

УДК 131.34(101)

DOI <https://doi.org/10.24195/spj1561-1264.2025.3.3>**Ганаба Світлана Олександрівна**доктор філософських наук, професор,
професор кафедри психології, педагогіки
та соціально-економічних дисциплінНаціональної академії Державної прикордонної
служби України імені Богдана Хмельницького
вул. Шевченка, 26, 32305, Хмельницький, Україна
orcid.org/0000-0002-4373-7075

ЕТИКА СТОЇЦИЗМУ: «ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ» МАРКА АВРЕЛІЯ

Актуальність проблеми. Філософська спадщина має безліч ідей та практичних прикладів релевантних для формування морально-етичного захисту людини в умовах війни та суспільних катаклізмів. За приклад може слугувати філософська спадщина стоїцизму, яка допомагає людині віднайти смислові координати у сучасному світі.

Метою статті є аналіз етичних настанов Марка Аврелія у розвитку емоційної стійкості людини в умовах суспільних криз.

У роботі використано комплексний підхід. **Методи** соціально-філософського аналізу дозволили окреслити соціокультурний контекст епохи, герменевтичний підхід дозволив продемонструвати міркування філософа у контексті викликів сучасності, загальнонаукові методи сприяли показу етичних ідей стоїка у розвитку емоційної стійкості людини.

Результати дослідження. Марк Аврелій пропонує низку практичних інструментів, які допомагають сучасній людині віднайти сенси та ресурси у кризових ситуаціях сучасності. Мудрість як моральна чеснота є засадничою у етичних міркуваннях філософа. Вона пояснюється стоїком як засіб нейтралізації нерозумних душевних поривів та суперечливої людської природи. Філософ радить доброчесно поводитися з людьми, які розчаровують та приносять зло й прикроці. Він стверджує, що людина не може жити та розвиватися поза межами соціуму, а тому має дотримуватися певних етичних настанов. Здатність людини сконцентруватися довкола своїх дій та помислів відкриває перед нею великий простір свободи та творчості. Цей простір визначає її рівень автономії людини у практиках суспільного життя. Вона досягає душевного спокою за умови, що визнає межі власного контролю та впливу. Людина не здатна змінити багатьох обставин свого життя, але вона здатна виробити та контролювати своє ставлення до цих обставин. Емоційна стійкість має бути спрямована на пошук душевної рівноваги, терпимості до інших життєвих позицій. Розвивати людині її емоційну стійкість має підказувати її розумна душа (єдність раціонального та духовного). Релевантними у цьому процесі є відчуття відповідальності та взаємоповаги.

Ключові слова: етика, філософія стоїцизму, соціальна взаємодія, Марк Аврелій.

Актуальність теми. У часи воєнного лихоліття людина стрімко втрачає ті орієнтири та маркери, які раніше визначали сенс її буття та слугували опертям у сприйнятті й подоланні низки суспільних ризиків та небезпек. У розумінні проблем реальності вона дедалі менше спирається на зовнішні мінливі реалії життя, що повсякчас змінюють свої смислові конфігурації та набувають форми «вислизаючого буття». Метафоричне порівняння зі світом «плинної модерності» (З. Бауман) свідчить про складність та багатоаспектність світу, де будь який порух, незначна подія можуть зумовити кардинальні зміни усієї світобудови. У нестабільному й кризовому світі людині залишається сподіватися лише на себе, вибудовуючи «внутрішні опори», розвиваючи внутрішню стійкість та контроль над власними пристрастями та емоціями.

Зміна соціальних норм та цінностей, розрив чи нівелювання усталених соціальних відносин активізують потребу перегляду людиною своїх життєвих цілей та цінностей, пошуку нових сенсів в умовах невизначеності та абсурду. Вочевидь, суспільні кризи окреслюють перед нею

етичні дилеми, змушують її приймати складні рішення, які стосуються морального вибору, відповідальності перед собою та іншими. У річизні цих міркувань Є. Бистрицький звертає увагу на важливість вирішення етичних проблем за умов надзвичайних ситуацій війни. У своїй аргументації дослідник спирається на концепцію людини Дж. Агамбена. Засадничою ідеєю цієї концепції є міркування, що у надзвичайних умовах людини залишається «голою між світами спільнот», оскільки позбувається нормативного (правового та етичного) захисту. Отож, у правовому та етичному захисті людина шукає опору, щоб існувати у зрозумілих для себе координатах світобуття та не втратити міри своєї людяності [2, с. 20].

