

УДК 316.3: 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/apfs.v041.2023.5>**О. М. Городиська**ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7665-2185>кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії

Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»

О. О. ДольськаORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9577-8282>доктор філософських наук, професор,
професор кафедри філософії

Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»

В. В. ЛобасORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5624-2928>доктор філософії,
президент школи «Asaṅga (असङ्ग) Yoga –
традиційна філософія Його»

ПРАКТИКИ СЕБЕ ЯК МЕХАНІЗМ УПРАВЛІННЯ СОБОЮ

Постановка проблеми. Практична філософія традиційно прив'язана до етики як особливого напрямку. Але методологія про тіло дає можливість активізувати таке її розуміння як конструювання свого не тільки внутрішнього, але і зовнішнього стану. Принципи, за якими слід формувати будь-які навчальні програми і які треба класти в основу роботи школи як соціальної інституції, завжди мали основоположне значення в подібних процесах. Не маючи розуміння кінцевої мети роботи школи, не можна висувати статус школи як навчального і, як слідство, виховного закладу, який виконує свої функції на високому рівні. Саме тому необхідність напрацювання основних принципів такої практичної філософії, побудови людиною себе є вкрай актуальним. Отже мова йде про зміст та форми навчання та виховання, основною метою яких має стати сама людина. Така практична, навіть прикладна філософія людини (як-от «турбота про себе» або йога) має за мету постійну роботу людини над собою і для себе, що передбачає комплексно усі виміри людського – трансцендентальний, екзистенційний, включно із тілесним, духовний тощо. Знання у такій філософії не є абстрактними, вони є підґрунтям зусиль людини по відношенню до самої себе, що є зрештою життям людини згідно із істиною.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. За традицією практичну філософію розглядають як етичний потенціал раціонального ґатунку. Якщо зануритись у глибину цариці наук, то способи її практичної концептуалізації були запропоновані Сократом, Платоном, а Аристотель став родоначальником етики як напрямку в західній філософії, він став і автором перших великих трактатів про

неї («Нікомахова етика», «Велика етика», «Евдемова етика»). Міркування Сократа, потім Платона запропонували раціональний спосіб морального теоретизування як способу осмислення світу, життя у ньому, пошуку моральних цінностей тощо. Саме цей ракурс практичної філософії був підхоплений І. Кантом.

В XIX – на початку XX ст. для практичної філософії став характерним процес взаємозбагачення в руслі діалогу культур із центральною темою – міркування про природу моралі. До речі початок про неї ми знаходимо у Ведах, Упанішадах, буддизмі, даосизмі, юдаїзмі, християнстві. Але останнім часом ракурси бачення практичної філософії змінюються. В Німеччині, наприклад, розвивається філософія, яка репрезентує себе як практичну філософію, але намагається розуміти останню з більш широкого горизонту. Її представники називають себе філософами-практиками і намагаються розвинути «живе філософування». Це П. Мозер, Е. Рушман, Р. Фальтер, Г. Агенбах (останнього в Німеччині називають Нестором практичної філософії). Результатом їх роботи стали навіть такі товариства, як «Міжнародне товариство філософських практиків» (IGPP), «Спілка за філософську практику» (GPP), основна ідея яких навчити людей мистецтву жити. Отже, практичну філософію не можна сьогодні розуміти тільки як теоретизування про природу моралі, сучасність вносить свої корективи у її зміст, а звідси – її різноманітні змістовні прояви. Саме тому в роботі пропонується практична філософія як шлях до побудови людини: від теоретизування, враховуючи щільність думки, і з цим багажем до перебудови

фізичного (тілесного) і духовного стану людини, її внутрішнього і зовнішнього ества.

Ціль. Показати розширене значення практичної філософії, відштовхуючись від розуміння формування етики на ґрунті когерентного руху між духовним і тілесним до її реалізації у повсякденні в якості механізму удосконалення, як духовного, так і тілесного. Духовне і тілесне в такому разі виявляються переплетеними у вигляді візерунків людських практик.

Методологія. На думку авторів концептуальний характер і поступ викладання матеріалу ґрунтується наступними методологічними логіками. Перша – практика себе, турбота про себе (за М. Фуко) і онтологія сьогодення (за М. Фуко), яка є областю перетину трьох онтологій: онтології суб'єкта у його відношенні до самого себе, онтології суб'єкта у його відношенні до інших, онтології суб'єкта у його відношенні до істини у полі знання. Друга – діалог культур і його роль у розширеному розумінні людини в традиціях Сходу і Заходу. В якості прикладу буде використана практика формування принципів управління та організації школи з йоги.

