну стійкість, оскільки навчає сприйняти події такими, які вони є, а в той же час дозволяє замислитися над тим, що ми можемо змінити. В умовах війни людина часто постає перед обличчям смерті. Одним із вимірів екзистенційної стійкості є позбуття страху смерті. В цьому аспекті формування екзистенційної стійкості стоїцизм також може стати придатною основою життєвої філософії.*

**Ключові слова:** стоїцизм, екзистенційна стійкість, гранична ситуація, війна, життєва філософія.

**Dmytro Shevchuk****STOICISM AS PHILOSOPHY OF EXISTENTIAL RESILIENCE**

*The article is devoted to the consideration of stoicism as a philosophy of life, which is able to develop existential resilience in crisis conditions for human existence. The author notes that in order to preserve one's own world, a person must create "existential resilience", and philosophy gives him or her the grounds for this. Today, stoicism is being reinterpreted. It is transformed into a philosophy of life, which is best suited to modern man as a tool that, if used properly, allows one to live a decent life. What is important, this can be achieved regardless of the conditions in which a person has fallen. The modern human being is faced with many challenges that threaten his or her existence or distort existence with illusory values, post-truth, ideological constructs, and consumerism. The author notes that stoicism is a holistic philosophy of life that allows the development of a general understanding of the world and a person's place in it. Resilience is at the very core of the Stoic worldview. Stoicism sets a person in every tragic situation to be guided by virtues that will help overcome the misfortunes of fate. In the conditions of war, a person finds himself in a situation of emergency and extremeness. To outline this situation, the author refers to the understanding of the "boundary situation" in the existentialism of Karl Jaspers. The boundary situation captures the crisis states of a person, which lead to the actualization of the personal principle, worldview transformations, rethinking of the meaning of life, and experiencing the loss of self-identity. They remove a person from the captivity of everyday consciousness and awaken him. In addition, the reality of war is full of horror and anxiety. Therefore, a person is in a state of permanent anxiety about existence. The boundary situation is built into the structure of everyday life. War gives rise to the experience of horror, which can become a permanent state of everyday experience. The author demonstrates that the philosophy of stoicism allows quite effectively to overcome this anxiety and sense of horror. For this, the stoic philosophy of life suggests developing a fatalistic attitude toward everything that happens to us and around us. The Stoics suggest surrendering to fate. In fact,*

*stoicism helps to form existential resilience, because it teaches us to accept events as they are, and at the same time allows us to think about what we can change. In the conditions of war, a person often faces death. One of the dimensions of existential resilience is the elimination of the fear of death. In this aspect of the formation of existential stability, stoicism can also become a suitable basis for a philosophy of life.*

**Keywords:** *stoicism, existential stability, extreme situation, war, philosophy of life*

Жорстока реальність війни, з якою стикнулася Україна через напад росії, вимагає екзистенційної стійкості. Вона проявляється по-різному, але найголовніше, що людина вибудовує собі буттєвий фундамент, в основі якого лежать цінності і чесноти. Саме протидія злу, яке творить ворог, і боротьба за власні цінності, спираючись на універсальні людські чесноти, дозволяє долати нігілізм війни і здобувати сенс протистояння тому, хто прагне тебе знищити. Війна вириває людину із звичного їй повсякдення, вона є чимось екстраординарним, пробуджуючи переживання та інстинкти, які в мирний час не проявляються. Цей момент добре описав Ернст Юнгер: «Коли війна, немов смолоскип, спалахнула над сірими мурами міст, кожен раптово відчув себе вирваним із ланки своїх днів. Розбурхані, спантеличені маси хлинули на вулиці під гребенем жакливих хвиль крові, які накочувалися на них. Під цими хвилями ставали дрібними усі цінності, переплетіння яких час закрутив з усе швидшими обертами. Усе тонке, рафіноване, витончена культура нюансів, вишуканий розподіл задоволень – усе це випарувалося в іскристому кратері інстинктів, які давно вже вважалися зниклими» [5, с. 43]. Для збереження власного світу людина має витворити «екзистенційну стійкість», а підстави для цього їй дає філософія. Зокрема, у цій статті маємо намір продемонструвати стоїцизм як філософію екзистенційної стійкості.

