

## Аскеза в спорті та фізичному вихованні як теософська проблема самозбереження людини

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Теоретична й практична актуальність проблеми обумовлена низкою причин:

– *по-перше*, кризовими явищами в ставленні різних категорій населення та, зокрема, учнівської й студентської молодості до занять фізичною культурою, що несе різні загрози їхньому здоров'ю та, відповідно, їхній професійній і соціальній активності. Рухова активність, яку досліджують науковці в галузі фізичного виховання й спорту, у сучасних умовах перестає бути вузькогалузевим предметом, а вимагає все більш широкого філософсько-гуманітарного, культурно-цивілізаційного, гуманістичного осмислення;

– *по-друге*, людська діяльність носить цілепокладальний характер, а тому зниження чи підвищення інтересу різних категорій населення до заняття фізичними вправами певною мірою залежить від їхніх світоглядних позицій, установок і життєвих потреб у тих чи інших конкретно-історичних умовах. Ціннісні орієнтації людей на фізичну культуру – це вже філософсько-аксіологічна проблема, яка своїми коренями входить у загальну культурно-світоглядну парадигму. Будь-які епохальні соціальні кризи зумовлюються ситуацією “глухого кута”, у який періодично потрапляє людство внаслідок своєї практично-пізнавальної, революційно-перетворювальної діяльності, й вони, передусім, починаються з кризи свідомості;

– *по-третьє*, фізкультурно-спортивна наука як міждисциплінарна галузь знань, з одного боку, достатньо молода, а з іншого – бурхливо розвивається та накопичила значний емпіричний і теоретичний матеріал, який потребує філософської рефлексії, щоб органічно увійти в загальний культурологічний процес та сформувати власний фізкультурно-спортивний світогляд. Але навіть термінологічно він ще не визначений і не взятий в арсенал фізкультурно-спортивного науковчення;

– *по-четверте*, світогляд є продуктом духовно-практичного ставлення людини до світу й розкриває механізм акумуляції суспільних цінностей в індивідуальні, бо загальна культура складається із системи цінностей. Мінливі *ціннісні орієнтації*, котрі формують знання, інформація, у цілому наука, філософія, мораль, політика, право та ін. можуть переходити в практичну дію або не реалізовуватись у ній до тих пір, поки вони не стануть *ціннісними переконаннями*, як мотиву життєдіяльності, усвідомлення корисності та необхідності, у цьому випадку, займатися власним фізичним вихованням. Поєднання знань і переконань відбувається завдяки вірі, тобто довірі до знань. А це вже сфера філософсько-релігійних міркувань, а тому фізкультурно-спортивний світогляд має включати в себе теософський елемент;

– *по-п'яте*, сучасна церква намагається використати популярність спорту для зміцнення власного авторитету серед молоді, змінює трактування змісту християнської аскези як необхідності ведення здорового способу життя, як засобу самозбереження людини. Ректор Українського католицького університету о. д-р Борис Гудзяк закликає: “Церковні і спортивні організації повинні порозумітися, щоб діяти спільно. Їх співпраця може мати цілющий соціальний ефект і позитивні наслідки у розбудові громадянського суспільства” [11]. А тому фізкультурно-спортивні організації для залучення населення до фізичної культури мають більш широко використовувати церкву та релігійні громади для пропаганди фізкультурно-спортивних цінностей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми** показує зростаючий інтерес суспільної думки у відносинах філософії й релігії до спорту та фізичного виховання, стосунки між якими протягом віків залишалися неоднозначними. Протоірей Валеріан Кречетов у статті “Чи необхідно православним займатися фізкультурою і спортом?” пише, що для світських людей таке питання має риторичний характер, але, “что греха таить, для многих воцерковленных людей физкультура и спорт являются «недуховным» занятием” [4]. Однак підкреслює необхідність православним “разумно заниматься физкультурой и спортом во славу Божию”, оскільки “наше здоровье – в наших руках, Бог доверяет нам как своим соратникам. Но, к сожалению, часто мы из-за лени, чревоугодия или нежелания жить по неизменным Божественным законам, управляющим миром, не бережем Его дар нам – здоровье” [4].

Сучасний теолог Пилип Пономарьов в інформаційно-аналітичному порталі Саратовської єпархії РПЦ, розмірковуючи на тему: “Християнство і спорт”, пише, що існує думка нібито отці древньої церкви забороняли спорт “как дело небогоугодное” і пояснює історичні причини, що змусили імператора Феодосія на 1500 років закинути Олімпійські ігри в їх римському варіанті. Але при цьому наголошує: “В духовном смысле истинными атлетами были мученики, подвизавшиеся в нелегком подвиге стояния за веру, ведущие брань духовную за вечную награду на небесах”. При цьому посилається на святого Климента Римського, у творах якого про мучеників Петра і Павла іменник “*подвижник*” буквально з грецького означає “спортсмен”, “атлет”, “борець” [8].