Війна має травмівний вплив на світорозуміння людини, що у підсумку зумовлює низку світоглядних, екзистенційних, соціальних, ментальних змін у її житті. Воєнні події змінюють сприйняття часу й простору, безпеки та життєвих сенсів, загострюють відчуття невизначеності та втрати, зумовлюють нівелювання світоглядних орієнтирів та етичних цінностей. Способом «олюднення» людини, спонукання її до переосмислення свого буття та пошуку життєвих орієнтирів та морально-етичних цінностей є філософія. Зауважимо, що у цій справі вона слугує «стартовим майданчиком», який дає людині поживу та орієнтири розвитку, оскільки виступає на кшталт «топографії людського універсалу», допомагаючи зорієнтуватися у власній реальності та отримати певний інтелектуальний інструментарій для вирішення різних життєвих проблем. Відповідаючи на виклики, філософські думки надають особливої налаштованості людині у вирішенні проблем, віддзеркалюючи її потреби та настрої.

Зазначимо, що філософська спадщина минулих епох має безліч ідей, аргументацій, життєвих досвідів та практичних прикладів релевантних для формування морально-етичного захисту людини в умовах війни та суспільних катаклізмів. За приклад може слугувати філософська спадщина стоїцизму. Ця філософська школа має на меті надати людині практичні поради у подоланні складних життєвих реалій. Їх рекомендації торкаються внутрішнього світу людини, її емоцій та переживань, розуміння своїх думок та емоційних станів. Якщо не можна змінити світ, то можна змінити своє відношення до нього. Переосмислення людиною своїх станів, думок зумовлює зміну уявлень людини про своє місце та призначення у світі.

Огляд літератури та останніх джерел. Філософська спадщина стоїцизму тематично розмаїта й презентована чималою кількістю різнопланових міждисциплінарних досліджень. Загалом, релевантним у наукових пошуках є акцентуація уваги дослідників на актуальності філософії стоїцизму в осмисленні проблем людини та пропозиції власного бачення їх вирішення в умовах суспільних криз та воєнного лихоліття. У сучасному інтелектуальному середовищі актуалізується інтерес до практик стоїцизму. Так, книги В. Селарса «Мистецтво жити: стоїки про природу і функцію філософії», К. Ірвіна «Путівник до доброго життя: античне мистецтво стоїчної радості», М. Пільюччі, Г. Лопеса «Посібник для нових стоїків. Як бути успішним у світі, який не під вашим контролем – 52 щотижневих уроки» та інші орієнтовані на можливості використання міркувань та настанов філософів-стоїків у вирішенні психологічних проблем людини тощо. Об'єднавчою ідеєю практичної площини стоїцизму є акцент на здатності людини бути щасливою та успішною у житті, жити у гармонії зі світом тощо.

Наступною особливістю сучасних досліджень філософії стоїцизму є прагнення розглянути спадщину мислителів з позицій морально-етичних проблем сьогодення. Так, С. Ганаба звертає увагу на проблеми само ідентифікації сучасної людини крізь призму етичних поглядів античних філософів. Її ідеї корелюються з міркуваннями А. Сидорака, який на основі аналізу християнських ідей та ідей стоїцизму демонструє розуміння принципу: «жити згідно природи». Його думки конкретизуються у поглядах М. Дяченка, який розглядає фундаментальні ідеї етики стоїцизму крізь призму раціоналізму та благодіяння. О. Стебельська демонструє евристичний потенціал практик стоїцизму у вирішенні проблем сучасного світу. Зауважимо, попри тематичну різноплановість досліджень філософії стоїцизму її актуальність та евристичний потенціал у вирішенні низки проблем міждисциплінарних соціокультурних досліджень не зменшується, оскільки вони пропонують дієві та універсальні поради у розумінні людської природи та здатності людини конструктивно вирішувати різні кризові ситуації соціального життя.

Метою статті є розгляд релевантності етичних ідей філософа-стоїка Марка Аврелія в розвитку емоційної стійкості людини в умовах війни та суспільних криз.