Сьогодні стоїцизм значною мірою переосмислюється. Його перетворюють на життєву філософію, яка найкраще підходить сучасній людині як інструмент, що за умови належного використання дозволяє прожити гідне життя. Що важливо, цього можна досягнути незалежно від умов, в які потрапила людина. Перед сучасною людиною постало чимало викликів, які загрожують її екзистенції або спотворюють її буття ілюзорними цінностями, постправдою, ідеологічними конструктами та споживацтвом. Людина постає перед серйозною загрозою «...відбути свої дні в гонитві за тим, що позбавлене цінності, тож врешті змарнувати своє життя» [3, с. 23]. Саме тому важливо формувати стійкість до цієї загрози, що допомагає виробити життєва філософія. Стоїцизм базується на прагненні добродісного життя і керується принципом, аби робити усе настільки добре, наскільки це можливо. Відтак, він передбачає усвідомлення людиною морального аспекту своїх дій.

Інколи спостерігається хибне уявлення про стоїцизм. Один із «стереотипів» пов'язаний з переконанням, що стоїки уникають соціальної активності. Таке уявлення викликане переважно спрощеним розумінням одного із головних принципів філософії стоїцизму, який полягає у вмінні відрізнити речі, якими людина може керувати, від речей, на які наша воля не може впливати. Цей принцип чітко окреслив Епіктет: «Є такі речі, що лежать у межах нашої сили, і такі, що лежать поза межами нашої сили. у межах нашої сили лежить наш погляд, мета, бажання, почуття відрази – одним словом, усі справи, що є нашими власними справами. Поза межами нашої сили лежить тіло, власність, репутація, становище – одним словом, усі справи, що по правді не є нашими власними справами. Речі, що лежать у межах нашої сили, є вільні, не підлягають обмеженню ані перешкодам; а речі, що лежать поза межами нашої сили, є слабкі, залежні, обмежені, чужі.» [2, с. 43]. Дотримання цього принципу не передбачає пасивності. Насправді, йдеться радше про дисципліну, яку людина повинна виробити і дотримуватися у своєму житті. Сучасний популяризатор стоїцизму як життєвої філософії Массімо Пільюччі презентував це у вигляді своєрідної діаграми, що демонструє систему трьох стоїчних дисциплін (дисципліну бажань, дисципліну дій та дисципліну згоди), що включає зв'язок із трьома сферами стоїчного навчання та чотирма чеснотами. Дисципліна бажання вказує на те, що ми повинні прагнути, а що ні. Вона корелює із фізикою, себто розумінням того, як влаштований світ. Ця сфера пов'язана із двома чеснотами – доблесть (вміння приймати факти і діяти відповідно до них) і поміркованість (вміння обмежувати свої бажання та співмірювати їх з тим, що можемо досягнути). Дисципліна дії має зв'язок із етикою і стосується регулювання наших дій. Чеснота, що лежить в її основі, – це справедливість. Дисципліна згоди стосується того, як ми маємо реагувати на ті чи інші ситуації: чи ми погоджуємося з нашими враженнями щодо ситуації, чи відкидаємо їх. Ця дисципліна має тісний зв'язок із логікою, оскільки стосується того, як слід чи не слід мислити. Чеснота, що з нею пов'язана – мудрість [9].