Тривалий час пануюча атеїстична філософія по-всякому, але здебільшого негативістськи ставилася до ролі релігії у фізичному вихованні та спортивній підготовці, а тому наполягала на відсутності культового походження спорту й інтерпретувала “аскезу” як прояв християнського мракобісся, що позбавляло людей радості життя, як приниження людської гідності, як самопожертву неіснуючим потустороннім силам. Спорт і фізична культура протиставлялися релігії, яка вважалася, за Вольтером, “опіумом для народу”. Філософ М. Я. Сараф “допускає також розуміння спорту в сучасному суспільстві (достатньо покинувшому поклоніння християнським символам), як аналогу, або ж замітника релігії” [9]. Інший дослідник пише: “Спорт створив новий культ із своїми кумирами і служителями; він створив нові ритуали і обряди, нові масові дійства. Тут, на острові особливого життя, свої храми, гімни, символи, пости, одяг, відмова від багатьох світських “радостей”. Моляться тут на спортивний результат – на Успіх” [2].

Російський учений Б. А. Лисицин, який постійно досліджує тему відносин спорту й релігійних організацій, зазначає: “Ещё в недавнем прошлом мысль объединить эти два понятия показалась бы абсурдной. В течении многих веков христианская церковь восставала против тела – источника греховности” [5]. Але при цьому, на вимогу радянської ідеології, суперечить сам собі: спочатку заявляє, що “теза про культове походження спорту є безпідставною” і тут же констатує: “численні дослідження свідчать, що змагання мали місце в житті людей, які населяли нашу планету в кам’яному віці” [5, 10].

В Україні, як зазначалося, започатковується розмова про співпрацю церкви й спорту в доробках духовенства, філософів, громадських діячів. Я. Сапеляк наполягає: “Спорт повинен бути для суспільства не лише оздоровчим і виховним фактором; він має акумулювати в собі морально-етичні та світоглядні цінності, мусить сприяти реалізації отриманих від Бога можливостей – духовних, інтелектуальних і тілесних” [11]. Для цього дещо унітарний та однобокий європейсько-американський спорт, котрий пронизаний комерцією й гіпертрофованим фізичним вихованням, на його думку, слід “очистити від усіляких зловживань та обґрунтувати солідною теоретично-філософською базою” [11].

В українських наукових колах помітним у цьому плані є дискурс (міркування) професора біології Б. М. Мицкана про дієтику душі й тіла, де з погляду християнської філософії розглядається проблема ведення здорового способу життя [6].

**Зв’язок із науковими програмами, планами, темами.** Роботу виконано в межах планової теми НДР № 1.2.7.5п. кафедри соціально-гуманітарних дисциплін НУФВСУ: “Сучасна соціально-філософська парадигма фізичного виховання і спорту” (державний реєстраційний номер – 0108U000908). Вибраний напрям дослідження включено в комплексну науково-дослідницьку програму НУФВСУ “Особливості гуманітарного дискурсу в спорті і фізичному вихованні”.

**Завдання** дослідження – стисло показати світоглядний діапазон використання християнської аскези в сучасному фізкультурно-спортивному просторі та необхідності їхніх громад об’єднувати з церквою свої зусилля в залученні до занять фізичною культурою й ведення здорового способу життя різних категорій населення як ціннісних переконань у їх власному самозбереженні.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Не вдаючись до історичних подробиць різноманітного змісту аскези, який застосовувався філософами, істориками й теологічними мислителями в різні епохи, передусім, підкреслимо два моменти: 1) термін “*аскео*” походить від грецького дієслів’я та позначає майстерні й сумлінні вправи, які розвивають тілесні й душевні сили, а також більш широко ним позначалося будь-яке прикрашання або вдале та милооке облаштування житла, а в цілому – “майстерне і старанне оброблення грубого матеріалу”, тобто в сучасній системі наукової комунікації – це синонім до термін “*культивування*”, культура, у тому числі й фізична культура; 2) з останнім поняттям пов’язане тлумачення аскези як способу життя, позначеного крайньою стриманістю відповідно до *аскетизму* – релігійно-етичним ученням, що проповідує відмову від життєвих благ і робить фізичні вправи (гр. *asketes* – той, що робить вправи, борець) заради досягнення моральної досконалості [7].

У такому епістемологічному смислі філософсько-релігійне поняття аскези трактується в діапазоні від самокатування й навіть доведення до самознищення, смерті (деякі древньоіндійські та старобриданські звичаї, окремі мусульманські громади) до помірного фізичного навантаження (католицизм, протестантизм). До речі, католицизм та його ієрархи вже активно залучають на свої терени спорт, розвиваючи так званий “церковний спорт”. Сучасне православне християнське богослів'я також, хоч і дещо повільно, намагається обґрунтувати “правильну аскезу”, трактуючи як знаходження “Божої благодаті” в людській душі, удосконалення її, позбавлення від “тварності” як перемоги над своєю егоїстичною індивідуальною волею, як небажання лише “мати”, а здобути свободу волі від тиску матеріального світу, як послух, як вгамування претензійного невігластва, як самообмеження [1]. “Правильна” християнська аскеза передбачає не лише тілесну рухову активність, а й душевні вправи, як зосередженість, усамітненість, стриманість, концентрацію уваги на самому собі, на своїй вожделінні, приборкання потягів несамовитої плоти тощо, що безпосередньо та неоднозначно стосується спортивної діяльності, тобто “спортивної душі” й “спортивного тіла”.

