

**Джерело для посилання:**

**Бондаревич І.** Орієнтири людського духу в спадщині староіндійської філософії. Психологічна допомога особам та групам, що опинились в складних життєвих обставинах [збірник тез Всеукраїнського круглого столу]. Відп. ред. Коваль В.О. Дніпро: Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ. 2022. С. 6-7. Режим доступу: <https://er.dduvs.in.ua/handle/123456789/9292>

**Бондаревич Ірина Миколаївна**  
кандидат філософських наук, доцент, доцент  
кафедри філософії Національного  
університету «Запорізька політехніка»

## **ОРІЄНТИРИ ЛЮДСЬКОГО ДУХУ В СПАДЩИНІ СТАРОІНДІЙСЬКОЇ ФІЛОСОФІЇ**

Шляхи подолання життєвих труднощів, за великим рахунком, співпадають із тими шляхами, що ведуть людину до перевершення себе і своїх сьогоднішніх можливостей. Про те, що з давніх-давен ситуації подолання мотивували людей замислюватись про свій саморозвиток, свідчить історія Староіндійської філософії. Взагалі ситуація подолання, а також перспективи її розгортання, по суті (і без перебільшень), є центральною проблемою філософії Стародавньої Індії. Дві пари фундаментальних понять, з тих, на яких тримається світогляд того часу – «Сансара» й «Карма», «Атман» і «Брахман» [1] – утворюють фундамент, на якому розгортається ситуація подолання життєвих подій. Призначенням людини в цих координатах є «здолання Океану Сансари», «злиття Атмана і Брахмана в стані Мокша».

Власне сучасні науковці [1], осягаючи масив даних стосовно ідей саморозвитку, акумульованих в різноманітних філософських школах Стародавньої Індії – даршанах, прийшли до висновку, що кожна з них опрацьовує той чи інший шлях духовного розвитку людини. Дивовижно, що кожна, з величезної кількості філософських шкіл, що існували в Стародавній Індії на рубежі нашої ери, починала виводити шляхи саморозвитку власне з самої людини, з її ества. Сьогодні у нас є можливість оцінити їх прагнення в сукупності.

Очевидно, що такими «відправними точками» розширення можливостей людини в згадувані нами часи були її потреби діяти, знати себе і світ, любити. Саме в напрямку реалізації цих потреб/здатностей пропонувався саморозвиток людини. У сутності, саморозвиток і є наближенням до найгармонічнішої їх реалізації.

Маркуємо ці шляхи саморозвитку в контексті нашої теми. Саморозвиток своєї діяльної природи людина проходить, упорядковуючи (аналізуючи) будь-які прояви своєї поведінки, як то імпульсивна дія, пристосування, рутинні, буденні справи тощо. Якщо для поведінки людини характерною стає діяльність спілкування із сакральним (Єдине, Ціле, Основа, Бог), то це з необхідністю посилює людину. Спілкування із сакральним відбувається в процесі ритуалу (повторюваних дій). Причому поборники першого шляху духовного розвитку (ритуал-карма) попереджають про небезпеку механічного здійснення ритуалу, що здатне звести всі зусилля нанівець. Для сучасної людини ряд сакрального може позначатись такими словами як Природа, Земля, Всесвіт, Бог. А формою ритуалу-спілкування можуть бути прогулянка, актуалізація відчуття єдності із Планетою, розширення своїх горизонтів сприйняття до космічних, релігійність відповідно.

Ідейно близьким до першого є другий шлях – карма-марга, що наполягає на обов'язковій наявності безкорисливої діяльності в житті людини [2]. Фактично, йдеться про подолання егоїстичної природи людини, що зрештою дозволяє змінювати погляд на обставини свого життя, знаходити його цінність, вчувати його процесуальність.

Третій шлях саморозвитку, що проглядається в спадщині Староіндійської філософії – це шлях бхакті – любові, чистоти, емоційної відкритості. В сутності

духовних практик цього шляху – скеровування своєї емоційної поведінки на тлі прийняття тотального різноманіття нашого прекрасного світу. На цьому шляху постає питання: як зберегти позитивне ставлення до світу в складних життєвих обставинах? Відповідь стає можливою, якщо утримувати найширший фокус сприйняття, не ототожнювати порядок речей з конкретною подією.

Четвертий шлях прослідковується в практиках великої кількості даршан – джняна-марга (шлях знання). Він практикується спогляданням, метою якого є формування образу буття, проникливого «зору» в природу речей шляхом очищення від психічних нашарувань. Для сучасних людей це малознайомий і незвичний спосіб порозуміння із світом і собою.

До п'ятого шляху належать усі йогічні практики. Звернімо увагу, що сучасне значення цього слова звужене до меж хатха-йоги. Прадавній сенс йогічних практик – це впровадження певного стилю життя – у харчуванні, фізичних навантаженнях, дихальних вправах, у буддійській поведінці та цінностях. Результатом є очищення свідомості від психічних афектів, зміни у внутрішніх органах, поліпшення сну, фізичного і психічного здоров'я в цілому, а також розширення обріїв сприйняття.

Підсумовуючи, зазначимо: оскільки всі ці шляхи починаються з самого ества людини, базуються на її атрибутивних здібностях, то будуть залишатись актуальними завжди. Звичайно, в сучасних умовах способи і методи реалізації саморозвитку можуть бути необмежено варіативними. Але важливо розуміти, що базис сучасних методик подолання життєвих труднощів незмінно пов'язаний із «збиранням» цілісності людини через її діяльність пізнання і любові. Наприклад, евритмічна практика поєднуючи рухи, звуки мовлення, дозволяє пережити тілесний досвід мовлення, який змінює горизонти пізнання і приголомшує відчуттям власної присутності. Тому терапевтичні інструменти, на кшталт групового онлайн курсу АБСР, що містять евритмічні практики, безумовно, будуть мати позитивний вплив. Саме наявність базової сутності саморозвитку в певних методиках, програмах, курсах дозволяє їм бути ефективними.

#### **Бібліографічні посилання:**

1. Філософський енциклопедичний словник. Київ : Абрис, 2002. 744 с.
2. Бондаревич І.М. Філософія: навчальний посібник. Київ: Алерта, 2013. 240 с.