Стоїцизм є цілісною життєвою філософією, яка дозволяє виробити загальне розуміння світу та місця людини в ньому. Стійкість закладена в самій основі стоїчного світогляду. Стоїцизм налаштовує людину в кожній трагічній ситуації керуватися чеснотами, які допоможуть подолати прикрощі долі. Часто здається, що стоїцизм – це філософія, яка повністю уникає емоцій. Сенека пише таке: «Звісно, я хотів би, щоб мене оминули тортури, але якщо мені таки доведеться їх зазнати, то хіба я не прагнути того, щоб я повівся під час них мужньо, стійко, незламно? Або, скажімо, війна: я ж зовсім не хочу, щоб вона почалася. Та якщо вже почнеться, то хіба не зичиму собі з гідністю перенести рани, голод і все інше, що вона неминуче несе з собою? Та й не настільки я безглуздий, щоб запрагнув хворіти. Але якщо змушений буду хворіти, то таки бажатиму собі не пхикати й ні в чому не вередувати. Отже, бажаними є не прикрощі, а чесноти, без яких не подолати нам тих прикрощів» [4, с. 221]. Саме тому важливо проаналізувати засади та основні ідеї стоїцизму як філософії, яка допомагає формувати екзистенційну стійкість людини.

В умовах війни людина потрапляє в ситуацію надзвичайності та граничності. Для окреслення цієї ситуації ми можемо звернутися до розуміння «граничної ситуації» в екзистенціалізмі Карла Ясперса. Гранична ситуація фіксує кризові стани людини, що призводять до актуалізації особистісного начала, світоглядних трансформацій, переосмислення сенсу життя, переживання втрати самоідентичності. Вони вилучають людину з полону повсякденної свідомості та пробуджують її. Згідно з К. Ясперсом, ситуація стає граничною ситуацією, якщо вона пробуджує суб'єкта до екзистенції через радикальне потрясіння його існування. Разом з тим, це ситуація відчаю, провини, жаху, що народжується в момент зустрічі зі смертю, коли людині загрожує моральна або фізична загибель. В цій ситуації проявляється оголеність буття. В цій ситуації людина відчуває внутрішній неспокій та власну безпоміч перед неунікненістю певних подій. Для К. Ясперса безодня смерті «просвітлює» людину саме тому, що за нею прихована вічність екзистенції, її причетність до трансцендентного світу.

Граничні ситуації захоплюють людину повністю. Тут домінує емоційне переживання, яке може перешкоджати раціональним рішенням. К. Ясперс твердить, що в граничних ситуаціях раціональне мислення терпить крах. Єдине, що допомагає екзистенції зберегти себе перед лицем нігілізму, є звернення для трансцендентного. У випадку філософії екзистенціалізму, який спирається на християнський світогляд, здатність до трансценденції є невід'ємним атрибутом людського буття. В цьому контексті можемо згадати Габріеля Марселя, який визначав трансценденцію як «схоплення мене Богом». Завдяки цьому людина здатна долати власний егоїзм і замкнутість свого Я. Карл Ясперс, у свою чергу, зазначає, що розв'язати граничну ситуацію можна через відносини екзистенції з іншою екзистенцією (комунікація) та через відносини екзистенції із трансценденцією (віра). Справжні виміри комунікації та віри проявляються як любов до людини і Бога. Саме така любов є глибинним розв'язанням всіх граничних ситуацій.

Стоїцизм приділяє любові значну увагу. Наприклад, згідно з Музонієм Руфом, стоїк – це той, хто проявляє любов до ближнього, доброту, справедливість і турботу [8, р. 60]. Разом з тим, для стоїцизму важливо, щоб відношення до іншого було сповнене справедливістю. Таким чином, відношення до іншого сповнюється добродієністю. Очевидно, що в умовах війни слід розрізняти відношення до іншого та відношення до ворога. З огляду на екзистенційну загрозу, яку несе ворог, відношення до нього не може бути сповнене любові. При цьому однак не слід вдаватися і до бездумної ненависті, яка лише більше робитиме нас загроженими. Формувати екзистенційну стійкість важливо на основі формування солідарності і взаємопідтримки між членами спільноти, яка протистоїть ворогу. Саме тут має реалізуватися любов, справедливість та інші чесноти гідного життя.