Основна частина. Сучасний стан людини суспільства споживання, інформаційного суспільства (віртуальний характер спілкування та проведення вільного часу в ньому, інфантилізація дорослих, переваги до формування споживача індустрії розваг тощо) сприяє формуванню свого роду культурних лабіринтів і освітніх катастроф. Це немінуча і загрозлива тенденція тілесної і духовної деградації людини, і тому різноманіття освітніх практик та їх роль зростають. Сьогодні ми бачимо різні контексти функціонування як формальної, так і неформальної освіти. Можна з упевненістю сказати: у сучасному суспільстві на ґрунті культурних та соціально-політичних контекстів відбувається трансформація освітніх закладів, а якщо мова йде про неформальні на кшталт спортивних секцій або дворових фізкультурних команд тощо, то відношення до освіти як способу конструювання себе змінилося радикально. З цього приводу процитуємо П. Слотердайка: «Це можна вважати знаком того, що колективний бюджет розумності не можна довго вводити в оману ідеологічними диктатами, які в останні 200 років значною мірою визначали образ філософії. З одного боку існує страшенне ідеологічне спотворення філософії, яке було дієвим в останні 200 років. Водночас дається взнаки її жахлива академічна деформація. Обидві вони є найлютішими ворогами первісного концепту філософського життя. Академізм та ідеологізм сьогодні дивним чином лікуються через спонтанну кон'юнктуру у пошуках орієнтацій свідомого життя» [6, с. 110]. Ці завдання перетворилися у справу суто приватного життя або завданям неформальних закладів освіти.

Особливої уваги сьогодні заслуговує факт відкриття і функціонування муніципальних і приватних спортивних навчальних закладів. Цікавим є і те, що видатні філософи сучасності все частіше починають обговорювати саме їхню роль у житті людини в межах онтології сьогодення, філософію організації такого роду закладів, значення і роль тренера тощо.

Наступна цитата допоможе нам зрозуміти роль філософії у роботі із тілесними практиками як антропотехніками. «Якщо розум у культурі має можливість постійно навчатися, тобто набувати різних знань та вдосконалюватися, то тіло залишається без належної освіти та виховання. Культура спорту чи догляду за тілом (наприклад, спа) не сягають його розумних горизонтів. Зазвичай тіло здобуває освіту неформально (за межами інституційного освітнього процесу) або інформально (в межах особистого досвіду). Формальна освіта тіла обмежується лише сферою фізичної культури та спорту. Варто зазначити, що саме ця сфера освіти виникла в античності з метою отримати контроль над тілом з боку розуму, таким чином його приборкуючи та дисциплінуючи. Філософія гімнастики – це нині забута, але актуальна в античні часи галузь філософських знань» [2, с. 268].

Тут необхідно зазначити, що свого часу західна, антична традиція мала певний зразок практики нерозривної єдності у формування тілесного та духовного, і це було умовою розуміння і філософії, і взагалі людського. Ця практика мала усі сутнісні принципи навчання та неформальної освіти, актуальні й тепер. Мова йде про так звану «турботу про себе» (*epimeleia heautou*), яку пропагував Сократ і яка протистояла іншому підходу до себе, принципу «пізнай себе» (*gnothi seauton*), який з часом став панівним і започаткував певну дихотомію у класичній філософській думці.

«Турбота про себе» передбачала багато процедур та дій, виконання яких могло б зайняти весь час життя і цей час не був би марним чи порожнім. Як зазначав Мішель Фуко, «турбота про себе» «...наповнена вправами, практичними завданнями, різними видами діяльності. Турбота про себе – це не засіб для відпочинку. Слід враховувати догляд за тілом, оздоровчий режим, фізичні вправи без перенапруження, ретельно виміряне задоволення потреб. Є роздуми, читання, нотатки, які людина робить над книгами чи розмовами, які почула, нотатки, які пізніше читає знову, пригадування істин, які ти вже знаєш, але які потребує повнішої адаптації до власного життя. Так, Марк Аврелій наводить приклад «відступу в себе»: це тривале зусилля, під час якого знову активуються загальні принципи та наводяться аргументи, які переконують людину не дозволяти собі злитися на інших, на провидіння чи на речі. Є також розмови з довіреною особою, з друзями, з провідником

або керівником. Додайте до цього листування, в якому хтось розкриває стан своєї душі, просить поради, дає пораду кожному, хто її потребує, – що, з цього приводу, є корисною вправою для того, хто дає, якого називають наставником, оскільки він таким чином актуалізує це для себе. Навколо турботи про себе виникла ціла діяльність мовлення та письма, в якій робота над собою і спілкування з іншими були пов'язані воедино» [8, р. 51]. Очевидним тут видається приватний, навіть інтимний характер формування людини, людського, з усвідомленням власних моральних засад істини та соціальності.

