

ФИЛОСОФИЯ

(шифр научной специальности: 5.7.8)

Научная статья

УДК 612.681

doi: 10.18522/2070-1403-2025-113-6-52-61

ФИЛОСОФИЯ ДОЛГОЛЕТИЯ ЧЕЛОВЕКА: СОЦИОВИТАЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ, ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ СМЫСЛ И СТРАТЕГИИ ДОСТИЖЕНИЯ

© *Андрей Михайлович Руденко*

Институт сферы обслуживания и предпринимательства (филиал) Донского государственного технического университета в г. Шахты, г. Шахты, Россия

amrudenko@list.ru

Аннотация. Представлен философско-антропологический анализ проблемы долголетия человека. Последовательно раскрывается социовитальную ценность, экзистенциальный смысл и стратегии достижения человеческого долголетия. Приводятся аргументы в пользу того, что человек, продлевая жизнь и сохраняя ее качество, обретает уникальную возможность обретения подлинной мудрости, ощущения величия и полноты прожитой жизни и душевной гармонии. Долгожитель впервые обретает лишь ему доступную полноценную возможность включения жизни в контекст предельных оснований бытия.

Ключевые слова: человек, долголетие, старость, долгожительство, бессмертие, жизнь, ценность, здоровье, стратегия, самореализация, тело, душа.

Для цитирования: Руденко А.М. Философия долголетия человека: социовитальная ценность, экзистенциальный смысл и стратегии достижения // Гуманитарные и социальные науки. 2025. Т. 113. № 6. С. 52-61.
doi: 10.18522/2070-1403-2025-113-6-52-61

PHILOSOPHY

(specialty: 5.7.8)

Original article

Human longevity philosophy: Social value, existential meaning and strategies to achieve

© *Andrey M. Rudenko*

Institute of Service and Entrepreneurship (branch) Don State Technical University in Shakhty, Shakhty, Russian Federation

amrudenko@list.ru

Abstract. The article attempts a philosophical and anthropological analysis of the problem of human longevity. The author consistently reveals social value, existential meaning and strategies for achieving human longevity. The article provides arguments in favor of the fact that a person, prolonging life and preserving its quality, acquires a unique opportunity to acquire genuine wisdom, a sense of greatness and completeness of the life lived and spiritual harmony. For the first time, a long-liver finds only him an accessible full-fledged opportunity to include life in the context of the ultimate foundations of being.

Key words: man, longevity, old age, longevity, immortality, life, value, health, strategy, self-realization, body, soul.

For citation: Rudenko A.M. Human longevity philosophy: Social value, existential meaning and strategies to achieve. *The Humanities and Social Sciences*. 2025. Vol. 113. No 6. P. 52-61. doi: 10.18522/2070-1403-2025-113-6-52-61

Введение

Долголетие как способность человека полноценно сохранять индивидуальную продуктивную жизнеспособность в течение длительного времени исследуется не только в контексте различных наук, но и в философии. Однако если научный подход к проблеме долголетия концентрируется на изучении тенденций увеличения доли пожилых людей в общей численности населения, то современная философия долголетия анализирует эту

категорию в контексте бытия и времени, жизни и смерти, души и тела, ценностей и смыслов, интегрируя лучшие достижения медицины, психологии, социологии, демографии и иных наук. Важнейшими соотносительными категориями при этом выступают такие понятия, как «активное долголетие», «старение», «старость», «отложенное старение», «качество жизни».

Не случайно наряду с уже ставшей традиционной геронтологией на рубеже XX–XXI вв. стало формироваться сравнительно новое направление в философии – философия старости, или геронтософия, представителями которого являются: К.С. Пигров, С. Кац, Я. Барс, Т. Коль, Г. Муди, А. Левинтов и др. Одним из оснований появления нового направления является то, что «по прогнозам ООН, численность людей старше 60 лет в 2025 году составит более 2 миллиардов человек и превысит 20% от населения планеты» [16, с. 10]. Несмотря на то что эта проблема веками оставалась на периферии философской мысли, долголетие представляет собой сложный междисциплинарный феномен, лежащий на стыке медицины и философской антропологии. Оно относится к числу фундаментальных вопросов человеческого существования, ключевыми аспектами которого являются социовитальная ценность, экзистенциальный смысл и стратегии достижения.