Реальність війни сповнена жаху та занепокоєння. Відтак, людина перебуває в стані перманентної тривожності за буття. Гранична ситуація вбудовується в структуру повсякдення [11]. Війна породжує переживання жаху, який здатен перетворюватися на перманентний стан повсякденного досвіду. Як зазначає Ернст Юнгер, жах належить до виру відчуттів, які здавна покоїлися в наших глибинах, аби в моменти сильних потрясінь вириватися назовні з одвічною силою. Він пов'язує жах із переживаннями породженими війною: «...Фронтвики крокували містами десь у тилу, проходячи у сірих, мовчазних колонах, згорблені та обідрані, і навіть їхні погляди лякали натовпи безтурботних зівак. «Ніби з могили вийшли», шепотів хтось до своєї дівчини, і кожного пересмикувало, коли по ньому ковзав цей порожній погляд мертвих очей. Ці чоловіки були просякнуті жахом, вони були немов у якомусь делірії без жодного сп'яніння... Цей пронизливий жах, чий тонкі випромінювання доступні лише найбільш чутливим, різко контрастував із цієї місциною, де життя та знищення поєднувалися

у крові та плоті» [5, с. 26]. Вироблення екзистенційної стійкості спрямоване на те, щоб подолати цю тривожність і зменшити тягар граничності воєнного повсякдення.

Одним із проявів граничності воєнного повсякдення є жах і тривожність. Жах і тривожність є не просто почуттями чи переживаннями, це екзистенціали, у тому сенсі, як розуміє це поняття М. Гайдеггер. Жах ставить людину перед Ніщо. Слід при цьому уточнити, як розуміється жах в фундаментальній онтології Гайдеггера. Зокрема, німецький філософ зазначає, що під жахом і тривожністю розуміється здатність, яка подібна надміру боягузливості. Жах і тривожність при цьому відрізняється від боязні. Ми боїмося завжди певне суще, яке нам в той чи інший спосіб несе загрозу. Страх перед чимось стосується конкретних речей. Відтак, страху характерна окресленість причини і предмету. У випадку жаху і тривожності цього немає. Жах навіть часто породжує щось на кшталт заціпенілого спокою [6].

Жах, який вбудовується в структуру повсякденного досвіду війни має свою особливість. Людина відчуває перманентність занепокоєння та тривоги, що породжує втрату екзистенційного фундаменту і відкриття перед нами Ніщо. Гайдеггер зазначає, що жах ніби вибиває у нас ґрунт з-під ніг, відтак суще висковзує від нас цілком. В результаті ми самі відчуваємо провал сущого і певне відчуження від самих себе. Таким чином, повсякдення війни, просякнуте жахом, породжує відчуження світу та втрату чутливості.

Але при цьому переживання жаху та тривожності, яке спирається на екзистенційну стійкість, дозволяє подолати «чужість світу». Екзистенційна стійкість, яка складає стрижень повсякденного досвіду, допомагає людині подолати «відкривання Ніщо». Людина тим самим підтверджує своє буття, буттєвий порядок свого світу, а також закладає фундамент для цінностей, ідеалів та принципів, система яких долає ситуація нігілізму, породжену феноменом війни.