На сьогодні людина багато в чому втратила здібність жити згідно із істиною тут і тепер, оскільки, на думку Фуко, сучасна епоха «почалася... того дня, коли було вирішено, що пізнання і лише пізнання відкриває доступ до істини, є умовою її доступності суб'єкту» [7, р. 17] Фуко наполягав: «Людина не може отримати доступ до істини, якщо не змінить свій спосіб буття» [7, р. 190], і це було добре відомо грекам. «Істина дається суб'єкту лише ціною введення до гри самого його буття» [7, р. 15], проте «картезіанський момент» остаточно перевернув значущість принципів «турботи про себе» (*epimeleia heautou*) та «пізнай самого себе» (*gnothi seauton*), залишивши у фокусі уваги лише останній. Це зміщення почалося вже за часів раннього християнства, а потім набуло загального значення. Так, правила чернечого життя Касіяна, зокрема, демонструють, що «чернецька організація практично виступає проти аскетизму без правил, і щоб виправдати, висловити істину, людина має відмовитися від себе. Тому поступово із чернечого життя зникає, наприклад, принцип *discretio*, здорового глузду, який був актуальним з часів античності та навіть у чернечому уставі св. Бенедикта перших століть християнства, згідно із яким в усьому, особливо, – в оцінках людських дій, мав використовуватися індивідуальний підхід, розумність, доцільність» [1, с. 71]. Отже можна стверджувати, що зникає вільний доступ до відносин людини із самою собою, власною істиною, разом із розумінням системи цінностей, та навіть сумління перетворюється на публічну справу.

Інакше відбувалося у практиках східної традиції, де саме прикладна філософія залишалася запитаною і продовжувала відповідати викликам часу. Щоб підтвердити актуальність філософії як практичної для людини сьогодні ми будемо в своїх роздумах спиратися, зокрема, на практику роботи школи з йоги, яка розташована у місті Відень (Австрія). Такий крок дає можливість не тільки показати практичний характер застосування філософського теоретизування, але і підкреслює тезу про те, що Схід і Захід орієнтуються на одну й ту саму логіку значення ідей

філософії у будь-якому культурному полі. Школа «Asaṅga (असङ्ग) Yoga – традиційна філософія Йоги» – один із неформальних закладів освіти, який робить спробу подолати традиційну для класичної філософської думки дихотомію. Розташована у Австрії (Відень), має найманий штат працівників, програми роботи із студентами. Якщо спиратися на сучасні дослідження з філософії освіти, то можна розцінювати дії школи як отримання неформальної освіти, яка націлена на окультурення людини, на її духовне зростання, фізичний розвиток, нарешті на духовну зрілість. На наш погляд, школа дає таке знання, яке може доповнювати формальне, інституційне.

Якщо мова йде про фізичний габітус сучасної людини, то він у більшому числі випадків аж ніяк не працює на образ так званої «освіченої людини». Але коли мова йде про неформальні типи освіти такі, як школа Йоги, студія Йоги, то фізичний габітус починають розцінювати як символічний, культурний капітал, націлений не тільки на фізичну підготовку, накачку, але і на духовний розвиток. Людина із таким габітусом вже символізує собою відношення до таких верств суспільства, які володіють знанням, навичками, освітою до певних форм життя. Заняття Йоогою в школах виступають в якості індикатора вміння людини орієнтуватися у світі не стільки фізичної культури, скільки у світі духовної. Більш того, приналежність до кращих шкіл/студій з Йоги, які мають досвідчений колектив працівників, статус неформальної, але все ж таки освітньої інституції із своїми статутом, програмами, місцем розташування, іміджем, визнанням з боку міських та міжнародних організацій тощо, вказують на габітус духовного аристократизму. Більш того робота таких шкіл сприяє поверненню високого соціального статусу духовній культурі, знеціненій у суспільстві розваг та споживання. Більша частина інституцій неформальної освіти мала б стати додатком до формальної освіти, бо вони, на думку авторів, повинні сприяти не тільки стимуляції розвитку людини, а й підтримувати формування індивідуальності як прояву протиставлення «запрограмованої» індивідуальності масового характеру суспільства споживання.

