

УДК 141(091)

DOI <https://doi.org/10.30970/PPS.2025.59.20>

ТИСЯЧОЛІТНЯ СТІЙКІСТЬ І НАСНАГА ПРАКТИК СТОЇЦИЗМУ

Ганна Савонова, Ярослав Блоха

*Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»,
факультет філології, психології та педагогіки,
кафедра українознавства, культури та документознавства,
просп. Віталія Грицаєнка, 24, 36011, м. Полтава, Україна*

У статті розкривається специфіка привабливості філософії стоїцизму для сучасного світу. Для дослідження суті привабливості стоїцизму ставляться такі питання: «Чому актуальність стоїцизму збільшується у періоди кризи?», «Які філософські міркування стоїцизму залишаються актуальними?», «Чи може стоїцизм стати популярною філософською школою майбутнього?». У статті робиться висновок, що філософія стоїцизму є філософією-реагентом на кризові ситуації, коли суспільно-визначені моральні норми не допомагають людині впоратися з незвичним і нестандартним у великій кількості. Фактично, в античні часи стоїцизм міг виконувати психотерапевтичну роботу, а сама філософія була націлена на визначення тих цінностей, які не підлягали руйнації при руйнуванні духовної сфери суспільства. Відповідно філософія-реагент стає актуальною в кризові періоди, особливо під час руйнації усіх соціальних нашарування застарілої цивілізації. У статті також звертається увага на головного опонента стоїцизму – християнство, яке також виникає у період руйнації Римської цивілізації і містить у собі риси релігійного вчення-реагента на навколишні події. Ставиться питання про те «Чому релігія не може повністю замінити стоїцизм у кризові періоди?» і досліджується мета, суть і спрямованість філософії та стоїцизму. Робиться висновок, що практики стоїцизму мають у своїй основі проактивність, на відміну від реактивної реакції християнства, що дозволяє стоїцизму знаходити собі нішу та прихильників в усі часи. Крім того у статті розкриваються головні філософські мудрості стоїцизму, які вплинули на розвиток психології та психіатрії, порівнюється філософські міркування античних стоїків із сучасними. Передусім звертається увага на визначення негативних емоцій людини, які впливають на духовний стан і здійснення вибору, особливо на страх перед смертю. Зазначається, що негативні емоції часто породжені невмінням людей розрізняти ситуації від тих, на які можна вплинути і тих, на які вплинути неможливо, а також прагнення людини все контролювати, що пов'язано з самовпевненістю та відривом від власної природи.

Ключові слова: негативні емоції, смерть, цінності, християнство, проактивність і реактивність, ситуації.

Стоїцизм разом з епікуреїзмом були найвпливовішими філософськими вченнями доби Античності. Про діяльність їхніх представників ширилися найрізноманітніші чутки. Стоїцизму часто закидають беземоційність, а епікуреїзму – гонитву за насолодою та розбещеність. Обидві філософські школи змогли знайти чимало своїх прихильників серед сучасних філософів, а деякі з них, навіть, відверто позиціонують себе, як тих, хто продовжує ці традиції.

У статті обмежимося дослідженням філософських ідей та практик стоїцизму, а також спробуємо дати відповіді на наступні питання: «Чому актуальність стоїцизму збільшується у періоди кризи?», «Які філософські міркування стоїцизму залишаються актуальними?», «Чи може стоїцизм стати популярною філософською школою майбутнього?».

Метою статті є специфіка привабливості філософських практик стоїцизму в умовах кризи.

Стоїцизм можна назвати філософським вченням-реагентом на кризу в певний історичний період. Стоїцизм виникає в Давній Греції на початку доби еллінізму, тобто саме у той період, коли настає криза звичного існування грецьких держав-полісів, і коли перед людьми виникає питання, як прийняти та адаптуватися до таких змін. Столітні традиції руйнуються, а це означає, що у людей просто не існує стандартних реакцій на нестандартні ситуації. Да і психологів і коучів теж немає, тож філософські школи перетворюються на своєрідний прихисток для здорового глузду.

