

УДК 1:159.923

DOI <https://doi.org/10.30970/2307-1664.2019.26.7>

## ТУРБОТА ПРО СЕБЕ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

**Олеся Паньків**

*Національний університет «Львівська політехніка»,  
Інститут гуманітарних та соціальних наук, кафедра філософії,  
вул. С. Бандери, 12, 79000, м. Львів, Україна*

Розглянуто особливості представлення людини у новому інформатизованому соціумі, зміни її світоглядних та ціннісних орієнтацій через призму турботи про себе. Підкреслено, що сучасну людину оточує велика кількість способів турботи про себе, однак в горизонті сучасності виробляється технологічна інтерпретація принципу турботи. Цей вид турботи породжує так звану «тренінгову культуру», особливістю якої є швидкість, короткотривалість та уніфікованість. Швидкість, фрагментарність порушують внутрішню рівновагу, змінюючи спосіб переживання життя. Людина шукає готові схеми, покладається на коментарі та більше рефлектує над тим, як вона буде оцінена, а не якою є насправді. Кардинально змінюється сприйняття і виявлення людської тілесності. Тіло постає як своєрідний костюм, як елемент гри. Пошуки власної ідентичності також нагадують гру – надягання та знімання масок. Вдосконалення умов життя та різноманітні інновації, підприємливість сучасників, спрямована на те, аби робити життя легшим, комфортнішим – все це нівелює особу, приводить до втрати справжнього автентичного існування. Сучасній людині притаманний спосіб буття, в якому їй важко віднайти, почути, зрозуміти себе. Європейська культура має багато прикладів такого самовідкриття – сократичне діалогічне мислення, середньовічні духовні практики тощо. Такий стан потребує турботи, котра має починатися з розпізнавання себе. Відмічено важливість трактування «турботи про себе» М. Фуко, котре в горизонті сучасності підкреслює необхідність повернути людині право на практику самотрансформації. Гасло «Пізнай самого себе» має постати не лише заклик до пізнання, а радше до постійної практичної роботи з перетворення себе, щоб бути готовим до зустрічі з істиною. Самопізнання є лише вихідним імпульсом турботи про себе, кінцевою метою якої є зміна способу існування суб'єкта. Акцентовано на важливості вміння концентрувати увагу на власному духовному розвитку, що сприятиме подоланню хибної ідентичності, формуватиме вміння будувати стосунки та взаємодіяти з іншими людьми.

*Ключові слова:* турбота, самопізнання, самовдосконалення, самотрансформація, ідентичність.

В останні десятиліття в житті людства відбулись глобальні зміни, котрі торкнулись всіх сфер суспільного життя – світоглядної, соціальної, соціокультурної, політичної, економічної тощо. Науково-технічний прогрес змінив спосіб життя, спосіб сприйняття реальності та породив ряд викликів для сучасної людини. В динаміці сьогодення людина хоче більше встигнути, побачити, зробити, а для цього колишні темпи життя в жодному випадку не відповідають її сучасним вимогам, потребам і запитам, котрі випереджають навіть стандарти сьогодення. Як наслідок – людина шукає нові способи, техніки, практики самореалізації, самопрезентації власного життя. Популярності набувають різні підходи «турботи про себе». Хоча тема турботи має глибоке філософське коріння в античній культурі, християнській аскезі, в новоевропейських практиках, особливої актуальності вона набуває для сучасної людини, котра сповнена відчуттями втрати межі власного розуміння, своєї свободи та відповідальності, самовідчуттями своєї нецінності та незначущості, втрати здатності віднайти надійну опору в житті.

Важливим завданням та метою статті є дослідження особливостей представлення людини у новому інформатизованому соціумі, аналіз змін її світоглядних та ціннісних орієнтацій через призму турботи про себе.

Оцінка ситуації людини в контексті змін сучасного суспільства викликає інтерес та дослідження як з боку філософії, так і інших наук. Серед класиків, які зробили вагомий внесок в окреслену проблематику, можна виділити М. Кастельса, Б. Белла, О. Тофлера, З. Баумана, Е. Гідденса та інших. Тема турботи про себе представлена працями Ф. Ніцше, М. Шелера, М. Хайдеггера, М. Фуко тощо. Попри потужну дослідницьку базу, зазначена проблема породжує безліч суперечливих очікувань – від втрати екзистенційної основи життя до «захмарних» очікувань від науково-технічного прогресу, що надає вказаній темі неозначності, суперечливості та відкриває простір до нових, більш ґрунтовних досліджень.