Одним із головних чинників, який необхідно враховувати при конструюванні змісту викладання Йоги, – потреба суспільства і цілі, які воно ставить перед йогом-гуром, йогом-коучем, йогом-викладачем. Багатогранна палітра педагогічної діяльності створює простір для смислів викладання, причому в кожному присутня певна логічна лінія його реалізації. Звідси можливість співіснування тих чи інших шкіл, напрямків, можливої методи. Вибір викладачем однієї із них визначається його ціннісним настроєм, культурою, вмінням інтерпретувати культурні смисли

щодо сучасних ціннісних рядів, зіставляти їх співіснування із традиціями. Вибір певного сенсу і логіки викладання багато в чому визначається фактором часу.

Є школи, для яких змістом виступають спортивні навантаження і пози, мова йде про практики тіла (постуральна Йога). У центрі уваги таких шкіл – фізичні тренування, силові, дихальні комплекси вправ і такі, що розвивають гнучкість, зняття напруги, зміцнення і очищення організму, пошук ідеальних фізичних форм тіла і тому подібні речі. Є школи, змістовні компоненти яких визначаються центральними фігурами (гуру), божествами, символічними образами (тварини). Як приклад, П. МакКартні проаналізував досвід викладання Йоги в школах, студіях в різних континентах і прийшов до висновків: «Наукова грамотність, гносеологічний релятивізм, псевдонаука та те, що є «дійсним знанням» – одні з найпоширеніших тем дискусії. На основі моїх власних спостережень в студіях йоги та на форумах в Інтернеті найпоширенішими божествами, які зустрічаються в студіях йоги, є: Śiva-natarāja (танцюрист), Kṛṣṇa (флейтист), Hanumāna (мавпа) та Gaṇeśa (слон). Цікаво, що Будда також досить популярний. Один респондент вважає, що це тому, що статуї Будди легше дістати і, можливо, менші протистояння до них, ніж до деяких індуїстських статуй. Ще один популярний підхід включає вшанування родовідних фотографій гуру в натуральному розмірі, таких як «піонери» сучасної йоги, наприклад, Т. Кришнамачаря, Б. К. С. Айенгар, Паттабхі Джоїс та Т. К. В. Десіхачар. Вони вішаються на стінах в студіях йоги» [10].

На наш погляд, різні змістовні компоненти шкіл Йоги пов'язані з її численними інтерпретаціями давніх текстів, що частково зумовлено обмеженим доступом до першоджерел або небажанням витратити час на теоретично-інтелектуальну обробку знань. Цим і пояснюється дуже вузьке розуміння з боку студентів того, чим Йога є насправді. Є й інші змістовні компоненти, за допомогою яких вносяться акценти, а іноді і змінюється вся філософія навчання.

Школа «Asaṅga (असङ्ग) Yoga» заснована на програмах роботи традиційних шкіл Йоги. Назва походить від санскритського слова «Асанга». Асанга – санскритське з'єднання, що складається з термінів «а» і «санга» (सङ्ग) і вказує на неможливість прив'язуватися до чогось. Термін підкреслює завдання сформулювати не прив'язаність людини до мирського (світського), поставити мету – досягнення трансцендентного. Тому в програму школи входять не тільки фізичні вправи, але й інтелектуальна робота по формуванню світогляду, вивчення давніх текстів, оформлення інтеркомунікативного дискурсу тощо. Змістовна компонента цієї школи оформлюється принци-

пами, які кладуться в основу формування змісту програми. Робота із учнями орієнтується на конструювання людиною своїх думок і свого тіла, відношення до природи і свого внутрішнього «Я».

Розбудова цих принципів відбувалася досить тривалий час і відпрацьовувалася на заняттях школи з початку свого існування, а їхня тривала і ретельна підготовка пояснюється досить складною роботою з наповнення змістом програм, за якими працює школа, та філософською підготовкою, яка і дозволяє акцентувати лінію «тіло-розум-дух».