Методи дослідження. У роботі використано комплексний підхід. Методи соціально-філософського аналізу дозволили окреслити соціокультурний контекст епохи, герменевтичний підхід уможливив тлумачення міркувань філософа-стоїка у контексті викликів сучасності, використання загальнонаукових методів аналізу та синтезу сприяли показу релевантності етичних ідей стоїка у розвитку емоційної стійкості людини в умовах суспільних криз та негараздів.

Виклад основного матеріалу. Філософська школа стоїцизму виникла в античні часи. Її засновником вважають купця Зенона з Кітіону (сучасний Кіпр). Оскільки він не був афінянином, то не мав права орендувати цілий будинок і змушений був проводити свої бесіди під навісом від сонця з колонадою (портиком). З грецької назва цієї будівлі перекладалася як стоя, тому прихильників цієї школи почали називати стоїками. Особливістю світоглядних зацікавлень послідовників цієї школи була людина, її місце у суспільстві та цінності та моральні орієнтири побудови гармонійних суспільних відносин. Попри універсальність, філософія стоїків є практично орієнтованою на розуміння природи та особливостей психіки та поведінки людини. Її настанови є дієвими у формуванні культури турботи людини про себе. Ця турбота сприймається як «пошук унікальності та самобутності свого Я, здатності до саморозвитку та самореалізації» [3, с. 24]. Недарма дослідники минулих епох та сучасні віднаходять у стоїцизмі ідеї, які «здатні глибоко змінити життя – філософію, яка дає змогу проживати певні емоції, а не просто позбутися від них усіх» [7, с. 12].

Варто зазначити, що життєвою метою філософів-стоїків була евдемонія («благе життя»). Йдеться про життя, яке наповнене смыслом та щастям, де людина розуміє та реалізує свою місію. Щастя людини не залежить від зовнішніх факторів, радше – це внутрішній стан людини. Тобто щасливим не можуть зробити людину ніякі успіхи, перемоги, якщо вона не має уміння бути щасливою. А що означає бути щасливою? Стоїки розмірковували над цією проблемою і визначали її рішення як здатність людини жити своїм життям, слідувати у діях своїм помислам, зосереджуватися на власних цілях, визначати пріоритети тощо. За твердженням стоїків, ці очевидні, на перший погляд, речі не просто реалізувати на практиці. Причиною є людське его, яке не сприяє тому, щоб людина без ілюзій та самообману подивилася реально на себе та своє життя. Формула щастя за стоїками, залишатися мудрими та незворушними перед лицем труднощів. Це видається за можливе за умови встановлення балансу між зовнішнім та внутрішнім. Релевантним у цьому пошуку є етичні норми, які й виступають маркерами у міркуваннях та поведінці людини.

Ключовими положеннями стоїцизму, на думку дослідників, є спроможність людини: жити згідно з природою, практика трьох дисциплін, дихотомія контролю [3, с. 24; 6 с. 13]. Основою всього сущого є здатність людини жити у злагоді з природою, керуватися природними законами світобудови та бути доброчинними. Як соціальне творіння людина перебуває у постійному взаємозв'язку з іншими людьми. Для неї є важливим уміння комунікувати та вибудовувати етичні відносини з іншими, світом та з собою. Вочевидь, етика з поміж інших частин – логіки та фізики була найпотужнішою у філософії стоїцизму, оскільки давала могутній заряд мужності та витримки людині, окреслювала стратегії її розвитку, життєві сенси та цілі.

Для стоїка жити у згоді з природою означало досягти гармонії внутрішнього та зовнішнього світу, бути у згоді з розумом й досягти чесноти мудрості. Як і чи важко цього досягти? Так, оскільки людина має пройти тернистий шлях боротьби з власними пристрастями, опанувати свої страхи та надмірні бажання. Усе це потребує мужності, системної праці, поміркованості. Тому стоїки у своїх міркуваннях спираються на чотири важливих чесноти: мудрість, справедливість, силу духу та поміркованість. Ці чесноти складають осереддя етичних настанов стоїків, оскільки є формами моральної мудрості та визначають мету життя як здатність жити у згоді з чеснотами [7, с. 13]. Не дивно, що у своїй праці «Наодинці з собою» стоїк Марк Аврелій виокремлює основне питання: як не дати пристрастям заволодіти розумом [1, с. 18].