Сьогодні людину оточує велика кількість способів турботи про себе у вимірі самовдосконалення, самопізнання і докорінної зміни. Інтернет рясніє запрошеннями на курси, веб-семінари, тренінги особистісного росту. В горизонті сучасності виробляється технологічна інтерпретація принципу турботи про себе. Вона породила так звану «тренінгову культуру»: психологічні, економічні, управлінські, корпоративні і некорпоративні тренінги, інституції приватних консультантів, центри підтримки, а також фітнес-центри чи салони краси, у яких можна тренувати, змінювати і удосконалювати тіло. Особливістю такого виду самовдосконалення є короткотривалість і уніфікованість. Курс, що складається із декількох занять, або одноденний тренінг, націлений на інтенсивне засвоєння якогось навичку: фізичного, психологічного, ментального. Основна мета – навчити давати раду з поганим настроєм, упадком сил, здобути оптимістичний погляд на світ, сформувати «позитивне мислення», привити бажання ставити цілі, концентруватися на них і не боятися їх досягти, відрізнити важливе від другорядного у житті і відкидати зайве. За короткий час людина отримує низку порад і відповідей на питання, що її хвилюють. Вправи та ігрові ситуації під час тренінгу дають можливість пережити новий досвід, дають імпульс до змін, до того, щоб спробувати реагувати, думати і чинити позитивно. Однак все це має короткотривалий ефект. Поринаючи у повсякдення, людина знову відчуває упадок сил, тугу, песимізм і депресивний настрій. «Розумова депресія – відчуття власного безсилля, нездатності діяти раціонально, адекватно відповідаючи на життєві виклики, – стає характерною недугою періоду пізньої модерності або постмодерності, що ми переживаємо» [1, с. 55].

Швидкий темп постає важливою характеристикою сучасного інформаційного суспільства та вимагає «блискавичної реакції», здатності змінюватись, адаптуватись, переорієнтовуватись. Швидкість змін порушує нашу внутрішню рівновагу, змінюючи спосіб переживання життя. Зовнішнє прискорення перетворюється на внутрішнє прискорення. Сучасна людина вимагає швидкісного Інтернету, швидкісного транспорту, швидкої їжі, миттєвих знань, негайної відповіді по мобільному телефону. Актуально звучить вислів «Швидкість – це наркотик» [2, с. 192]. Виникає відчуття стрімкого ковзання по «миттєвостях буття». Люди більше перейняті наступним моментом, аніж теперішнім. Підвищена швидкість темпів життя впливає на спосіб мислення людини. Стрімкий потік інформації у сучасному світі настільки багатоманітний та суперечливий, що самостійно розібратися в ньому не в змозі не лише одна людина, але навіть група фахівців. Це дає можливість маніпулювати аудиторією шляхом дроблення інформації на окремі фрагменти, створення позірної різнобічності та оперативності подачі інформації, акцентуючи увагу людей на одних сторонах події та замовчуючи інші. Фрагментарність подачі інформації кінцем дезорієнтує людину, робить її нездатною осмислити проблему в цілому, дає почуття безпорадності і змушує покладатися на оцінки коментаторів. Відбувається спрощен-

ня та стереотипізація. Масово впливають на свідомість глянцевої журналістики і телепередачі з порадами на всі випадки життя, реклама різних дрібниць і непотрібних речей, життя без яких нібито неможливе. Людина відчувається заглушеною, втиснутою в готові схеми, змушеною до рефлексування над тим, як вона буде оцінена. «Отримати схвалення, турбуватися про оцінку <...> Містика схвалення замінила собою повсюди містику відчуття» [4].