Надалі стоїцизм поширюється Римською імперією, крокуючи з Греції до Риму, і стає доволі популярним саме тоді, коли імперія скочується у політико-економічну, соціальну та духовну кризи. Активне поширення ідей стоїцизму співпадає з поширенням християнства на східних окраїнах імперії. Звісно, що між стоїками та християнами складаються напружені відносини, що не заважає християнам таки поглинути та переробити деякі ідеї стоїцизму, а деякі довести до крайнощів (наприклад поміркованість перетворити на аскетизм кліриків). Утім, стоїцизм, не дивлячись на те, що набував популярності передусім серед освічених людей імперії, а християнство на перших етапах свого розвитку ширилося серед рабів і простого народу починає поступово згасати після смерті Марка Аврелія, уходити, так би мовити в тінь.

Причини цього явища знаходяться в середині самого вчення. По-перше, стоїцизм – філософське, а не релігійне вчення, тобто орієнтоване на потреби інтелектуалів з філософським світоглядом, яких у I–II століттях не так вже і багато. Християнство натомість знаходить своїх прихильників серед людей з релігійним світоглядом, яких значно більше. По-друге, якщо уважно проаналізувати суть обох вчень, то можна побачити суттєву різницю в проактивності та реактивності.

Стоїцизм звертається до вільної людини, готової брати на себе відповідальність за свою реакцію та дії (і це легко увійде у психіатрію XXI століття), християнство (якщо не брати до уваги саме вчення Ісуса Христа) звертається до підневільної людини, яка ще не готова брати на себе відповідальність і просто реагує на ситуації (і якщо на початку нашої ери це було цілком виправданий підхід, то починаючи з доби Відродження дотримання цих традицій стане основою для суворої критики християнства).

По-третє, стоїки, на відмінну від християнських лідерів не прагнуть вести за собою людей, тобто керувати ними, а тому вони не воліють влади та не ведуть боротьбу за посади й багатство. Натомість християнство починає приваблювати і таких людей, які бачать у ньому можливість здобути владу над іншими, тобто при реактивності вірян очолюють їх такі ті, хто прагне активних дій собі на користь. Стоїки же вважають, що їхні дії повинні бути націлені на користь суспільству і тоді, коли суспільство це потребуватиме, тобто вони не вважають за потрібне нав'язувати свою волю. І нарешті, для стоїків релігійні переконання прибічників не мають жодного значення, а для християн правильна віра в правильного Бога стає основою для ідентифікування та згуртованості. Християнство залишається активним і тоді, коли кризи минають і тоді, коли кризи знов з'являються.

Отже, розібрав причини того, що стоїцизм є вченням-реагентом можемо поставити питання: «Чому ж тоді релігія не може повністю замінити стоїцизм у кризові періоди?». І думаємо, що відповідь на це питання знаходиться вже в середині самої релігії.

Релігія, яка дотримується традицій неспроможна задовільнити допитливість певних категорій населення, а у період кризи ця допитливість зростає. До того ж релігія з плином часу стала відчувати себе впевнено у періоди спокою, коли нема потреби пояснювати вимоги щодо дотримання певних традицій, а от у періоди кризи вона почуває себе вже не такою впевненою. Тут можна пригадати і тих осіб, які очолили церкву, і те, що особливості їхнього характеру теж стали певною вимогою для керівних посад. Священникам досить

важко пояснити, чому всеблагий Бог попускає війни та пандемії, і чому молитви за порятунок лише несуть неспокій, але не захищаються від ситуацій. Навіть у XXI столітті віра священників у власні можливості впливу на Бога доходить до абсурду (інакше як пояснити проведення молебну біля палаючої нафтобази).

Натомість стоїцизм, який теж не дає відповіді на питання «Чому?» пропонує дієві практики, щоб впоратися з різними кризовими ситуаціями. Тобто вони будуть діяти як пожежники – спробують усі методи для того, щоб загасити пожежу, а якщо не спрацює, то дозволять догоріти тому, що вже не врятувати. Отже, перед тим, як давати відповіді на поставлені нами питання розберемося зі змістом цих практик.

Як зазначає О. Стебельська: «Засновник стоїцизму Зенон Кітійський сприймав філософію як практичну систему, як “культуру самих себе”, яка полягає не в сухому теоретизуванні, а в безпосередньому застосуванні набутого знання, усвідомленому та зрілому ставленні людини до самої себе й до Інших» [6, с. 38]. Вагома цінність стоїцизму і полягає в практичності, тому той же Сенека пише листи Луцілію, де не просто розмірковує над якимись питаннями, а дає поради щодо зміни поведінки чи поглядів на різні ситуації. Марк Аврелій як і сучасний стоїк Ален де Боттон розмірковує над тими ситуаціями, а головне над власними реакціями на них під час мандрівок.