Варто зазначити, що Марк Аврелій був імператором Римської імперії. В світову історію він увійшов як «філософ на троні», а його правління вважають одним із найбільш ефективних

у часи Римської імперії [4]. Складні питання державотворення йому допомагали вирішувати настанови стоїцизму. Окрім питань державного управління, йому довелося понад десять років командувати військами та захищати території своєї держави від вторгнення кочовиків. Навіть за умови відсутності часу він занотовував свої роздуми про людину, сенс життя, відносини у суспільстві тощо. Ці нотатки є своєрідними «філософськими медитаціями», які слугують настановами імператора, насамперед до себе. У наступні століття його міркування стануть своєрідним «бестселером» для багатьох людей, які цікавилися філософсько-етичною проблематикою [5, с. 43]. Здоровий глузд, життєва стійкість, вірність своїй справі та честі визначали його особистісні якості як імператора, так і як людини-громадянина Римської імперії. Філософ-стоїк наголошував на аксіологічних аспектах життя та діяльності людини, як то: доброчесності, добропорядності, здатності піклуватися про інших задля загального блага: «якщо робитимеш, що маєш робити, згідно з правим розумом – дбайливо, сміливо, зичливо – і не пристанеш на жоден сторонній зиск, а лиш на те, щоб твій геній зостався чистим – так, наче б ти мусив його віддати... от тоді проживеш добре; і ніхто тобі в цьому не спроможний завадити» [1, с. 47].

Мудрість як моральна чеснота є засадничою у етичних міркуваннях Марка Аврелія. Вона пояснюється філософом як засіб нейтралізації нерозумних душевних поривів та суперечливої людської природи. Завдяки цій чесноті можна «пізнати прекрасну природу добра і ганебну – зла, тому розумію природу заблудних» [1, с. 6]. Розум та мудрість захищають людину від будь-чого ганебного, але при цьому «не можна гніватися і ненавидіти тих, хто подібний до мене. Ми створені для спільної діяльності, як ноги і руки, повіки, верхня і нижня щелепи. Тому протидіяти один одному – означає суперечити природі» [1, с. 6]. Отож, сила мудрості полягає у здатності людину сприймати такою яка вона є, без засудження та намагання її виправити за своїм взірцем. Таке розуміння цієї чесноти корелюється зі здатністю приймати інших людей у їх інакшості. Марк Аврелій виокремлює чотири примхи розуму та радить як протидіяти їм. Їх потрібно постійно відстежувати і виявивши, одразу покласти їм край. Йдеться про невинуваті фантазії, про міркування, які не «йдуть від серця», про те, що суперечить інтересам суспільства, це те, що людина не зможе прийняти та пробачити [1, с. 98].

Зауважимо, що позиціонування Марка Аврелія як гуманіста у ставленні до інших людей, на думку М. Дяченка, перегукуються із заповідями Ісуса Христа, викладених у «Нагірній проповіді». Ці настанови, зауважує дослідник, «в певному сенсі стали шокуючими одкровеннями для людства: не злом відповідати на зло – правило, що глибоко закорінене в душі людини, – а любов'ю, сердечними почуттями, адже саме таким чином можна зменшити наявність зла в людському житті» [5 с.43]. Зла людина не «відає, що творить», тому вона заслуговує на розуміння та підтримку. «Люби рід людський», – закликає римський імператор Марк Аврелій [1, с. 58]. Філософ радить доброчесно поводитися з людьми, які розчаровують та приносять зло й прикрощі. Він переконаний, що «добррозичливість непереможна, коли щира – без кривої посмішки, без лицемірства» [1, с. 54].

Ця етична настанова є основою соціальних відносин. У своїх міркуваннях філософ-стоїк стверджує, що людина не може жити та розвиватися поза межами соціуму, а тому має дотримуватися певних етичних настанов. Як дотримуватися та розвивати етичні якості людині має підказувати її розумна душа (єдність раціонального та духовного), відчуття відповідальності та справедливості та спрямовуватися на взаємодопомогу та взаємоповагу. Розумній душі, пише Марк Аврелій, «притаманні і любов до ближніх, і істина, і скромність; вона нікого не ставить вище себе, тобто діє згідно із законом. Таким чином, немає жодної різниці між правовим розумом і розумом справедливості» [1, с. 101]. Насправді ідеал стоїка полягав у вихованні людини, яка є вільною від нездорових пристрастей та ірраціональних думок і, водночас є наповненою здоровими емоціями та природною чуйністю. Йдеться про такі емоції, як дружба, любов, взаємодопомога.