Занурена у швидкоплинні інформаційні потоки сучасна людина ніби розпадається на велику кількість частин, котрі іноді вступають у конфлікт між собою. Людське «Я» виявляє себе в численних соціальних ролях, в порухах душі, фантазіях. Симптоматичним видається те, що в процесах життєдіяльності відповідальність покладається вже не на цілісну особистість, а на стихії, процеси і системи – відповідальними постають спадковість, оточення, частини тіла, наприклад, «підвела нервова система» або «підвела спадковість». Сучасна людина фіксує деталі свого образу, але не саму себе. Кардинально змінюється сприйняття і виявлення людської тілесності під дією нових технологій маніпуляції з тілом – косметичні і пластичні операції, татуаж, пірсинг, бодібілдинг, зміна статі, трансплантація органів, спроби наблизитись до тілесного безсмертя (креоніка і трансгуманізм). Тіло постає вже не як храм душі, а як своєрідний костюм, як елемент гри, який можна вибирати чи змінити за бажанням. «...Медицина і спорт, які сьогодні надають тілу медійний вимір, розповсюджують його образи та знаки в засобах масової інформації, також мають справу не з даністю тіла, а швидше з його хворобами-вадами або з його прагненням перевершити норму, встановити рекорд, з найбільш знаковими, «цифровими» аспектами тілесності. Медицина виходить з девіталізації тіла, спорт до неї приходиться в результаті планового дресирування тіла, муштри м'язів, спрямованості виняково на механічний результат: метри, кілограми, секунди...» [4].

Складається враження, що в людини немає нічого, що не можна б було сьогодні змінити – душа моделюється за допомогою віртуальних, психологічних практик, тіло моделюється пластичними і біогенетичними маніпуляціями. Як зазначає Д. Белл, «сучасна культура визначається екстраординарною свободою вишукування у світовій скарбниці і поглинанням будь-якого стилю, на який наштовхується. Така свобода походить з того факту, що осьовим принципом сучасної культури є вираження і перетворення «Я» заради досягнення самореалізації та самоздійснення. Це вихід за рамки всього досвіду, немає нічого забороненого, усе повинно досліджуватися» [5, с. 260]. Пошуки власної ідентичності перетворюються на свого роду гру – надягання та знімання масок. «Ідентичності стають товаром і повинні відповідати різноманітним вимогам: новому політичному руху, новому супер-герою чергового шоу, закликам різних субкультур, новим ідеям і захопленням. Ідентифікації відбуваються згідно зі споживчими перевагами, а не на основі духовних цінностей» [6, с. 149].

У шаленій цивілізаційній динаміці людина не наважується поставити питання – а хто я? Що мені потрібно? Сучасній людині притаманний спосіб буття, в якому вона себе не віднаходить, не чує і не розуміє. Вона потребує турботи, але щоб піклуватися про себе, треба себе розпізнати та окреслити, і тоді я буду знати, що мені потрібно, наприклад, сувора дієта, чи вишукана їжа. Розпізнавання себе є первинним актом, що визначає метод піклування про себе, диференціює головне і другорядне у житті людини. Європейська культура має багато прикладів такого самовідкриття. Це трагічний Едип, що знайшов самого себе. Це і сократичне діалогічне мислення, в якому людина, говорячи з Іншим як з самим собою і з самим собою як з Іншим, відкриває душу як осердя себе. Це і практиковане Августином глибинне психологічне самопізнання людини, котре знаходиться у всій духовній оголеності перед Богом, щоб знати себе так, як Господь її знає, шукає свій образ в божественному

горизонті. Блез Паскаль, який, шукаючи відповідь на питання, що значить бути людиною в ньютонівському світі, пережив і усвідомив жах хиткого становища людини «на межі».

Мартін Гайдеггер зазначає, що технічна цивілізація схильна тлумачити людину за зразком речі. Насправді ж вода у склянці чи сірник у коробці, чи одяг у шафі перебувають інакше, ніж людина в світі. Мислитель розглядає людське існування як «турботу» в єдності трьох її модусів, котрі співвідносяться з трьома вимірами часу. Справжнє існування людини пов'язане насамперед з майбутнім, оскільки надмірно представлений модус теперішньому часу робить людину безликою. Прорив до «власного буття» відбувається внаслідок відчуття жаху, котре пов'язане з усвідомленням того, що світ має характер повної незначущості, що за усім цим нічого не приховується. Саме цей страх, як говорить М. Гайдеггер, змушує людину зосередитися на своєму власному бутті і зробити неважливою оточуючу «речовість», протиставити себе ситуації, коли відбувається перетворення її на річ, предметність. «Жах як буттєва можливість присутності <...> дає феноменальну основу для експліцитного схоплення вихідної буттєвої присутності. Буття останньої привідкривається як турбота» [7, с. 95]. Вирвавшись із недійсного існування, людське буття набуває свою справжність і тим самим «екзистує» у модусі майбутнього. Здобувши своє справжнє існування як свободне, екзистенція стає здатною зрозуміти свої можливості і здійснити вибір. Отже, усвідомлення власної ситуації виливається у стурбованість. Лише людина екзистує, тобто відноситься до позалюдського суцього і до себе самої у формі буттєвого розуміння. Людина має проявлятися через своє власне буття, вона може вибирати себе із своїх можливостей. Людське буття постає як таке, що турбується. Ми відповідаємо за все, що відбувається при нас, відповідаємо перед Богом, перед майбутнім, перед традицією, перед природою, перед власним Я. Нам потрібно бути чесними з собою та іншими, нам потрібно проявляти турботу у ставленні до світу, до ближніх, до самих себе. Інакше кажучи, треба проявляти турботу про внутрішньосвітове суще.