Обсуждение

Социовитальная ценность долголетия человека обусловлена тем, что любая жизнь (а жизнь человеческая в особенности) сама по себе является величайшим и безусловным условием существования, выступающим фундаментом для всяких иных ценностей. Теряя жизнь, человек лишается всякой возможности выступать носителем каких-либо ценностей или субъектом их самотрансцендирования, самовоплощения и самореализации в пространстве его природного либо социокультурного бытия. И, наоборот, продлевая жизнь, а также сохраняя ее качество, человек обретает уникальную возможность обретения подлинной мудрости и душевного равновесия. Таким образом, долголетие человека может стать не только фактором, причиняющим ему страдания в случае, если достижение им старости сопровождается одиночеством, немощностью и болезнями. Оно может и должно стать условием достижения пожилым человеком осознания величия и достоинства проживаемой жизни, обретения всеобщего уважения и признания, а также способности самореализации и передачи богатого жизненного опыта подрастающему поколению за счет сохранения социальной активности.

Особенно остро социовитальная ценность долголетия ощущается в тех случаях, когда прежде временно обрывается жизнь одаренных, выдающихся, великих или гениальных людей, чья смерть лишает общество и мировую культуру возможности быть пополненной новыми шедеврами. Преждевременный уход из жизни величайших гениев в истории человечества становится подлинной трагедией, резонанс от которой ощущают десятки последующих поколений людей, воспитанных на их творчестве. Трудно представить себе, что еще смогли бы создать такие гении, как великий австрийский композитор В.А. Моцарт (1756–1791), проживший всего 35 лет, или великий русский поэт А.С. Пушкин (1799–1837), которому на момент смерти было всего 37 лет. Выдающийся французский математик, основатель современной высшей алгебры Э. Галуа (1811–1832) прожил всего 21 год, выдающийся итальянский композитор Дж.Б. Перголези (1710–1736) умер в возрасте 26 лет. В 30 лет ушел из жизни выдающийся русский поэт С.А. Есенин. В возрасте 26 лет умер великий русский поэт М.Ю. Лермонтов (1814–1841), в 31 год – великий австрийский композитор Ф. Шуберт (1797–1828), на могиле которого была высечена надпись: «Здесь музыка похоронила не только богатое сокровище, но и несметные надежды». Прерванная жизнь не только гения, но и любого человека, является всегда величайшей трагедией нереализованных возможностей и несбывшихся надежд.

Может сложиться ложное впечатление, что гениальность и короткая жизнь запрограммированы эволюционно: выдав максимум возможного, гений уходит из жизни. Но данные современной науки доказывают: «Эволюции все равно, стареете вы или нет – или

даже выживите или нет. Ее цель – обеспечить выживание вида, а не индивида» [17, с. 17]. Кроме того, история знает и обратные примеры, когда выдающиеся личности, дожившие до глубокой старости, продолжали вносить своей вклад в сокровищницу мировых социокультурных достижений и до своих последних дней – трудиться на благо человечества. Так, российский хирург Ф.Г. Углов (1904–2008), проживший 104 года, накануне своего 100-летнего юбилея провел свою последнюю операцию и стал рекордсменом Книги рекордов Гиннеса как самый долго практикующий хирург. Народные артисты СССР В.М. Зельдин (1915–2016) и Н.А. Анненков (1899–1999) вошли в историю нашей страны как профессиональные актеры, которые, оставаясь в профессии, на театральной сцене отметили свой 100-летний юбилей. Крупнейший кантовед в России, академик Российской академии наук, доктор философских наук, профессор, лауреат Государственной премии СССР Т.И. Ойзерман (1914–2017) к своему столетнему юбилею опубликовал избранные труды в пяти домах. Народная артистка СССР, главный дирижер и художественный руководитель Симфонического оркестра России В.Б. Дударова (1916–2009) в возрасте 92 лет до самой смерти, которая произошла скоропостижно, продолжала управлять оркестром. Данные примеры, которые, очевидно, еще можно было продолжать, свидетельствуют о том, что активное долголетие для выдающихся людей – это не только отличная возможность сохранения жизни, что ценно само по себе, но и способность совершенствовать окружающий мир за счет личностных профессиональных достижений.