Стоїки пропонують чітко розрізняти ситуації як такі: 1) на які людина може та повинна вплинути; 2) на які людина може вплинути, якщо докладе достатню кількість зусиль; 3) на які людина не може вплинути, тож повинна їх прийняти. Відповідно стоїки поділяли філософію на логіку, фізику та етику. «Сучасний популяризатор стоїцизму як життєвої філософії Массімо Пільюччі презентував це у вигляді своєрідної діаграми, що демонструє систему трьох стоїчних дисциплін (дисципліну бажань, дисципліну дії 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 з 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» [7, с. 56].

Якщо, наприклад, ми візьмемо війну, як явище, то варто по-перше, прийняти, що війна є частиною людського світу, тобто це не зміна константа (а тому марно битися головою об стіну та нарікати на Бога), по-друге, війна як конкретне явище може змінюватися під тиском умов (наприклад, впевненість ворога у тому, що ви сильніше вплине на його рішення уникнути військового конфлікту), і, по-третє, війна сама у собі несе протиріччя (закон діалектики) у вигляді миру (скільки би війна не тривала, учасники прагнуть миру, а це означає, що в середині явища є ситуації на які можна вплинути). Отже, на війну як на константу людської екзистенції ми не впливаємо, але ми можемо змінити своє ставлення до війни та розглядати її ширше, а не лише через призму зла, а також, докладаючи достатньо зусиль ми можемо або відтягнути війну або вплинути на її результат, який є не менш важливим, ніж сам процес і тривалість. Урешті-решт мирний договір, підписаний по завершенню війни є основою для майбутньої війни.

Найбільше заважає людині мудро сприймати та розрізняти різні види ситуацій страх та інші негативні емоції. Сенека радив уникати трьох речей: ненависті, заздрості та зневаги

[4], тобто саме того, що сучасні психологи визначають, як негативні соціальні емоції. Але також філософ попереджав про небезпеку очікування поганого та радив «...не будь нещасним передчасно: біди, що їх жахаєшся, начебто вони ось-ось мали навалитися на тебе, можливо ніколи й не прийдуть – наразі таки напевно ще не прийшли. Дещо мучить нас більше, ніж повинно б мучити, дещо – скоріше, ніж повинно, а дещо мучить, хоча взагалі не повинно мучити. Або збільшуємо біль, або надумуємо його, або випереджаємо» [4]. І далі Сенека просить задуматися: «Навіть якщо вона таки прийде, та біда, то що ж то за дивна приємність – смакувати її наперед?» [4]. Так він демонструє, що безрозсудливо горювати наперед і втрачати дорогоцінний час на фантазії та емоції, які заважають тверезо оцінити ситуацію.

Найбільше страждання людині приносить смакування страху смерті. Страх смерті повинен допомогти людині правильно зреагувати на загрозу та обрати такі дії, які допоможуть уникнути смерті, але, постійне міркування про смерть погіршує ситуацію. Людина втрачає можливість мислити раціонально, і часто чинить так, що лише наближує смерть. Деякі люди можуть настільки боятися смерті, що як наслідок коять самогубство, бо вже не витримують сам страх, знаючи, що смерть явище неминуче. Або сучасне явище в Україні, коли чоловіки намагаються перепливати річку, чи подолати Карпати, щоб втекти за кордон і не бути мобілізованими на війну. При цьому вони навіть не зважають на те, що шансів потонути у них більше, ніж загинути під час виконання бойових завдань. Сенека так відзначається про суїцидників і тих, хто боїться смерті: «Хіба не доводилось бачити багатьох, що накладають на себе руки? – Звісно бачив. Але, як на мене, куди більшої уваги, чи то пак поваги, заслуговують ті, що йдуть до смерті, не обтяжені ненавистю до життя, не хапаються за неї, а приймають» [4].

Марк Аврелій вважає дитинством боятися смерті, адже смерть явище природне, а природа не може нести нічого злого. Смерть обов'язкова вимога життя, без якої життя просто б не зароджувалося. Вони є єством природи, зануреним у неї механізмом руху, – прибере один і інший теж зникне. Людині треба думати не про смерть, а про гідне життя. Марк Аврелій радить: «Люби те маленьке ремесло, якого навчився, і в ньому шукай супокую; а решту свого життя проживи так, щоб, доручивши богам нагляд за всім, що твоє, не стати ні рабом, ні тираном для жодної людини» [1, с. 46].