Тільки так, виходячи із себе самого, за власні межі та речі світу у турботі можна по-справжньому виявити всю повноту своєї самості. В турботі сенс буття сповіщає про себе, проте залишається прихованим, поки людина не наважується проникнути до власного автентичного буття, а це можливо лише через усвідомлення власної смертності. П. Адо, звертаючись до духовних практик античності, говорить про практики підготовки до смерті: «це практики по омертвінню своїх пристрастей для осягнення речей в перспективі універсальності і об'єктивності. Такі вправи передбачають концентрацію думки на самому собі, зусилля по медитації, внутрішній діалог» [8, с.42–43].

Проте сучасна техногенна цивілізація сприяє втечі людини від важких викликів життя, прагне усунути усвідомлення смерті чи максимально його розмити. Віртуальна реальність різними методами пробує реалізувати це через створення кіберклонів, через можливість повторів епізодів комп'ютерних ігор, у яких людина може мати декілька життів. Вдосконалення умов життя найрізноманітнішими інноваціями, підприємливість сучасників, спрямована на те, аби робити життя легшим, комфортнішим, – все це нівелює особу, приводить до втрати справжнього автентичного існування. Людина може бути активною, радісною, на позір успішною, однак передоручивши турботу про себе світам медицини, педагогіки, державних структур (у вигляді абстрактної турботи про людину і світ), вона ризикує втратити можливість відчутти власне буття, зв'язок з іншими людьми, зі світом природи, з Землею.

Щодо цього Мішель Фуко наголошує на необхідності негайного повернення сучасної людини до «мистецтва існування», що має виявлятися у конкретних вчинках. Для французького філософа давньогрецьке гасло «Пізнай самого себе» не є просто заклик до

пізнання, а радше до постійної практичної роботи з перетворення себе, щоб бути готовим до зустрічі з істиною, зокрема істиною про себе. Самопізнання є лише вихідним імпульсом турботи про себе, кінцевою метою якої є зміна способу існування суб'єкта. Людина має зробити зі свого життя витвір і для цього процесу Фуко підбирає різні назви – «техніки себе», «технології себе», «мистецтво існування», «стилістика існування», «суб'єктивація». Філософія – це певний спосіб практики себе, критична робота думки над собою, що міняє самого мислителя. «Турбота про себе передбачає переключення погляду, перенесення його зі зовнішнього, оточуючого світу, інших на самого себе. Турбота про себе передбачає свого роду спостереження за тим, що ти думаєш і що відбувається всередині твоїх думок; <...> це діяльність, котра <...> змінює, очищує, перетворює (transforme) і вдосконалює (transfigure) себе» [9].

У горизонті сучасності необхідно повернути людині право на практику самотрансформації, що уможливує досягнення істини. Завдання людини неухайно «відривати себе від самої себе», щоб переступити свої границі і стати іншою. Духовністю, за Фуко, можна назвати ансамбль практик досвіду себе, завдяки якому суб'єкт здійснює в самому собі перетворення, що необхідні для зустрічі з істиною. «Сукупність цих пошуків, практичних навиків і досвіду, якими повинні бути очищення, аскеза, відречення, звернення погляду всередину самого себе, зміна буття, представлені не для свідомості, а для самого суб'єкта, для його буття, – це та ціна, котру повинна заплатити (людина) за досягнення істини» [9]. Такий рух зміни постає тою ціною, яку людина має заплатити за те, щоб бути собою.