Філософія стоїцизму дозволяє досить ефективно долати цю тривожність та відчуття жаху. Сьогодні досить часто стоїцизм презентують як психотерапевтичний метод, спрямований на долання важких життєвих обставин. Як зазначають Дональд Робертсон та Тренд Кодд: «Стоїцизм проіснував протягом п'яти століть, але його терапевтичні концепції та практики були значною мірою знехтувані до початку 20-го століття, коли почав з'являтися раціональний підхід до психотерапії, який стверджував, що багато емоційних і психосоматичних проблем були спричинені негативними розмовами з собою або самонавіюваннями, які могли бути піддатливим до раціональної суперечки» [10]. Дуже часто саме на основі ідей стоїків витворюють різні мотиваційні системи, які спрямовані на поліпшення людського життя. Однак не слід зводити філософію стоїцизм до терапії. Психотерапія досить часто спрямована на те, що вирішити конкретну психологічну проблему. Стоїцизм як світоглядна система, у свою чергу, спрямована на формування та утівердження світоглядних основ, системи цінностей та моральних цінностей. Долання тривожності досягається не просто тренінгом, а прийняттям життєвої філософії. Стоїцизм навчає того, як зберігати спокій в кожній ситуації. Для цього ця життєва філософія пропонує виробити фаталістичне ставлення до всього, що з нами і докола нас стається. Стоїки пропонують віддатися долі. Епіктет зазначав, що вміння поступитися перед конечністю зробить нас щасливими. Він пояснює це так: «Не вимагай, щоб події ставалися так, як ти бажаєш, але бажай, щоб вони ставалися так, як стаються, і все буде йти тобі добре» [2, с. 48]. Цей принцип допомагає долати жах і тривожність, оскільки навчає нас не зациклюватися на негативних подіях. По суті, стоїцизм допомагає цим самим сформувати екзистенційну стійкість, оскільки навчає сприйняти події такими, які вони є, а в той же час дозволяє замислитися над тим, що ми можемо змінити. Усе це корелюється із дихотомією контролю, що лежить в самій основі стоїчного світогляду. Згідно з Епіктетом, не варто тривожитися про те, що нам непідвладне. Разом з тим, те, що нам непідвладне, поділяється на два види: перший – те, що ми не можемо контролювати взагалі (наприклад, обертання Землі довкола Сонця); другий – те, над чим ми можемо досягнути певного контролю (наприклад, докласти максимуму зусиль, щоб перемогти у війні). Відтак, замість того, щоб втрачати час, який поглинається жахом і тривожністю щодо речей, важливо зосередитися на тому, що в наших силах, аби втілити наші задуми і бажання чи максимально запобігти негативним наслідкам певних подій. Фаталістичний світогляд стоїків аж ніяк не пропагує пасивність. Особливо, якщо йдеться про критичні ситуації, такі як війна, стоїки наголошують на максимальній мобілізації. Наприклад, Сенека пише таке: «З великою мужністю я повинен дослухатися до звідусіль чутного гримотіння війни. Божевільним, та й справедливо, назвали б мене всі, якби я – у той час, коли і старці, й жінки зносять каміння для укріплення стін, коли озброєна молодь за брамами чекає або вимагає наказу, щоб кинутись у бій, коли при самих

брамах виблискує ворожа зброя і здригається земля від потужного підкопу, – якби я сидів собі, склавши руки, й ставив, скажімо, такі-от питаннячка: “Те, чого ти не втратив, ти маєш; ти не втратив рогів: отже, ти маєш роги”; чи ще щось за таким же зразком, що є витвором витонченого безглуздя. Отож по праву можеш і мене вважати божевільним, якщо тратитиму зусилля на подібні речі. Хіба ж я не в облозі? Лишень небезпека грозить мені не ззовні, й од ворога мене не захищає стіна: смертельне – поряд, зі мною. Не маю, ще раз кажу, часу для тих марниць: величезна робота на моїх руках» [4, с. 161].

Окреслюючи екзистенційну стійкість, особливо в умовах війни, важко уникнути теми страждань. Це, у свою чергу, відсилає до філософії стоїцизму, оскільки в працях стоїків темі страждань приділено значну увагу. Однак звернімося спочатку до Карла Ясперса, аби зрозуміти, як страждання вбудовується в структуру граничної ситуації. Страждання наповнюють граничні ситуації. Карл Ясперс зазначає з цього приводу: «Фізичні болі, які знову і знову нам доводиться витримувати: хвороби, які не лише піддають сумніву саме життя, але й змушують живу людину опускатися нижче її власної сутності; безсила напруга, яка зривається у своїй волі до подолання і проявляє замість справжнього лику моєї сутності її викривлену гримасу; початок душевної хвороби, який усвідомлюється самим хворим і тому вганяє його в стан, що навряд чи доступний переживанню іншого, хоча людина не помирає і не втрачає свого Я; хворобливе старіння, в сенсі хиріння; знищення людей силою і владою інших і наслідками залежності в будь-якій із форм рабства; примушеність голодати» [7, р. 201-202]. Німецький філософ називає страждання "обмеженим існуванням". Він зазначає, що ніхто не позбавлений страждань, оскільки в тій чи іншій мірі кожна людина в певний момент свого життя їх переживає. При цьому людина бореться зі стражданням і ця боротьба є умовою існування людини. К. Ясперс зазначає, що людина в цій боротьбі використовує усі раціональні та емпіричні засоби. Хибним способом подолати страждання, який пов'язаний із самообманом, є несприйняття фактів, "інстинктивне обмеження свого поля зору" (скажімо, людина не хоче чути правди від свого лікаря, закриває очі на ситуацію в суспільстві). Людина ніби ухиляється від страждання, але тим самим вона йде неправильним шляхом, оскільки вибудовує собі оманливі способи додання негативних станів чи ігнорує іншого, який може страждати. Прийняття страждання в граничній ситуації пробуджує екзистенцію. Німецький філософ пише про прийняття страждання як долі, що випала людині. Це, у свою чергу, дозволить людині наважитися бути щасливою.