Сенека нагадує, що смерть супроводжує нас все життя. Людина постійно помирає для дитинства, для юності, для якихось справ, і тільки остання смерть є остаточною. «Смерть для всіх – рівна й нездолана необхідність. Чи може хтось нарікати на свою долю, якщо вона є спільною для всіх? А хіба рівність – це не початок справедливості?» [4]. Жодна людина не уникне смерті, і це справедливо для підкорених і піднесених, для тиранів і рабів, багатих і бідних. Страх смерті лише отруює життя. До того ж страх смерті є марним, бо жодна людина не знає де чатує на неї її кінцева смерть. Звісно, що це не означає, що треба покійно чекати смерті, тоді, коли її можна уникнути, але варто визнати її, коли уникнути не має можливості.

У самій смерті люди переважно бояться страждань під час помирання та невідомості. На думку стоїків, людину не повинно хвилювати не те, і не інше. Біль, якою б сильною вона не була також підвладна смерті та закінчується з настанням смерті, а отже людина повинна тішитися, що смерть забирає не лише життя, але й біль від людини. Щодо невідомості після смерті, то і тут немає сенсу непокоїтися заздалегідь. Непокій перед тим, що буде після смерті пов'язаний з пихою та егоїзмом людини – з найкращими рисами. Як зазначила О. Стебельська: «Людина часто поводить себе як істота самовпевнена, уважаючи, що вона здатна повною мірою впливати на хід подій і контролювати їх. Мабуть,

велика кількість психічних проблем, страхів, фобій і розчарувань сучасної людини спровоковані саме надмірним бажання людини все тримати під контролем. Проте стоїки чітко зрозуміли той факт, що людина є істотою невисесильною, об'єктивна реальність не підпадає під її вплив. ... Прагнення людини контролювати та впливати на те, що їй непідвладне, не лише робить її нещасливою та розчарованою, а й указує на її недалекоглядність. ... Ми не можемо змінити деяких речей, проте від нас залежить, як їх сприймати, розуміти й оцінювати. Це і є територія свободи людини» [6, с. 39].

Наша самовпевненість і бажання все тримати під контролем доходить до абсурду. Ален де Боттон висміює цю людську особливість, яка проявляє себе і тоді, коли жодних загроз немає, коли сидиш у шезлонгу на березі океану, милуєшся гарним видом, а мозок тим часом міркує не про ситуацію, де перебуває безпосередньо тіло, а про те, чи входять напої у вартість путівки, чи не залізли крадії у квартиру, і взагалі, що там у світі робиться. «У мене склалося таке відчуття, що колись давно з тими представниками людського роду, котрі постійно жили в стані тривоги за своє майбутнє, сталася якась мутація. Цілком можливо, що саме ці наші предки не змогли належним чином відчувати всі задоволення життя і сповна насолодитися ними, але вони принаймні вижили й сформували характер і спосіб думки своїх нащадків. Тим часом їх менш стурбовані власним виживанням родичі, які жили на задоволення сьогодні та насолоджувалися тим, де і як вони існують, у ході природного відбору зустріли свій кінець на рогах якогось непередбаченого, невідомо звідки бізона» [2]. У такі моменти контроль бере не людина над ситуацією, а емоції над людиною.

Емоції та пристрасті є окремою темою для стоїків. Страх – це емоція, а страх чогось невідомого перетворюється на емоційний тригер, який людина носить у собі, як вибухівку з самозапуском таймером. Що може зробити людина, щоб цей таймер не включився, так це спочатку визнати його наявність, а далі долучити раціональне мислення, що буде контролювати рубильник. «Страхи найчастіше концентруються навколо категорії байдужого. Отже, коли людина зможе усвідомити, що вона боїться речей, які від неї не залежать, вона перестане боятися» [5, с. 109]. Це раціональне мислення, з точки зору стоїків, є мудрістю – головна людська чеснота, який протистоїть суперечності між розумом та емоціями. «Нестримність афектів, що вийшли з-під контролю і розгнужданість пристрастей – це, на думку Сенеки, доля шинкарів і погоничів ослів і джерело пороків і злочинців. Мудрець же зобов'язаний володіти своїми пристрастями, підкоряти їх розуму, проявляти терпимість і поблажливості до навколишніх. Йому це не важко, оскільки його душа загартована заняттями філософією, читанням і роздумами» [3, с. 119].