В сучасному світі до класичного набору обмежень можна віднести відмову від комфорту, пустої балаканини, гонитви за визнанням, а плекання зовнішньої простоти та інформаційної гігієни, гігієни почуттів та думок. Ввікнути свого роду «духовну навігацію» – спостереження за собою, продумування свого життя, його сенсу і призначення, прагнення реалізувати визначений сценарій життя, <...> осмислення досвіду власного життя...» [5]. «Навчитися жити» – означає проявляти постійну «турботу про себе», самостійно шукати себе, концентрувати увагу на власному духовному розвитку, що сприятиме подоланню хибної ідентичності, вмінню будувати стосунки та взаємодіяти з іншими людьми.

#### Список використаної літератури

1. Бауман З. Индивидуализированное общество / Пер. с англ. под ред. В.Л. Иноземцева ; Центр исслед. постиндустр. о-ва, журн. «Свободная мысль». Москва : Логос, 2002. 390 с.
2. Еріксон Т. Тиранія моменту: швидкий і повільний час в інформаційну добу / пер. з англ. Львів : Кальварія, 2004. 196 с.
3. Бодрийяр, Жан. Общество потребления. Его мифы и структуры. Перевод на русский язык: Е.А. Самарская. Москва, 2006. URL: <https://gtmarket.ru/laboratory/basis/3464>.
4. Эпштейн М. Тело на перекрестке времен. К философии осознания // Вопросы философии, 2005. № 8. С. 66–81/. URL: <http://vneshnii-oblik.ru/filosofiya/telo-pegrekrest.html>.
5. Белл Д. Культурні суперечності капіталізму / Сучасна зарубіжна соціальна філософія. Хрестоматія : навч. посіб. / упоряд. : Віталій Лях. Київ : Либідь, 1996. С. 194–274.
6. Мазур Л.І. Самоідентичність особистості як філософсько-антропологічна проблема : монографія. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2012. 432 с.
7. Хайдеггер М. Бытие и время ; Пер. с нем. В.В. Библихина. Харьков : «Фолио», 2003. 503 с.
8. Адо Пьер. Духовные упражнения и античная философия / Пер. с франц. при участии В.Л. Воробьева. Москва – Санкт-Петербург : Изд-во «Степной ветер», 2005. 448 с.

9. Фуко М. Герменевтика субъекта /Курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франсе 1981–1982 учебном году/ Пер. сфр. А.Г. Погоняйло. Санкт-Петербург : Наука, 2007. 677 с. URL: <http://filosof.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000553/>.
10. Розин В. Как можно помыслить тело человека, или на пороге антропологической революции. *Философские науки*. 2006. № 5. С. 33–54// Режим доступа: [http://synergia-isa.ru/wp-content/uploads/2012/01/s66\\_telo.pdf](http://synergia-isa.ru/wp-content/uploads/2012/01/s66_telo.pdf)

## CARE OF THE SELF IN THE MODERN SOCIETY

**Olesia Pankiv**

*Lviv Polytechnic National University,  
Institute of Humanities and Social Sciences, Department of Philosophy  
Bandera str., 12, 79000, Lviv, Ukraine*

The article analyses the peculiarities of person's representation in the new informative society as well as the changes in the outlook and value orientations in view of taking care of the self. It is emphasized that although a large number of ways is available to modern person, a new technological principle of taking care is developing. This kind of care generates the so-called "training culture" which is characterized by speed, short duration and uniformity. Speed and fragmentation disrupt internal balance by changing the way we experience life. People look for ready-made schemes, rely on comments and are more concerned about how they will be evaluated than what they really are. The perception and manifestation of human body is changing dramatically. The body appears as a kind of suit, an element of a game. The search for one's identity is similar to the game of wearing and removing masks. The improvement of living conditions, various innovations and entrepreneurship skills are aimed at making life easier and more comfortable, leading to the loss of true authentic existence though. The way of being makes it difficult for a modern person to find, hear and understand him/herself. This state of affairs calls for concern and the starting point is identifying oneself. European culture has many examples of this kind of self-discovery – Socratic dialogical thinking, medieval spiritual practices and more. The study indicates the importance of Foucault's ideas of "care", in particular the need of self-transformation practice. The motto "Know yourself" should come not only as a call for cognition, but rather as a constant practice of transforming oneself in order to be ready to face the truth. Self-knowledge is only the initial impulse to take care of oneself, the ultimate purpose of which is to change the way a subject lives. It emphasizes the importance of being able to focus on one's spiritual development in order to overcome false identity and will develop the ability to build relationships and interact with others.

*Key words:* care, self-knowledge, self-improvement, self-transformation, identity.