

Стоицизм – философия трудных времен

Споровец Д.В., Лойко А.И.

Стоицизм возник более двух тысяч лет назад, однако в двадцать первом веке интерес человечества к этому философскому учению всё больше и больше возрастает. Так и есть. Современный человек постоянно сталкивается с возрастающим уровнем неопределённости, со стрессом и даже ужасом. В такой обстановке многие начинают испытывать чувство страха, чувство беспомощности. Существует много философских учений, которые помогают человеку выйти из зоны страха. Однако, именно стоицизм, в наше время, является самым популярным и практичным философским учением.

Стоицизм был основан Зеноном Китийским ок. 300 г. до н. э. Поводом этому стало крушение корабля Зенона, на котором он перевозил пурпур. После крушения Зенон выживает, но теряет все свои богатства; он добирается до города и принимает единственно верное решение: отправиться в книжную лавку. Узнав из сочинений Ксенофонта о Сократе, он немедленно хочет отыскать «подобных людей». После неудачного опыта разговоров с киниками, Зенон основывает собственную школу. Своё название стоицизм получил по наименованию Расписной стои, где Зенон Китийский впервые выступил в качестве учителя. Однако со словом «стоицизм» созвучны и такие слова, как: выстоять, стоять, стойкость. И это не случайность.

Стоицизм учит с достоинством проходить трудные времена. Он учит твёрдости и мужеству, стойкости, рассудительности, спокойствию и мудрости. Стоит также обратить внимание на то, что стоицизм – универсальная философия: ею могут интересоваться люди различных классов и различного положения. Вспомним, например, таких представителей этой философии в Древнем Риме, как Луций Анней Сенека (богатый человек), Эпиктет (раб), Марк Аврелий (император Рима).

Все эти люди внесли значительный вклад в развитие философии. Одной из самых известных книг по философии стоицизма является книга Марка

Аврелия «Наедине с собой. Размышления». Вернее сказать, что это не книга, а личный дневник императора. В нём император размышляет о бессмертии, гармонии со Вселенной, о любви и терпении, о противоречии между Судьбой и свободой воли.

Во время правления Марка Аврелия Римскую империю сотрясали многочисленные несчастья: эпидемии, бунты, землетрясения, тяжелые затяжные войны. И как раз-таки, силу и терпение для противостояния всем этим бедам император черпал в философии.

Всё это придаёт ещё большее значение как книге императора, так и стоицизму в целом. В самом дневнике очень много размышлений о жизни и смерти; о смысле жизни, о взаимоотношениях между людьми. Марк Аврелий напоминает себе, что противиться друг другу противно природе, что отвечать на зло злом – это не выход.

Философия стоицизма – это философия практики. Все новые полученные знания стоики сразу же применяли на деле. Вот одни из важных практик, которым стоики уделяли большее внимание. Все явления, которые происходят в мире, стоики разделяли на те, на которые мы можем повлиять и на те, которые находятся не в нашей власти.

Например, вы в аэропорту ждете с нетерпением своего рейса. Однако диспетчера объявляют, что рейс откладывается, так как погодные условия ухудшаются. Вы можете поступить двумя способами: первый – это начать злиться, кричать, проявлять недовольство. Второй – это со спокойствием отнестись к данному объявлению и продолжить ожидать свой рейс, так как вы понимаете, что ваши жалобы и крики на погодные условия повлиять не смогут. Мы, люди, несчастны в значительной степени потому, что ненасытны. Приложив большие усилия, чтобы заполучить желаемый объект, обычно мы теряем к нему интерес.

Вместо того, чтобы приносить долгожданное удовлетворение, он быстро приедается, и мы отправляемся в погоню за очередной целью, которая уж

точно сделает нас счастливыми. Это замкнутый круг. Очень многие люди попадают в него, забывая истинную ценность вещей.

И даже две тысячи лет назад люди также были подвержены этой погоне. Стоики видели это и выработали практику негативной визуализации. Они поняли, что кратчайший путь к счастью – это научиться желать то, что имеешь. Стоики советовали представлять, например, потерю близкого вам человека или потерю машины, или телефона. После такой визуализации вы начинаете больше ценить близких вам людей и сами вещи. Вы перестаёте гнаться за самими вещами. Вы вырываетесь из замкнутого круга

В Древнем Риме, когда император возвращался с войны с победой, жители города воздавали ему почести и хвалу. Император прославлялся. Однако, сзади императора шёл раб, который постоянно напоминал: *memento mori* (помни, что ты должен умереть).

Только осознавая явную неизбежность смерти, мы можем по-настоящему жить [1]. Напоминание о смерти возвращает все в новую перспективу, каждая секунда становится намного ценнее, и возникает ясность относительно того, что важно, а что нет.

Каждый день напоминайте себе, что ваше время на Земле ограничено, и с каждой секундой ваша жизнь становится короче. Не тратьте время впустую делая, например, то, что вам не нравится, заботясь о вещах, которые не имеют значения, пытаясь впечатлить других [2].

Просыпаясь утром, задумайтесь, какая это привилегия быть живым, мыслить, радоваться и любить. Перестаньте жалеть о том, чего у вас нет и будьте признательны за всё, что вы сейчас имеете. Всем нам очень повезло быть сознательными, иметь друзей и быть любимыми другими людьми. Вы только задумайтесь, скольким мы уже обладаем!

И будьте благодарны за все это. Стоицизм в наше время получил, так сказать, вторую жизнь. И не мудрено. Это замечательная философия, которая уже повлияла на множество людских судеб в лучшую сторону. Это филосо-

фия практики, которая помогает стать стойким, разобраться в себе и в окружающем нас мире.

Литература

1. «Благодарить, планировать, готовиться ко всему: 10 правил современного стоика» [Электронный ресурс] <https://alpinabook.ru/blog/10-pravil-sovremennogo-stoika/>

2. «Философия трудных времен: как стоицизм помогает справляться с неопределенностью» [Электронный ресурс] <https://www.forbes.ru/forbeslife/457529-filosofia-trudnyh-vremen-kak-stoicizm-pomogaet-spravlat-sa-s-neopredelennost-u>

Риски «электронного кочевника» в цифровой среде

Тарасевич К. А., Лойко А.И.

«Электронный кочевник» функционирует в цифровой среде посредством различных гаджетов, которые имеют доступ в Сеть. Многие исследования утверждают, что «электронный кочевник» работает гораздо эффективнее офисного работника. Им не надо создавать рабочий вид, а они сосредотачиваются на конечном продукте работы. Однако «цифровые кочевники» подвержены множеству рисков.

Можно выделить следующие риски: зависимость от компьютера, социальное отчуждение, информационная манипуляция, повсеместный контроль, возможность утечки персональных данных и сведений, безнравственное поведение в цифровой среде, конкурентность. Все эти факторы делают проблему актуальной и приводят к необходимости создания эстетических правил поведения в Сети и права в цифровом мире. Проведенный анализ инициирует дальнейшие исследования «электронного кочевника» специалистами и исследователями, а полученные результаты помогут составить его портрет, его манеру поведения и сделать минимальными возможные риски жизнедеятельности в интернет пространстве.