Яким чином, досягти у практиках життя цього ідеалу? Філософ радить: «коли хочеш потішити себе, думай про чесноти тих, хто живе з тобою» [1, с. 67]. Вочевидь, гуманне, толерантне ставлення до інших потребує від людини душевної роботи над собою та внутрішніх зусиль, розвитку самокритичності та самодисципліни. Складніше бути суддею для себе, а ніж для інших.

У таких випадках Марк Аврелій радить: «коли тебе обурих чиясь безсоромність, то відразу запитай себе: «Чи можливо, щоби у світі не було безсоромних людей?» Ні, неможливо. Не вимагай неможливого» [1, с. 37]. Якщо «ідеальних людей» не існує, то варто бути прихильником до кожної реальної людини, виявивши ознаки природної симпатії, розгледіти її чесноти та нівелювати недоліки. Вочевидь, це важка системна робота людини над собою, оскільки щиросердно любити людей може людина із великою розумною душею, де гармонійно переплетені інтелект та моральні чесноти. Марк Аврелій навчає не зупинятися у роботі над собою, бо якими б не були складними життєві ситуації вони з часом забудуться і людина у підсумку отримає цінним досвід та духовне зростання. Метафорично це можна змалюватися як практики вглядання людини у «соціальні дзеркала інших», де вона бачить не лише світ довкола, а й себе з поміж інших. Таке бачення не уніфікує погляд на себе, а навпаки, дозволяє виокремитися й побачити свою самобутність та відчути індивідуальність. Уміння бути уважним та толерантним до думок інших, сприймати їх відмінність як цінність, дозволяє людині збагнути себе та світ як унікальну складну цілісність із множинністю проявів та варіантів розвитку.

Жити згідно з чеснотами для філософа-стоїка означало «жити згідно з природою людини», а саме враховувати свої бажання, дії та використовувати контроль над тим, що людина здатна контролювати. А що людина здатна контролювати? Насамперед, власні емоції, думки та бажання. Натомість, думки, емоції та дії інших людей нам не підвладні, тому, якщо вона корисні та необхідні, то людина зважає на них (але не критикує чи засуджує). За умови, що чужі думки для людини неприємні та не корисні, вона не зважає на них. «Від жодного з цих людей не можу зазнати шкоди, бо до мене нічия гидота не перекинеться... Тому протидіяти одне одному – неприродно, а обурюватися й сахатися – це ж і є протидія», – зауважує Марк Аврелій [1, с. 102]. Отож, з людьми, які розчаровують чи дратують необхідно поводитися доброзичливо. «Не їхні вчинки нам докучають..., а наше визнання. Усунь його, радить філософ-стоїк, ... той гнів відійде» [1, с. 48].

Здатність людини сконцентруватися довкола своїх дій та помислів відкриває перед нею великий простір свободи та творчості, який визначає й рівень автономії людини у практиках суспільного життя. Вона досягає спокою за умови, що визнає межі власного контролю та впливу. Людина не здатна змінити багатьох обставин свого життя, але вона здатна виробити та контролювати своє ставлення до цих обставин [8, с. 27]. Можливість людини контролювати власні внутрішні стани сприятиме її індивідуальному духовному зростанню. Загалом, філософія стоїцизму та етичне вчення Марка Аврелія має практичне значення, оскільки сприяє розвитку самовладання, умінню її контролювати емоції у складних життєвих ситуаціях, виокремлювати важливе й другорядне, визначати перспективи. Духовні виміри стоїків мають практичний вимір. Якщо людина знає як вчинити у тій чи іншій ситуації, але не використовує знань, то ці знання для неї не корисними.

Вочевидь, етика стоїцизму не пропонує універсальних варіантів та чітких алгоритмів вирішення різних проблем. Це радше загальні настанови, які підлягають осмисленню людиною й вибудовуванню певних міркувань та стратегій дій відповідно від ситуації, яка складається. Морально-етичне вчення Марка Аврелія пропонує низку практичних інструментів, які допомагають сучасній людині віднайти смислові координати у сучасному світі, визначити рівень продуктивності та релевантності відносин з іншими людьми та соціальними спільнотами, «глибоко усвідомити, що світ є єдиним та спільним простором співжиття та життєдіяльності, відчуття обов'язку та відповідальності за власні дії і слова знаходить активний відгук у сучасників» [9, с. 27]. Емоційна стійкість філософа-імператора Марка Аврелія спрямована на пошук душевної рівноваги, плекання мудрості, гуманості та терпимості до інших думок та життєвих позицій.