Розмірковування Карла Ясперса, у певному сенсі, перегукуються із стоїцизмом, який приділяв розумінню природи страждань та способам протистояти їм чимало уваги. Крім того, вже «класичним» для сучасного стоїцизму став приклад американського адмірала Джеймса Стокдейла, який був взятий у полон в часи війни у В'єтнамі і пережив жахіття тюрми для американських військовополонених. Він неодноразово піддавався тортурам, витримати які йому допомагав стоїцизм. Стокдейл розповідав, що вижити в жаклих умовах йому допомагав Епіктет, з філософією якого він познайомився в часи навчання в Стенфорді. Філософія стоїцизму не лише дала йому сили гідно витримати тортури та страждання тюремного ув'язнення, але й дозволила підтримати інших військовополонених. Джеймс Стокдейл зазначав, що для нього стоїцизм – це давній і гідний набір порад про те, як триматися подалі від тих, хто намагається заманити нас на гачок, намагається зобов'язати і змусити до чогось, чого б ми не хотіли, намагається морально вплинути на нас, змусити підкоритися їхній волі. Стоїцизм презентує формулу для збереження самоповаги та гідності всупереч тим, хто хоче зламати наш дух заради власних цілей [12]. З огляду на воєнний досвід, полон і тортури, які пережив адмірал Стокдейл, можемо цілком говорити, що його розуміння філософії стоїцизму співвідноситься із нашими спробами окреслити філософське підґрунтя екзистенційної стійкості в умовах війни.

Стоїцизм вчить, як долати фізичні та душевні страждання, покладаючись на чесноти. Сенека пише: «Жодного значення не мають ні страждання, ні біль, ані будь-які прикрощі: добродієність височить над ними. Як сонце затемнює своїм сяйвом дрібні смолоскипи, так і добродієність своєю величчю прибиває, розпорошує всілякі болі, тяготи, кривди, й де тільки вона заблїсне, там одразу згасає все те, що чуже їй. Хоч би які на неї впали біди, вона безслідно поглине їх, як перелітну зливу – море» [4, с. 214]. Стоїки вважають, що причиною страждань найчастіше є наша нездатність сприймати речі такими, які вони є. Тому корінь страждань лежить в нашій уяві. Розмірковування щодо стану речей (зокрема, застосування методики негативної візуалізації [3, с. 73-91]), покладання на розум та добродієності дозволяє зменшити страждання.

В умовах війни людина часто постає перед обличчям смерті. Одним із вимірів екзистенційної стійкості є позбуття страху смерті. В цьому аспекті формування екзистенційної стійкості стоїцизм