Но даже если человек не получает широкого профессионально-личностного признания в социокультурной реальности, его жизнь остается основополагающей ценностью для него самого и его близких родственников. Здравомыслящий человек при любых условиях и во все времена готов пожертвовать чем угодно за сохранение жизни любимых детей, родителей, супругов, братьев и сестер, когда их жизни что-либо угрожает, даже если у них нет никаких заслуг.

При этом сложным и дискуссионным остается вопрос о том, является ли ценностью долголетие опасных преступников, ушедших от наказания. Очевидно, что любой научный и, особенно, этико-философский анализ какой бы то ни было проблемы не может быть выражен в абсолютных категориях и требует определенной относительности. Тем и отличается научный подход от теологического подхода, не только допускающего, но и исходящего от признания Абсолюта и абсолютного (добра, красоты, истины и т.п.). Но, как бы то ни было, активное долголетие, при котором человек, невзирая на возраст, продолжает самореализовываться, выступает величайшей социовитальной ценностью. Долго оставаясь живым, человек как носитель личностного потенциала, продолжает передавать опыт новому поколению как непосредственно, так и за счет творческого самовоплощения в личностных достижениях, которые в зависимости от своей социокультурной ценности могут надолго сохранить имя их создателя в истории человеческой культуры.

Экзистенциальный смысл долголетия на протяжении столетий пытались раскрыть многие великие мыслители, хотя данная проблема, как ни странно, практически всегда находилась на периферии философской мысли. Тем не менее, об отношении к долголетию великих философов можно понять на основе детального анализа их учений.

В восточной философии, ключевой идеей которой является идея гармонии и традиции, к старости и долголетию человека всегда относились с уважением. Гармония человека с природой, с самим собой и другими людьми провозглашается ключевым фактором счастья и долголетия: «Для древневосточных цивилизаций присуща философская и медицинская концепция когерентности человека и окружающей среды, с доминирующей ролью природы... всё необходимое для здоровья и долголетия (пищу, воду, воздух, энергию и т.д.), человек получает из окружающей среды» [4, с. 210]. Кроме того, если в буддизме старость и долголетие считаются важнейшей ступенью на пути к избавлению от страданий, то в конфуцианстве старость и долголетие человека являются основанием для проявления уважения к их носителям как источникам опыта и мудрости.

Даосизм, провозглашающий жизнь безусловным благом, величайшим среди всех, а смерть – злом, которое нужно преодолеть, разработал систему продления жизни и достижения долголетия: «Необходимо следовать тем явлениям, которые постоянны, избегая того, что разрушается. Следовать также естественным ритмам, чтобы не утрачивать жизненной энергии; следование естественным ритмам позволяет черпать силы из самой природы, формировать здоровый образ жизни, стремиться к идеалу бессмертия» [2, с. 115]. Не удивительно, что мудрые прозрения китайских мыслителей, проверенные практикой столетий, не утрачивают актуальности до сих пор.

В период античной философии Платон, который прожил 80 лет, с одной стороны, относился к долголетию положительно, полагая, что не в возрасте следует искать источник радостей или горестей человека. В утешение пожилым людям, которые уже не могут сохранять сексуальную активность, он отмечал: «В самом деле, старость, в отношении к подобным вещам, есть время совершенного мира и свободы. Когда страсти перестают раздражаться и ослабевают, тогда является... состояние освобождения от многих неистовых господ. Причина и этого..., и домашних неприятностей – одна: не старость, а человеческий нрав. Если старики доблестенны и нрава легкого, то старость для них удобопереносима: а когда нет – и старость, и молодость... равно несносны им» [7, с. 43]. Таким образом, смысл долголетия, согласно Платону, в том, что оно, несмотря на появляющиеся физические недуги, дает человеку мудрость и духовную свободу, но лишь тем, кто обладает хорошим нравом.