Нагадаємо, що усі наведені вище процедури та дії спрямовані на справжнє виховання на основі особистої істини та реального самоуправління, автономного усвідомлення своєї ідентичності. Свого часу, в практиці «турботи про себе» вчитель формував основний шлях для учня, а останній сам будував власне майбутнє, слідуючи відомому загальному горизонту, хоча вчитель часто залишався маяком у прийнятті вибору чи рішення, «коли в практиці турботи про себе хтось звертався до іншої особи, в якій він визнав здатність до керівництва та консультування, він користувався правом. І це був обов'язок, який людина виконувала, коли щедро допомагала іншій або коли з вдячністю приймала уроки, які могла дати інша» [8, р. 53]. Більше того, освіта за сутністю своєю складається з об'єднаних зусиль обох – тих, хто навчає, і тих, хто навчається, тому досвід турботи про себе видається однаково актуальним і потрібним для обох сторін спільного процесу.

Діалогізуючи із «турботою про себе», загальна концепція розвитку школи Йоги може запропонувати декілька основних принципів, серед яких найбільш значущими є чотири. Перший націлений на вивчення оригінальних стародавніх текстів. Це дає можливість наблизитись до чотирьох основних напрямків Йоги. Це тексти Bhagavadgita, Patanjali's Yogasutras, Nathapradipika, уривки з Upanishads. Вивчаючи чотири основні типи Йоги, наголос все ж таки ставиться на Raja Yoga і Jnana Yoga, а також на концепції Panchamayakosha, вперше згаданій в Taittiriya Upanishad. Мета цього принципу – активізувати культурний контекст і активізувати хронологічні рамки. Це необхідно для оформлення нарративу діалогу між різними культурами, між традиціями Сходу та Заходу. Саме давні тексти дають можливість «слухати» по-новому.

У навчальному процесі знання завжди оцінюються як основна мета, хоча часто йдеться не про саму істину, а про знання як продукт перевірки. Це те, що зберігає істину відповідно до конкретного авторитету, але не є незалежною істиною. Тому важливо визначитися з авторитетом, джерелом відповідних знань, і для тих, хто навчається, було б особливо чудово отримати своїх учителів як

таких авторитетів і носіїв істини. Дійсно, ті, хто викладає, повинні пройти, мабуть, більш змістовний досвід «турботи про себе», ніж ті, хто навчається, «щоб нарешті стати справжнім суб'єктом управління та мати можливість ділитися справжніми особистими навичками зі студентами. Тому «прагматика Я», відображена в досвіді свободи та турботи про себе, є конче необхідною в процесі управління освітою» [9, р. 43].

Діалогізуючи із «турботою про себе», другий принцип змісту програми школи йоги орієнтується на розширення світогляду і активізацію свідомості людини, бо масштабне позиціонування секуляризованого наративу сприяє духовній кризі сучасності, чому і загострилася діалектика опозицій «духовне – тілесне», «соціальне – духовне». Мета цього принципу – удосконалення особистості за рахунок можливих метафізичних роздумів, трансцендентних переходів і станів мислення, формування особливого ставлення до природи, культури і соціуму.

Умовою відточення змісту програми є орієнтування на практики, які активізують формування духовно-тілесного. До них відносяться:

- Формування нових якостей особистості;
- Розвиток наявних і оволодіння новими здібностями, в тому числі таких, які переважають над «нормальними» людськими здібностями;
- Розширення свідомості, збільшення рівня усвідомленості [4].

Теоретичний аналіз формування духовно-тілесного та їхня практична реалізація, перш за все, розширення свідомості показують, що це одна із найскладніших технік конструювання себе, бо вона «вимагає» удосконалення органів сприйняття, кондицій тіла, культури руху. «Наступними кроками стають здатність до довільного досягнення змінених станів свідомості та здатність до вольового контролю фізіологічних процесів в організмі» [4].

Фуко доречи зазначав, що духовність слід розуміти як сукупність пошуків, практик, досвіду, через які людина як суб'єкт здійснює в собі зміни, необхідні для отримання доступу до істини. Таким чином, духовність припускає практики очищення, аскези, зречення, обернення, зміни способу життя тощо, і саме з них складається ціна, яку має «сплатити» суб'єкт, щоб отримати доступ до істини [7, р. 15]. Крім того, важливим елементом пошуку істини через навчання є наставництво, актуальний зв'язок «вчитель-учень», коли перший є своєрідним дзеркалом для другого, оскільки, перш за все, навчає самої практики турботи про себе та подальшому закріпленню автономії життя учня, що можна очевидно розуміти як головну мету навчання та виховання, а також як причину обов'язкової руйнації у майбутньому зв'язку «вчитель-учень».