Висновки. Ключовими ідеями стоїцизму є визнання спроможності людини жити у злагоді з природою, керуватися природними законами світобудови та бути добродійними. Морально-етичне вчення Марка Аврелія пропонує низку практичних інструментів, які допомагають сучасній людині віднайти смислові координати у сучасному світі, визначити рівень продуктивності

та релевантності відносин з іншими людьми та соціальними спільнотами. Як соціальне творіння людина перебуває у постійному взаємозв'язку з іншими людьми. Емоційна стійкість філософа спрямована на пошук душевної рівноваги, плекання мудрості, гуманності та терпимості до інших життєвих позицій. Мудрість як моральна чеснота є засадничою у етичних міркуваннях Марка Аврелія. Вона пояснюється філософом як засіб нейтралізації нерозумних душевних поривів та суперечливої людської природи. Завдяки цій чесноті можна «пізнати природу добра і зла та зосередитися на тому, що людина здатна контролювати.

Перспективою подальших наукових розвідок може бути дослідження проблеми соціально-етичного контексту філософії стоїцизму.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аврелій М. Наодинці з собою / пер з грец. Р. Паранько. Львів : Вид-во «Апріорі», 2018. 184 с.
2. Бистрицький Є. Війна, політика і онтологія культури. Круглий стіл часопису «Філософська думка». *Філософська думка*. 2023. № 3. С. 5–6, 11–24, 46–48.
3. Ганаба С. О. Самоідентифікація як умова розвитку розвитку особистості: досвід етики стоїків. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. № 2. С. 23–27.
4. Гутів Б. І., Олійник Ю. В. Політико-правові ідеї Марка Аврелія про права людини, як вагомий внесок в римську правову думку. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Право. 2022. Вип. 72. Ч. 1. С. 49–54.
5. Дяченко М. Марк Аврелій: розмисли про розумну душу. *Культура України*. 2018. Вип. 62. С. 42–51.
6. Массімо П., Лопес Г. Нові стоїки. 52 уроки для наповненого життя / пер. з англ. Д. Кушнір, Н. Яцюк. Київ : Лабораторія, 2022. 336 с.
7. Робертсон Д. Марк Аврелій. Імператор стоїк / пер. з англ. Р. Осадчук. Київ : Наш формат, 2025. 208 с.
8. Самоідентифікація особистості: філософський аналіз : монографія / Г. Ф. Хоружий, Л. О. Боровська, Ю. І. Кулагін, М. В. Ліпін ; за ред. Г. Ф. Хоружого. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2018. 192 с.
9. Стебельська О. Практики стоїцизму й духовні орієнтири людини у сучасному світі. *Вісник Львівського університету*. Серія: Філософські науки. 2020. Вип. 25–26. С. 37–46.