С другой стороны, смотря на эту проблему в более широком контексте учения Платона об идеях и о душе, нетрудно заменить, что сама по себе жизнь тела для философа какой бы то ни было ценности не имела, а смерть воспринималась как освобождение души для мира чистой мысли и воссоединения ее с благом. В диалоге «Федон» Платон прямо заявляет: «...божественному, бессмертному, умопостигаемому, единообразному, неразложимому, постоянному и неизменному самому по себе в высшей степени подобна наша душа, а человеческому, смертному, постигаемому не умом, многообразному, разложимому и тленному, непостоянному и несходному с самим собою подобно – и тоже в высшей степени – наше тело» [8, с. 882]. Данная идея, ставшая впоследствии центральной в христианстве и большинстве других религий, сохраняет свою жизнеспособность и в сознании массового человека, не только притупляя страх смерти, но и находясь в фундаменте большинства смыслоложицких решений. Не умаляя ценности долголетия, как, собственно, было и у Платона, возможно, именно она и является одной из причин того, что проблема долголетия долгое время оставалась и продолжает оставаться на периферии религиозной и философской мысли.

Считая долгожительницей душу, а не тело, не утверждает долголетие ценностью самой по себе и Аристотель. Полагая, что душа существует в теле не так, как знание существует в душе и что знание может исчезнуть, а душа по своей природе бессмертна,ечно движется, чем родственна первоначалу, в отличие от тела, философ, тем не менее, все же задается вопросом о причинах долголетия в трактате «О долготе и краткости жизни» [20], который стал первым в истории античной философии исследованием причин продолжительности жизни живых существ. Однако Аристотель не был антропоцентричным, что привело к тому, что в вопросах долголетия человек у него в контексте долголетия не более значим, чем лошадь, рыба или финиковая пальма: «Ни разу Аристотель не говорит о возможных преимуществах человека перед прочими животными в связи с присущими ему рациональными способностями или нравственным поведением... Поэтому в публикуемом трактате говорится только о биологической основе жизни и причинах долголетия» [13, с. 162].

В итоге Аристотель приходит к выводу о том, что на долголетие влияет множество факторов и что далеко не каждый, кому предназначено природой жить долго, в действительности проживет долгую жизнь. Аристотель также полагал, что мужчины по природе должны

жить дольше женщины, но в реальности женщины живут дольше, поскольку мужчины в течение жизни испытывают больше физических нагрузок, а также теряют много влаги вместе с семенем, что приближает их раннее старение. Что же касается сопряженной с долголетием проблемы старости, то Аристотель, проживший 62 года, в «Риторике» отмечал: «Хорошая старость является следствием как хороших физических качеств человека, так и благоприятной судьбы, потому что, не будучи здоровым и сильным, человек не будет лишен страданий, точно так же как без благоприятных условий судьбы жизнь его не может быть беспечальной и долговечной. Помимо силы и здоровья есть другие условия, способствующие долговечности; многие долговечны, хотя и не обладают хорошими физическими качествами» [1, с. 430]. В этом вопросе, как и почти везде у Аристотеля, видится трезвый, рациональный подход, не теряющий поэтому актуальности и по сей день.

Но, пожалуй, глубже всех в поздней античности экзистенциальный смысл долголетия, проявленный в любви и ценностном отношении к жизни в любом возрасте, выразил Сенека в «Письмах Луциллю»: «Что ж, встретим старость с распостертыми объятиями: ведь она полна наслаждений, если знать, как ею пользоваться. Плоды для нас вкуснее всего, когда они на исходе... Потому каждый день нужно проводить так, словно он замыкает строй, завершает число дней нашей жизни» [12, с. 37–38]. Однако любовь к жизни не исключает у Сенеки и трезвого принятия неизбежности смерти, отдаление которой все же воспринимается им как великое благо: «Если же кого-нибудь старость кротко отправит прочь, не вырвав внезапно из жизни, но уведя из нее незаметно, – разве тот, кому такое выпало на долю, не должен благодарить всех богов, отославших его, сытого, на покой, всякому человеку необходимый, а усталому – отрадный?» [12, с. 65]. Кроме того, Сенеку, который полагал, что в старости человек делает счастливым сам себя, интересовало не только то, сколько прожить, но и то, как жить, т.е. не только продолжительность, но и качество жизни. Аналогичных идей придерживается и Цицерон в трактате «О старости» [19], полагая, что старость может быть не только жалкой и безрадостной, но и счастливой, связанной с активной деятельностью и воспитанием молодежи, мудростью и жизненным опытом.