Проте необхідно підкреслити, що «античні практики, які реалізовували принцип турботи про себе (кініки, епікурейці, стоїки), вважали це за найважливішу умову вдалого виховання – здатність учня у подальшому самому будувати повноцінну ерімеλεία heautou, яку ніхто насправді не міг контролювати та оцінювати, оскільки вона завжди виходила із сумління людини, його внутрішнього розуміння істини» [1, с. 70].

Ранньохристиянська доба вибудовує інший варіант відносин «вчитель-учень», в якому життя жодного християнина є неможливим без проводу (керівництва), і це стає особливо помітним на прикладі чернечого життя, наприклад, ценобія. Зрештою «будь-яка християнська община приймає принципи нового проводу, що дозволяло регламентувати та контролювати життя християн, які входили до общини. Так, згідно із правилами гуртожитку Касіяна, для облаштування общини необхідно дотримуватися трьох правил: необмежений послух, постійний самоконтроль та всеосяжне визнання Парадокс полягає в тому, що ці правила, здається, багато в чому збігаються із античною турботою про себе, але маємо також суттєву різницю: прийняття істини реалізується християнином в акті віри, і з цього моменту людина просто не може бути дійсним суб'єктом істини, вона лише її виразник, носій, але не виробник» [1, с. 70-71].

Діалогізуючи із «турботою про себе», можна сформулювати третій принцип розгортання змісту програми школи «Asaṅga (असङ्ग) Yoga – традиційна філософія Йоги» спирається на ідею впливу тілесних практик на формування моралі людини. Для східної культурної традиції практичну і теоретичну значущість знань не можна відривати від моралі: остання зростала на ґрунті умов та основ для осягнення істини, тому істину не можна виокремлювати від моралі. Для Йоги не стільки раціональне знання, скільки «цінності, які переживає людина (особливо у поєднанні із набутих знанням) складають образ життя людини і паралельно спонукають її втілювати їх у життя. Співпереживання, уважність, особливе ставлення до тілесного, розвиток розуму в контексті діалогу із Іншим, бажання постійно культивувати та розвивати такі діалоги, бо саме вони стають основою для розуміння Всесвіту» [5, с. 508]. Істинне знання в йозі спрямовано на реалізацію удосконалення тілесного і духовного одночасно.

Щодо ролі та значення тілесних практик як зародження етичних установок нам допомогли розвідки М. Шитц-Джонстон. На її думку, саме тілесні практики, за допомогою яких реалізуються феномени людського ґатунку (турбота, любов, довіра, відкритість, спілкування та ін.), сприяли формуванню соціального і соціальності. Довіра і турбота – це теми, якими зазвичай нех-

тують в медичних і академічних дослідженнях, пише авторка. Вона побічно підкреслює кричущу відсутність інтересу до теми і стверджує, що «насправді в людському досвіді – це основоположні для розуміння людської моралі речі» [11, р. 266].

Аналізуючи «турботу про себе», також необхідно підкреслити «один із найважливіших аспектів цієї діяльності, присвяченої людиною самій собі: це становило не вправу на самоті, а справжню соціальну практику...» [8, р. 51]. Античну «турботу про себе» варто оцінювати саме як певний соціальний діалог, як механізм формування не лише людського, але й соціального, в межах якого при цьому не відбувається того розділення, дихотомії, яка унеможливує повноцінне екзистенційне життя особистості. Саме тому сьогодні практики, подібні до античної турботи про себе, яка з часом втратила свої позиції через низку причин, постають найбільш актуальними та органічними формами в освітньому просторі.

Діалогізуючи із «турботою про себе», виокремлюється наступний (четвертий) принцип розгортання змістовної компоненти за рахунок теми «соціальне – асоціальне». В Йозі питання соціального має дуже складний характер, але ми ставимо наголос на посилення в сучасному суспільстві споживання опозиції «соціальність – асоціальність» і на протесті людини проти нав'язаної їй із боку соціуму ідентичності. «Тотальна підпорядкованість людини західної культури соціальності, як не дивно, виражається в культивуванні егоцентрованого індивідуалізму. Зведення людської істоти до соціальної функції унеможливує її повноцінне екзистенційне життя» [3, с. 288]. Бажання протестувати проти нав'язаної ідентичності приводить до намагання конструювати свою індивідуальну ідентичність, а розуміння соціальності втілюється в новому вимірі: мова йде вже не тільки про розуміння людського життя в певному соціальному прошарку з метою вдосконалити свій особистий статус; мова йде про соціальний діалог між різними культурами.