REFERENCES

1. Avrelii, M. (2018). Naodyntsi z soboiu [Alone with oneself] / per z hrets. R. Paranko. Lviv : Vyd-vo «Apriori», 2018. 184 s. [in Ukrainian].
2. Bystrytskyi, Ye. (2023). Viina, polityka i ontolohiia kultury. Kruhlyi stil chasopysu “Filosofska dumka” [War, politics and ontology of culture. Round table of the journal «Philosophical thought»]. *Filosofska dumka [Philosophical thought]*. № 3. S. 5–6, 11–24, 46–48 [in Ukrainian].
3. Hanaba, S. O. (2022). Samoidentyfikatsiia yak umova rozvytku rozvytku osobystosti: dosvid etyky stoikov [Self-identification as a condition for the development of personality development: the experience of Stoic ethics]. *Aktualni problemy filosofii ta sotsiologii [Current problems of philosophy and sociology]*. № 2. S. 23–27 [in Ukrainian].
4. Hutiv, B. I. & Oliinyk, Yu. V. (2022). Polityko-pravovi idei Marka Avreliia pro prava liudyny, yak vahomyi vnesok v rymsku pravovu dumku [Political and legal ideas of Marcus Aurelius on human rights, as a significant contribution to Roman legal thought]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu*. Seria: Pravo [Scientific bulletin of the Uzhhorod National University. Series. Law]. Vyp. 72. Ch. 1. S. 49–54 [in Ukrainian].
5. Diachenko, M. (2018). Mark Avrelii: rozmysly pro rozumnu dushu [Marcus Aurelius: reflections on the rational soul]. *Kultura Ukrainy [Culture of Ukraine]*. Vyp. 62. S. 42–51 [in Ukrainian].
6. Massimo, P., & Lopes, H. (2022). Novi stoiky. 52 uroky dlia napovnenoho zhyttia [New Stoics. 52 lessons for a fulfilled life] / per. z anh. D. Kushnir, N. Yatsiuk. Kyiv : Laboratoriia. 336 s. [in Ukrainian].
7. Robertson, D. (2025). Mark Avrelii. Imperator stoik [Marcus Aurelius. Stoic Emperor] / per. z anh. R. Osadchuk. Kyiv : Nash format. 208 s. [in Ukrainian].
8. Samoidentyfikatsiia osobystosti: filosofskyi analiz : monohrafiia [Self-identification of the individual: philosophical analysis: monograph] / H. F. Khoruzhyi, L. O. Borovska, Yu. I. Kulagin, M. V. Lipin ; za red. H. F. Khoruzhoho. Kyiv : Kyiv. nats. torh.-ekon. un-t, 2018. 192 s. [in Ukrainian].

9. Stebelska, O. (2020). Praktyky stoitsyzmu y dukhovni oriiientyry liudyny u suchasnomu sviti [Stoicism Practices and Spiritual Orientations of Man in the Modern World]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii: Filozofski nauky* [Bulletin of Lviv University. Series «Philosophical Sciences»]. Vypusk 25–26. S. 37–46 [in Ukrainian].

Hanaba Svitlana Oleksandrivna
Dr. Habil. in Philosophy, Professor,
Professor at the Pedagogics and social-economic
disciplines department
National Academy of the State Border Guard
Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi
26, Shevchenko str., 32305, Khmelnytskyi, Ukraine
orcid.org/0000-0002-4373-7075

ETHICS OF STOICISM: “EMOTIONAL STABILITY” BY MARCUS AURELIUS

Relevance of the problem. *The philosophical heritage has many ideas and practical examples relevant for the formation of moral and ethical protection of a person in conditions of war and social cataclysms. An example can be the philosophical heritage of Stoicism, which helps a person find semantic coordinates in the modern world.*

The purpose of the article is to analyze the ethical guidelines of Marcus Aurelius in the development of human emotional stability in conditions of social crises.

The work uses a comprehensive approach. **Methods** of socio-philosophical analysis allowed us to outline the socio-cultural context of the era, the hermeneutic approach allowed us to demonstrate the philosopher's reasoning in the context of the challenges of modernity, general scientific methods contributed to the demonstration of the Stoic's ethical ideas in the development of human emotional stability.

Research results. *Marcus Aurelius offers a number of practical tools that help a modern person find meaning and resources in the crisis situations of modernity. Wisdom as a moral virtue is fundamental in the philosopher's ethical reasoning. It is explained by the Stoic as a means of neutralizing unreasonable emotional impulses and contradictory human nature. The philosopher advises to behave virtuously with people who disappoint and bring evil and sorrow. He argues that a person cannot live and develop outside the boundaries of society, and therefore must adhere to certain ethical guidelines. A person's ability to concentrate on his actions and thoughts opens up a large space of freedom and creativity for him. This space also determines the level of autonomy of a person in the practices of social life. He achieves peace of mind provided that he recognizes the limits of his own control and influence. A person is not able to change many circumstances of his life, but he is able to develop and control his attitude towards these circumstances. Emotional stability should be aimed at finding mental balance, tolerance for other life positions. A person should be prompted to develop his emotional stability by his rational soul (the unity of the rational and the spiritual). Relevant in this process are a sense of responsibility and mutual respect.*

Key words: *ethics, Stoic philosophy, social interaction, Marcus Aurelius.*

Дата надходження статті: 30.07.2025

Дата прийняття статті: 03.09.2025

Опубліковано: 21.10.2025