В средние века положение долгожителей в целом было маргинальным, поскольку в условиях отсутствия социальных мер со стороны государства поддержки пожилое поколение оказывалось физически недееспособным, нищим или покалеченным. Тем не менее, Фома Аквинский, вслед за мыслителями античности, подчеркивал, что долголетие и наступающая вместе с ним старость, освобождая человека от страстей, приближает его к Богу.

Сменившая средние века эпоха Возрождения, провозгласившая ценность человеческой жизни и творчества, впервые начинает увязывать долголетие человека с возможностью его самореализации с целью прогрессивного развития социокультурной реальности. У Мишеля Монтеня старость сравнивается с болезнью, которая подлежит лечению с помощью занятий умственной деятельностью, любви и привязанности, а жизнь провозглашается ценностью, в которой надлежит радоваться каждому проживаемому дню, рассчитывая при этом на великий и редкий для того времени дар долголетия: «Умереть от старости – это смерть редкая, исключительная и необычная, это последний род смерти, возможный лишь как самый крайний случай, и чем более удалена от нас такая возможность, тем меньше оснований на нее рассчитывать... Это исключительный дар, которым природа особо награждает какого-нибудь одного человека на протяжении двухтрех столетий... Мы уже избежали стольких случаев умереть, постоянно подстерегающих человека, что должны признать столь необычно поддерживающее нас счастье совершенно исключительным...» [5, с. 289].

Впервые в истории философии так четко и недвусмысленно долголетие было почти приравнено к счастью и провозглашено редкой и почти абсолютной ценностью. В наши дни, в условиях XXI в., когда «пожилых людей старше 80 лет в России 4,6 миллиона, долгожителей старше 90 лет – 600 тысяч, а людей старше 100 лет – почти 18 тысяч... а до-

жить до 100 лет есть шанс у любого новорожденного» [15], ценность долголетия не уменьшается, а становится реальной возможностью при условии, если человек, с одной стороны, сам осознанно к этому стремится, а с другой стороны, – наличии ряда объективных факторов. Связано это с тем, что помимо генетических факторов, экологии, качества медицинского обслуживания и других факторов, здоровье и долголетие человека во многом определяется соответствующим образом жизни человека.

Мыслители Нового времени Ф. Бэкон и Т. Гоббс усматривали значимость долголетия с возможностью использования опыта пожилых людей на практике. Основоположник немецкой классической философии И. Кант, как и иррационалист А. Шопенгауэр, связывая долголетие с мудростью, считали преклонный возраст идеальным для занятий философией. К. Маркс и Ф. Энгельс в качестве причины, препятствующей человеку возможности насладиться долголетием, называли жестокие условия эксплуатации на производстве в рамках капиталистического общества, которые проводят к болезням и травмам и способствуют преждевременной смерти.

В русской философии XIX в. представителем космизма Н.Ф. Федоровым был предложен смелый, но утопический проект достижения не только долголетия, но и бессмертия. Рассматривая все человечество как единую семью, связанную родовыми узами, он заявил о том, что идеалом человечества должны быть люди, объединенные любовью, при которой «не самосохранение, а возвращение жизни отцам должно быть целью» [18, с. 44]. Данный проект, хоть и утопичен по своей сути, но частично воплощается в условиях современности в философской концепции цифрового бессмертия, основой которого является трансгуманизм, согласно которому за пределы своей природы может выходить не только человек, но и все человечество. В данном контексте цифровые технологии становятся инструментом для решения проблемы старения, долголетия и смерти: «Задача цифрового бессмертия – цифровизация сознания и создание аватаров как собрания свидетельств личной жизни (записей разговоров, видео и фотографий, текстовых документов, постов в соцсетях и т.д.)» [9, с. 24]. Цифровое долголетие и бессмертие в этом контексте становится расширенным вариантом культурного долголетия выдающихся людей.