Практична філософія відкрила силу практики себе як механізму управління собою, своєю історією життя. Ми намагалися розкрити ті її характеристики, які дозволяють подивитися на неї з різних кутів зору. Пишучи про етику як про практичний характер філософського знання, ми прямо і побічно торкаємося таких потужних вимірів, як онтологічний і гносеологічний, які перетинаються і переплітаються один з одним. Ці візерунки ще раз підкреслюють практичний сенс філософських розвідок, бо відносини людини із самою собою на ґрунті знань, істини – це і відпрацьовування думок, і зміцнення тіла, і діалог у публічній сфері, як і формування і вдосконалення системи цінностей

Висновки. Будь-які практики можна розцінювати як механізми управління собою, як механізми удосконалення себе. На протязі всієї історії існування філософії ці ідеї то набирали оберті, то знецінювались, або зникали із поля зору науковців. Взнявши за основу практики себе людина вже має механізм управління собою, своїм тілом і своїми думками.

Практична філософія традиційно розумілася як етика, яка передбачає відношення людей між собою. В статті було поставлено наголоси на її більш точному розумінні. За основу були взяті тілесно-духовні практики себе за традицією культури Заходу і за традицією Сходу. Було виявлено, що обидві йдуть в одному напрямку, і кожна з них розуміє практичну філософію як самостійний механізм управління і удосконалення людини за певних умов: фізичні та духовні напруги та зусилля йдуть у когерентному режимі розвитку, бо виявляється, що не можна поступатися цій дуальності, інакше перед людиною активізується проблема розірваності загальної онтології людського буття. Такі елементи культури Сходу і Заходу, як філософія М. Фуко і філософія йоги, які географічно та соціально розірвані між собою, допомогли підтвердити наявність подвійного компоненту «духовне-тілесне» в етиці, а це, в свою чергу, дало наочне розширення розуміння практичної філософії.

Література

1. Багатовимірність людини та культури у філософських ландшафтах : монографія / О.О. Дольська, Н.Б. Годзь, О.М. Городиська, Т.М. Дишкант, Ю.С. Тагіна. Харків : Вид-во Іванченка І.С., 2021. 170 с. <http://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/55199> (дата звернення: 15.06.2023).
2. Гомілко О. Є. Розумність тіла як освітня проблема. Філософія в сучасному світі. Матеріали І міжнародної науково-практичної конференції, присвяченій Всесвітньому Дню філософії. 20-21 листопада. Харків : Точка, 2020. С. 267–270.
3. Гомілко О. Метафізика тілесності: концепт тіла у філософському дискурсі. Київ : Наук. думка, 2001. 340 с.
4. Лобас В. В. Сучасна Йога: рецепції та практики (філософсько-антропологічний аналіз) : дис. ... д-ра філософії : спец. 033 : галузь знань 03 / Вікторія Володимирівна Лобас; наук. керівник Дольська О. О. ; Нац. техн. ун-т «Харків. політехн. ін-т». Харків, 2021. 210 с. <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/54124> (дата звернення: 15.06.2023).
5. Лобас В. В., Дольська О. О. Цінність взаємовпливу культур Сходу та Заходу. XIII Міжнародна науково-практична конференція магістрантів та аспірантів, 19-22 листопада. Харків : НТУ «ХПІ», 2019. С. 508–509.
6. Слотердайк П. Інтерв'ю Петера Слотердайка з головним редактором німецького філософського часопису «Philosophie Magazin» Вольфрамом Айленбергером. Філософська думка. 2015. № 2. С. 107–112.

7. Foucault M. *The Hermeneutics of the Subject. Lectures at the Coll ge de France 1981-82* / trans. by Graham Burchell. New York : Palgrave Macmillan, 2005. 556 p.

8. Foucault M. *History of sexuality. Vol. 3 : The Care of the Self* / trans. by Robert Hurley. New York : Pantheon Books, 1986. 280 p.

9. Horodyska O. Self-governance experience as an element of management in education. *Homo-Societas-Technologiae. Marijampole College Research Periodical*. 2021. № 1 (8). P. 42-45. URL: https://marko.lt/wp-content/uploads/2022/03/Zurnalas_8.pdf (дата звернення: 15.06.2023).