також може стати придатною основою життєвої філософії. Як відомо, стоїки розуміли смерть як частину природи, подібно до того, як листя опадає з дерев. Наше життя тісно пов'язане зі смертю, яка є його передумовою. Марк Аврелій зазначає: «Не погорджуй смертю, а вподобай її, адже вона – із тих речей, яких бажає природа. Розпад подібний до всякої іншої природної діяльності, яку несе зі собою кожна пора в нашому житті: до юності і до старості; до зростання і до визрівання; до появи зубів, бороди, сивини; до запліднення, вагітності, пологів. Отож людина, яка все бере на розум, не буде ні недбалою, ні покvapною, ні зверхньою щодо смерті, а просто чекатиме на неї як на ще одне діяння природи» [1, с. 86]. Стоїки пропонують усвідомлене розуміння смерті, яке передбачає філософську рефлексію над тим, як люди її сприймають задля вироблення спокійного ставлення до неї. Оскільки смерть належить до того, чого ми не можемо змінити, тож людина може змінити своє ставлення до неї. Стоїки, наприклад, Епіктет, зазначали, що ми боїмося смерті через наше недостатнє розуміння людської природи. Якщо ми будемо розмірковувати про нашу людську сутність, пізнаватимемо нашу людську природу, а результати цих міркувань будемо перетворювати на частину своєї життєвої філософії, то зможемо примиритися із тим, що ми є смертними, і подолаємо страх смерті.

В умовах війни людина відчуває загроженість свого буття. Тривога, страх смерті, переживання втрати рідних зумовлюють відчуття втрати смислу і занурення в нігілізм. Саме тому важливо виробити екзистенційну стійкість, яка допоможе долати граничну ситуацію, яка перетворює наше повсякдення в перманентний надзвичайний стан. Ми маємо усвідомити, що ми не обирали час, в якому жити, і випробовування, які маємо пережити. Однак саме цей час і ці випробовування маємо прожити гідно. Ернст Юнгер писав свого часу: «Саме війна зробила людей та добу такими, якими вони є. Таке покоління, як наше, ще ніколи не ступало на арену світу, аби вибороти собі владу над своєю добою. Адже жодне покоління ще не виходило з такої темної та жахливої брами, як ця війна, назад до світла життя» [5, с. 10]. Стоїцизм не просто являє нам античну мудрість. В нинішніх умовах, через призму сучасного переосмислення, він стає життєвою філософією, яка дає орієнтири для вироблення екзистенційної стійкості, незалежно від того, в наскільки складних умовах живе людина.

### Література:

1. Аврелій Марк. *Наодинці з собою*. Львів: Вид. «Апріорі», 2018. 184 с.
2. Епіктет. *Ейхеридіон і фрагменти*. Буенос-Айерс: Вид. Юліяна Середяка, 1976. 105 с.
3. Ірвін В. *Жити змістовно. Філософія радості від античних стоїків*. Київ: Yakaboo Publishing, 2021. 304 с.
4. Сенека. *Моральні листи до Луцілія*. Львів: Вид. «Апріорі», 2020. 552 с.
5. Юнгер Е. *Війна як внутрішнє переживання*. Київ: Стилєт і стилос, 2022. 136 с.
6. Heidegger, M. *What Is Metaphysics?*, <https://www.stephenhicks.org/wp-content/uploads/2013/03/heideggerm-what-is-metaphysics.pdf>
7. Jaspers, K. *Philosophy*. Vol. 2. Chicago: Chicago University Press, 1970. 382 p.
8. Musonius Rufus. *Lectures & Sayings*. CreateSpace, 2011, 101 p.
9. Pigliucci M. *How to Be a Stoic: Using Ancient Philosophy to Live a Modern Life*. New York: Basic Books, 2017. 288 p.
10. Robertson D., Codd T. *Stoic Philosophy as a Cognitive-Behavioral Therapy*, <https://medium.com/stoicism-philosophy-as-a-way-of-life/stoic-philosophy-as-a-cognitive-behavioral-therapy-597fbeda786a>.
11. Shevchuk D., Shevchuk K., Zaitsev M. Existential resilience of human being in the wartime everyday life, *Journal for the Study of Religions and Ideologies*, vol. 22, issue 65 (Summer 2023). P. 28–42.
12. Stockdale J. B. *Thoughts of a philosophical fighter pilot*. Stanford: Hoover Institution Press, 1995. 241 p.