Философы-экзистенциалисты усматривают ценность и смысл долголетия человека в накопленном в течение жизни опыте, а дополненным осознанием приближающейся смерти, наступление которой становится точкой отсчета для определения сущности существовавшего человека. Анализируя экзистенциальный смысл старости и долголетия [6, с. 3–6], раскрытым К.С. Пигровым, выделим следующие характеристики долгожителя:

- смена направленности желаний: его желания в основном направлены за пределы тела, устремленность к коммуникации с Другим, духовной и материальной культурой (артефактами) через практику аскезы;
- специфичность творчества: творчество пожилого человека центрируется не на новизне, а на охране, упорядочении и систематизации культуры, без чего создание нового было бы невозможно;
- формирование особого отношения к вещам: долгожитель относится к вещам как артефактам, изымающим бытие из времени и выступающим способом достижения бессмертия;
- достижение целостности восприятия жизни за счет сигнифицированных воспоминаний: рефлексия в форме дневника уступает место мемуарам как основе историографии: «Растождествляясь со своим телом и идентифицируясь с телами Других, старик пишет не только мемуары, но и историю вообще. В этом смысле старик – это историк по определению» [6, с. 5];
- включение своей жизни в контекст предельных оснований бытия: оно достижимо только в старости, поскольку целое молодого человека не может сложиться, поскольку его жизнь еще не осуществилась; интуитивные же представления молодого человека находятся всегда в рамках возможности, а не действительности.

На основании данных аргументов К.С. Пигров делает крайне смелый, но в то же время великолепный вывод о том, что долголетие, дарящее человеку старость, уже здесь и теперь есть «жизнь после жизни», или – подлинно духовная жизнь: «...именно *старик* – это и есть человек как *таковой*, в себе и для себя человек... Старость в явлении – это *нисходящее движение* человеческой жизни, но по сути своей есть *восходящее движение* к мистическому отождествлению с мировым целым...» [6, с. 6]. Осознание этого одновременно есть и фундаментальное основание для провозглашения не только исклучительной социовитальной ценности, но и глубинного экзистенциального смысла долголетия, что логически порождает необходимость научного поиска новых стратегий его достижения.

Стратегии достижения долголетия следует понимать как совокупность факторов и условий, которые продлевают жизнь человека. К ним относятся:

1. Традиционные факторы, способствующие поддержанию физического, социального и психологического уровней здоровья человека, способствующие не только увеличению продолжительности, но и совершенствованию общего качества жизни человека. Человек, который хочет прожить долго, должен не просто избегать опасностей, болезней и стрессов, что само по себе важно, но, наполнив свою жизнь осмысленной созидательной деятельностью, сбалансировано, гармонично и постоянно развиваться и самореализовываться физически, интеллектуально, социально-эмоционально и духовно. Случайность может оборвать любую жизнь, но это вовсе не повод для того, чтобы плыть по течению. Смысложизненное самоопределение при прочих равных условиях есть ключевой фактор долголетия: «Его значение... связано с тем, что человек делает собственный и сознательный выбор, что приводит, во-первых, к тому, что он начинает принимать ответственность за свою жизнь и, во-вторых, происходит превращение внешней дисциплины в самодисциплину» [10, с. 209]. Дисциплинированный человек, развитый физически, интеллектуально, социально и духовно, живет дольше того, кто, не имея стратегических целей в жизни компенсирует неизбежно возникающий экзистенциальный вакуум разного рода зависимостями (пищевой, сексуальной, алкогольной, игровой, наркотической и т.п.).

2. Усилия людей, направленные достижение долголетия, должны постоянно и системно поддерживаться на государственном уровне. Необходима систематическая поддержка научных исследований, проводящихся в области увеличения долголетия человека. Уровень развития науки позволяют добиваться невиданных ранее высот в достижении данной цели: «...современная нейрогенетика и искусственный интеллект, совершенствование новых генетических и эпигенетических исследований (прогнозов), управление многофункциональным сном и сновидениями, сохранение циркадианного, гормонального и иммунного гомеостаза, позволит в межведомственном и мультидисциплинарном взаимодействии в системе долговременного ухода (сопровождения) увеличить среднюю продолжительность... и достичь всех целевых показателей активного, здорового и когнитивного долголетия человека» [3, с. 131]. Как было отмечено в наших более ранних исследованиях, «в современных условиях микробиологии, генетики и геронтологии стремятся не просто увеличить продолжительность жизни, но добиться такого результата, при котором продление жизни сводилось бы не столько к продлению старости, сколько сохранению молодости» [11, с. 187]. Кроме того, необходимо постоянно совершенствовать систему здравоохранения и достижения высокого уровня доступной медицины, а также – государственные механизмы всестороннего обеспечения качества жизни человека от рождения и до смерти.