Саме вивчати філософію та читати книги радить Сенека Луцілію. І знов-таки стоїки приділяють увагу якості розваг: читати ті книги, які повчають і надихають, не витрачати час на читання розважальної літератури, яка не приносить користі, займатися фізичними заняттями, гуляти, але не відвідувати гладіаторські бої, тобто не дивитися на сцени насильства, кохати, але не долучатися до оргій, не ставати розбещеним. Сьогодні до цих застережень можна ще додати обмеження щодо перегляду фільмів (особливо тих, які мають сцени насильства та/чи еротики), контролювати час, який людина проводить в Інтернеті, і взагалі, перед тим, як щось шукати у світовій павутині, ставити собі питання щодо цінності інформації, а під час читання її якості. Що до того, щоб зводити до мінімуму спілкування у соціальних мережах, так це ще перегукується з порадами давньоримських стоїків менше перебувати у натовпі та знижувати коло спілкування до тих осіб, спілкування з якими приносить моральну та емоційну користь. Як зазначив Марк Аврелій: «—Маєш розум? — Маю. — То, чому його не вживаєш? А якщо він таки робить своє діло – то чого ж іще хочеш?» [1, с. 43].

Для стоїків час був цінним надбанням людини, він подарований богами, тож цим подарунком не можна було розпоряджатися аби як. Така чеснота, як передбачливість пов'язана з умінням людини раціонально використовувати час. Час – не є тим надбанням, яке можна віддавати іншим у борг, бо жодна людина, яка витратила твій час не вважає себе боржником, а та ж людина, що цінує час неодноразово погодить з тобою корисність його використання для вас обох. Сьогодні вихованість людини вимірюється не лише гідною поведінкою, мовою та тактовністю, а її повагою вашого часу. І на жаль, велика кількість людей по цьому критерію не демонструють свою вихованість, адже вміння управляти часом потребує такого ж розвитку, як і вміння правильно спілкуватися.

Отже, повертаючись до питань, поставлених на початку дослідження можна констатувати, що стоїцизм стає актуальним у період кризи, коли люди відчувають не просто стрес, а те, що психологи визначають як хронічний стрес і починають шукати практичні поради послабити його без звернень до спеціалістів та використання антидепресантів. Деякі ідеї стоїцизму увійшли в практику психотерапії, але тут варто погодитися з Д. Шевчуком щодо того, що: «...не слід зводити філософію стоїцизму до терапії. Психотерапія досить часто спрямована на те, щоб вирішити конкретну психологічну проблему. Стоїцизм як світоглядна система, у свою чергу, спрямована на формування а утвердження світоглядних основ, системи цінностей та моральних цінностей. Стоїцизм навчає того, як зберігати спокій у кожній ситуації» [7, с. 58]. Але у період криз далеко не всі люди можуть звернутися до психіатра чи психолога, тож шукають вихід у життєвих мудростях, філософії та релігії. До того ж спрацьовує і колективний фактор, адже економічна криза, пандемія, війна, природні чи техногенні катастрофи затяжного чи масштабного характеру займають значні географічні площини, а значить охоплюють велику кількість людей, і якщо до психотерапевта натовпом не прийнято ходити, то долучатися до світоглядних систем, які можуть частково виконувати психотерапевтичну роботу цілком можливо.

Ураховуючи те, що сучасна людина часто перебуває в стресі, а усвідомлення необхідності контролю над емоціями, розвитку емоційного інтелекту практики стоїцизму і далі будуть приваблювати людей. Цьому є підтвердження і те, що стоїцизм постійно знаходив своїх поціновувачів в інтелектуальному середовищі. Поради Сенеки, Епіктета, Марка Аврелія знаходили відклик у інших філософів, таких як: Б. Спіноза, Т. Гоббс, І. Кант, Г. Гегель, Д. Делеза, Ж. Батая та цілої плеяди філософів-екзистенціалістів. Життєві практики стоїцизму увійшли в сучасну психологію та самоменеджмент, а це означає, що стоїцизм досліджують не лише філософи, але й фахівці інших професій.