10. McCartney P. Politics beyond the Yoga Mat: Yoga Fundamentalism and the 'Vedic Way of Life'. *Global Ethnographic*. 2017. № 4. URL: <https://oicd.net/ge/wp-content/uploads/Politics-beyond-the-Yoga-Mat-P.-McCartney.pdf> (дата звернення: 15.06.2023).

11. Sheets-Johnstone M. *The Roots of Morality*. University park, PA : The Pennsylvania State University Press, 2008. 454 p. URL: https://books.google.com.ua/books?id=xjECzoRC4OIC&pg=PA9&lp=PA8&focus=viewport&hl=uk&output=html_text (дата звернення: 15.06.2023).

Анотація

Городиська О. М., Дольська О. О., Лобас В. В. Практики себе як механізм управління собою. – Стаття.

В статті пропонується розглянути більш точно розуміння практичної філософії. Знання у такій філософії не є абстрактними, вони є підґрунтям зусиль людини по відношенню до самої себе, тобто життя людини згідно із істиною. За основу були взяті «турбота про себе» (практика себе в традиції Заходу) і тілесно-духовні практики (за традицією Сходу). Було виявлено, що обидві йдуть в одному напрямку, і кожна з них розуміє практичну філософію як самостійний механізм управління і вдосконалення людини за умов когерентного режиму фізичної та духовної напруги та зусиль, що може долати звичну дуальність, бо інакше перед людиною постійно активізується проблема розірваності загальної онтології людського буття. Як елементи культури Сходу і Заходу, філософія М. Фуко і філософія йоги, які розглянуто у роботі, допомогли підтвердити наявність подвійного компоненту «духовне-тілесне» в етиці, а це, в свою чергу, дало наочне розширення розуміння практичної філософії. Тому практична філософія, яка пропонується, є шляхом до розбудови людини: від теоретизування, враховуючи щільність думки, до перебудови фізичного (тілесного) і духовного стану людини, її внутрішнього і зовнішнього ества.

Також обґрунтовується необхідність формулювання принципів, відповідно до яких слід будувати будь-які навчальні програми і які треба класти в основу роботи школи як соціальної інституції (на прикладі

школи «Asaṅga (असङ्ग) Yoga»), оскільки не маючи розуміння кінцевої мети роботи школи, не можна висувати статус школи як навчального, а отже й виховного закладу, який дійсно виконує свої функції. Тому мова йде про зміст та форми навчання та виховання, основною метою яких має стати сама людина.

Ключові слова: людина, управління, принцип управління, практика себе, «турбота про себе», тіло, тілесні практики, дихотомія «духовне-тілесне», практична філософія, етика, антропотехніка.

Summary

Horodyska O. M., Dolska O. O., Lobas V. V. Practices of the self as the self-governance mechanism. – Article.

The article proposes to consider a more accurate understanding of practical philosophy. Knowledge in such a philosophy is not abstract, it is the basis of human efforts in relation to himself, that is, human life according to the truth. Care of the self (self-practice in the Western tradition) and body-spiritual practices (according to the tradition of the East) were taken as a basis. It was found that both practices go in the same direction, and each of them understands practical philosophy as an independent mechanism of governance and improvement of a human under the conditions of a coherent regime of physical and spiritual tension and efforts, which can overcome the usual duality, because otherwise, the problem of the general ontology discontinuity of human existence is constantly activated in front of the person. Being the elements of the Eastern and the Western cultures, the philosophy of M. Foucault and the philosophy of Yoga, which are considered in the work, helped to confirm the presence of the double component "spiritual-physical" in ethics, and this, in turn, gave a clear expansion of the practical philosophy comprehension. Therefore, the proposed practical philosophy is a way to build a human: from theorizing, taking into account the density of thought, to rebuilding the physical (bodily) and spiritual state of a person, one's inner and outer being.

There also substantiates the need to formulate the principles according to which any educational programs should be built, and which should be the basis of the work of the school as a social institution (using the example of the school "Asaṅga (असङ्ग) Yoga"), inasmuch as without understanding the ultimate goal of the school's work, there is no chance to put forward the status of the school as an educational, and therefore an upbringing institution that really fulfills its functions. Therefore, we are talking about the content and forms of education and upbringing, the main goal of which should be the human oneself.

Key words: human, governance, principle of governance, self-practice, "care of the self", body, bodily practices, dichotomy "spiritual-physical", practical philosophy, ethics, anthropotechnics.