Такие усилия в нашей стране, к счастью, предпринимаются. Так, в 2016 году в России была принята «Стратегия действия в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года», результатом реализации которой было провозглашено «создание условий для активного долголетия граждан старшего поколения, которые позволят повысить уровень и качество жизни таких граждан» [14]. Но никакая стратегия

сама по себе не поможет добиться поставленной цели без объединения усилий человека, общества, государства, науки и философии. Отсюда понятно и обосновано в условиях современности значительное внимание вопросу долголетия человека, который, очевидно, предстоит решать еще не одному поколению ученых и философов.

Выходы

Таким образом, человек, продлевая жизнь и сохраняя ее качество, обретает уникальную возможность обретения подлинной мудрости, ощущения величия и полноты прожитой жизни и душевной гармонии. Формируя особое отношение долгожителя к артефактам, извлекающим бытие из времени и достигая целостности восприятия жизни за счет сигнифицированных воспоминаний, долгожитель впервые обретает лишь ему доступную полноценную возможность включения жизни в контекст предельных оснований бытия.

Список источников

1. *Аристотель*. Этика, политика, риторика, афоризмы / Пер. с древнегреч. М.: Эксмо, 2023. 544 с.
2. *Борсяков Ю.И.* Здоровье, долголетие и бессмертие как архетипы китайской философской культуры // Культура физическая и здоровье. 2017. № 3 (63). С. 112–115.
3. *Волобуев А.Н., Романчук Н.П., Булгакова С.В.* Нейрогенетика мозга: сон и долголетие человека // Бюллетень науки и практики. 2021. Т. 7. № 3. С. 93–135.
4. *Кесисоглу Н.В.* Традиционные системы Древней Индии и Древнего Китая в достижении долголетия // Аналитика культурологии. 2007. № 1 (7). С. 210–213.
5. *Монтень М.* Опыты. В трех книгах Книги первая и вторая. Второе издание. М.: Наука, 1979. 710 с.
6. *Пигров К.С.* Экзистенциальный смысл настоящей старости // Серия “Symposium”, Философия старости: геронтософия. Выпуск 24. Сборник материалов конференции. СПб.: Санкт-Петербургское философское общество, 2002. С. 3–6.
7. *Платон*. Государство // Государство; Диалоги; Апология Сократа. М.: Эксмо, 2024. 736 с.
8. *Платон*. Избранные диалоги. Вступительная статья, составление и примечания В.Е. Витковский. М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2002. 960 с.
9. *Рогожникова В.Н.* «Стареть, не старея»: философия долголетия // Философско-методологические основания управления общественным здоровьем. М.: МАКС Пресс, 2024. С. 19–29.
10. *Руденко А.М., Горина С.А.* Влияние смысложизненного самоопределения на жизненный путь человека в социокультурной реальности ХХI века // Вестник Армавирского государственного педагогического университета. 2024. № 4. С. 207–215.
11. *Руденко А.М.* Социовитальная концепция смысложизненной интенциональности экзистенции человека. Новочеркасск: Лик, 2012. 236 с.
12. *Сенека*. Письма Луциллию // *Сенека*. Марк Аврелий. Наедине с собой. Симферополь: Реноме, 1998. С. 3–252.
13. *Солопова М.А.* Аристотель о причинах долготы и краткости жизни // Вопросы философии. 2016. № 12. С. 161–173.
14. Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года. – URL: <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/37/2> (дата обращения 05.10.2025).
15. *Ткачева О.Н.* 30,4% россиян к середине века будут старше 60 лет. – URL: <https://tass.ru/obschestvo/24005981> (дата обращения 05.10.2025).