Підсумовуючи наші міркування варто зазначити, що популярність стоїцизму є хвилеподібною, тобто наростає в тяжкі для людей часи, а у період спокою спадає. Тож сумнівним було б передрікання шаленої популярності стоїцизму в майбутньому. Для цього потрібні певні фактори, які наразі не спостерігаються.

По-перше, стоїцизм розрахований на освічених людей, як в принципі усі філософські течії, а це означає, що при зниженні рівня освіти кількість прихильників стоїцизму не буде збільшуватися. До того ж у системі вищої освіти стоїцизму не надають великого значення, закріпивши за ним статус філософської течії періоду розпаду Римської імперії, тож кількість людей, знайомих з світоглядом стоїків вкрай мала.

По-друге, стоїцизм потребує такого замкненого середовища, де б його життєві практики могли б стати нормою життя. Простіше кажучи, для прищеплення ідей стоїцизму існує потреба у створенні закладу освіти зачиненого типу.

І все-таки не варто відмовляти стоїцизму у значному впливі на суспільно-філософську думку людства, адже найкращі ідеї та практики стоїцизму продовжують існувати в сучасній філософії.

Список використаної літератури

1. Аврелій Марк. Наодинці з собою. Львів : Апріорі, 2020. 184 с.
2. Боттон де А. Мистецтво подорожі / пер. з англ. Р. Гардашука. Львів: Видавництво Старого Лева, 2018. 208 с.
3. Ковнерова І. О. Філософія стоїцизму та римська «кримінологія». *Мультиверсум. Філософський альманах*. 2009. Вип. 5–6. С. 116–126.
4. Сенека Л. А. Моральні листи до Луцілія. URL: https://www.ukrlib.com.ua/world/printitzip.php?tid=9115#google_vignette (дата звернення: 04.06.2024).
5. Скляр А. В. Феномен причетності як складова стану евідемонії у філософії стоїцизму. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2021. Вип. 32. С. 107–113.
6. Стебельська О. Практики стоїцизму й духовні орієнтири людини в сучасному світі. *Вісник Львівського університету. Серія: філософські науки*. 2020. Вип. 25–26. С. 37–46.
7. Шевчук Д. Стоїцизм як філософія екзистенційної стійкості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Філософія*. 2023. Вип. 24. С. 55–60.

MILLENNIAL ENDURANCE AND INSPIRATION OF STOICISM PRACTICES**Hanna Savonova, Yaroslav Blokha***National University «Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic»,**Faculty of Philology, Psychology and Pedagogogy,**Department of the Ukrainian Studies, Culture and Documentation**Vitaliya Hrytsaenko Avenue, 24, 36011, Poltava, Ukraine*

The article reveals the specifics of Stoic philosophy appeal for the modern world. To study the essence of the Stoicism appeal, the next questions arise: “Why does the relevance of Stoicism increase in times of crisis?”, “What philosophical considerations of Stoicism remain relevant?”, “Can Stoicism become a popular philosophical school of the future?”. The article concludes that the philosophy of Stoicism is a philosophy-reagent that responds to crisis situations when socially defined moral norms do not help a person to cope with the unusual and non-standard in large quantities. In fact, in ancient times, Stoicism could do some psychotherapeutic work, and the philosophy itself was aimed at identifying those values that could not be destroyed when the spiritual sphere of society was destroyed. Accordingly, the philosophy-reagent becomes relevant in crisis periods, especially during the destruction of all social layers of an outdated civilization. The article also draws attention to the main opponent of Stoicism, Christianity, which also emerged during the destruction of Roman civilization and contains features of a religious doctrine that reacts to the events around it. The article answers to a question: “Why can't religion completely replace Stoicism in times of crisis?” and studies goal, essence and orientation of philosophy and Stoicism. It is concluded that the practices of stoicism are based on proactivity, unlike the reactive reaction of Christianity, which allows stoicism to find a niche and supporters at all times. In addition, the article reveals the main philosophical wisdom of Stoicism that influenced the development of psychology and psychiatry, compares the philosophical reasoning of the ancient Stoics with the modern ones. First of all, it draws attention to the definition of negative human emotions that affect the spiritual state and the exercise of choice, especially the fear of death. It is noted that negative emotions are often caused by people's inability to distinguish between situations that can be influenced and those that cannot be influenced, as well as by a person's desire to control everything, which is associated with self-confidence and separation from their own nature.

Key words: negative emotions, death, values, Christianity, proactivity and reactivity, situations.