16. Тутов Л.А. Философия старости: возможности и ограничения // Философско-методологические основания управления общественным здоровьем. М.: МАКС Пресс, 2024. С. 9–18.
17. Фанг Д., Диниколантоно Д. Код долголетия. 12 понятных и доступных способов сохранить здоровье, ясность ума и привлекательность на долгие годы / Пер. А.В. Захарова. М.: Эксмо, 2022. 288 с.
18. Фёдоров Н.Ф. Собрание сочинений. В 4 т. Т. I. М.: Прогресс, 1995. 518 с.
19. Цицерон. О старости. О дружбе. Об обязанностях. М.: Наука, 1993. 440 с.
20. Aristoteles. On length and shortness of life // Aristotle. On the soul. Parva naturalia. On breath / With an English translation by W.S. Hett. Cambridge; London: Harvard university press, 2000. P. 394–409.

References

1. Aristoteles. Ethics, politics, rhetoric, aphorisms: translation from ancient Greek. М.: Eksmo, 2023. 544 p.
2. Borsyakov Yu.I. Health, longevity and immortality as archetypes of Chinese philosophical culture // Physical and health culture. 2017. No. 3 (63). P. 112–115.
3. Volobuev A.N., Romanchuk N.P., Bulgakova S.V. Neurogenetics of the brain: human sleep and longevity // Bulletin of Science and Practice. 2021. Vol. 7. No. 3. P. 93–135.
4. Kesisoglu N.V. Traditional systems of Ancient India and Ancient China in achieving longevity // Analytics of cultural studies. 2007. No. 1 (7). P. 210–213.
5. Montaigne M. Experiments. In three books, Books one and two. Second edition. М.: Science, 1979. 710 p.
6. Pigrov K.S. Existential meaning of real old age//Symposium series, Philosophy of old age: gerontosophy., Issue 24. Collection of conference materials. St. Petersburg: St. Petersburg Philosophical Society, 2002. P. 3–6.
7. Plato. State // State; Dialogues; Apology of Socrates. Moscow: Eksmo, 2024. 736 p.
8. Plato. Selected dialogues. Introductory article, compilation and notes by V.E. Vitkovsky. М.: RIPOL CLASSIC, 2002. 960 s.
9. Rogozhnikova V.N. “Aging without aging”: the philosophy of longevity // Philosophical and methodological foundations of public health management. М.: MAKSS Press, 2024. P. 19–29.
10. Rudenko A.M., Gorina S.A. The influence of meaningful self-determination on the life path of a person in the socio-cultural reality of the XXI century // Bulletin of Armavir State Pedagogical University. 2024. No. 4. P. 207–215.
11. Rudenko A.M. Social concept of the meaningful intentionality of human existence. Novocherkassk: Face, 2012. 236 p.
12. Seneca. Letters to Lucilius // Seneca. Marcus Aurelius. Alone with oneself. Simferopol: Renome, 1998. P. 3–252.
13. Solopova M.A. Aristotle on the causes of longitude and brevity of life // Questions of philosophy. 2016. No. 12. P. 161–173.
14. Strategy for action in the interests of older citizens in the Russian Federation until 2025. – URL: <https://mintrud.gov.ru/ministry/programms/37/2> (accessed 05.10.2025).
15. Tkacheva O.N. 30.4% of Russians by the middle of the century will be over 60 years old. – URL: <https://tass.ru/obschestvo/24005981> (accessed 05.10.2025).
16. Tutov L.A. Philosophy of old age: opportunities and limitations // Philosophical and methodological foundations of public health management. М.: MAKSS Press, 2024. P. 9–18.

17. *Fang D., Dinicolantonio D.* Longevity code. 12 understandable and affordable ways to preserve health, clarity of mind and attractiveness for many years / Translation by A.V. Zakharov. M.: Eksmo, 2022. 288 p.
18. *Fedorov N.F.* Collected works. In 4 volumes. Volume I. M.: Progress, 1995. 518 p.
19. *Cicero.* About old age. About friendship. About responsibilities. M.: Science, 1993. 440 s.
20. *Aristoteles.* On length and shortness of life // *Aristotle.* On the soul. Parva naturalia. On breath / With an English translation by W.S. Hett. Cambridge; London: Harvard university press, 2000. P. 394–409.

Статья поступила в редакцию 05.10.2025; одобрена после рецензирования 20.10.2025; принята к публикации 20.10.2025.

The article was submitted 05.10.2025; approved after reviewing 20.10.2025; accepted for publication 20.10.2025.