Тут потрібно чітко підкреслити дві протилежні історичні традиції західноєвропейського та вітчизняного трактування тіла й душі як висхідних світоглядних категорій для фізкультурно-спортивної науки. Якщо в західній філософській традиції по-різному акцентувалась їх перевага в походженні тіла над душею чи, навпаки (А. Бергсон, Ф. Ніцше, Е. Гуссерль), то у вітчизняній традиції (Г. Скворода, П. Юркевич, О. Гіляров, О. Новицький), чітко визначена єдина лінія – нероздільність тіла й душі, точніше кажучи, **душетілесність** людини [3].

Принагідно наголосимо, що у ведичній антропоморфній культурі як і в православному християнстві, тілесність розглядається як складник духовного, людиноподібного світу, де навколишня природа дихає, відчуває, має свій голос, розум і нібито підказує, як правильно та гармонійно з нею жити. Індійські аюрведа, йога, дзен-буддизм, китайський даосизм тощо, фізичні вправи уподібнюють природним конструкціям побудови всього живого у світі – рослин і тварин. Православна християнська релігійна аскеза також застерігає зухвалий розум і намагається завдяки системі фізичних вправ та способів спілкування з природою (водохрещення, “зелена неділя”, пости, народні гуляння) запобігти передчасній тілесній руйнації й позбавити душу від нечисті. Тобто аскеза в цьому випадку використовується як усвідомлений засіб тілесного “лікування” душі.

Але “аскеза”, що означає сукупність форм і методів самообмеження та самоконтролю, є не лише полем релігійних тлумачень. У багатьох філософських ученнях, зокрема в стоїцизмі, у кініків, у моралістичній догматиці евідемонізму й гедонізму, у звичаєвому праві, родинних традиціях тощо, аскезі приділялася значна увага як нормі поведінки людини, котра вберігає її від тваринних збочень.

М. І. Новиков, який перший у Росії увів у наукову педагогіку поняття “фізичне виховання”, аскетизм уважав необхідною умовою становлення людини від немовляти до юнацтва, оскільки через закалювання, режим, а в дорослішому віці в доповненні з ходінням, руховими іграми, бігом, боротьбою, народними танцями під музику відбувається гартування вольових і розумових її якостей [10]. Не випадково засновники російського й вітчизняного фізичного виховання петербуржець П. Ф. Лесгафт, полтавчанин О. Д. Бутовський наполягали на корисності занять фізичними вправами в спілкуванні з природою, яка в поєднанні з людським організмом приносить найвищу насолоду для тіла та задоволення для душі, формує почуття самовдоволеності. Тобто в педагогіці слід умовно розрізнити два елементи – фізичне навчання й фізичне виховання, хоча весь життєвий процес людини є процесом її становлення (виховання) як людини, а тому знання, інформованість ще не означають її *освіченість*, яка створюється життєвим досвідом. Як кажуть французи, “якби молодість знала, а старість могла”, то українці в такому сенсі розглядають молодість як умову забезпечення життєздатної старості. Масовий спорт і його різновид конденційний спорт – це біг від хворобливого неміцтва.

Із попереднього дискурсу слід позначити різницю у фізичному вихованні людини, дві історичні тенденції: **духовні практики**, за східним зразком, що поєднують комплекс інтелектуальних, моральних факторів та в цілому залучають почуття й розум до тілесного самозбереження людини й **психотехнології**, за західноєвропейсько-американським варіантом, котрі розраховані на короткочасну віддачу психоенергетизму (З. Фрейд) спортсмена в реалізації потаємних фізичних можливостей його організму.

Сучасна психологія спорту виглядає як психотехніка й переважно розрахована на досягнення високих результатів у змагальній діяльності, що може загрожувати спортсмену непередбачуваними наслідками такою же мірою, як і виснажливі за допомогою допінгів фізичні перенавантаження. Психолог спорту, який має доступ до скарбниці людської душі спортсмена, використовує його

довіру, не може бути заручником соціальних бізнес-структур, що намагаються використати спорт для власної наживи. Спортивна віра долає страх смерті, незважаючи на те, що в більшості спортивних змагань у сучасних умовах усе збільшується відсоток смертельних випадків, а спорт перетворюється на полігон психічних випробувань. Психотехнологи експлуатують спортивну душу, спрямовуючи її лише на тимчасовий і професійний успіх у їхньому житті, забуваючи, що спортсмен – це людина, а не монстр, якого можна використати завдяки психічним подразникам як дротиків управління його психічним енергетизмом. Психотехніка – це вже не древня духовна практика, коли тіло розглядалося як цілісна комбінація тілесних і душевних вправ, а раціоналістичне й почасти достатньо жорстке втручання у “свята святых” людського буття – душевні переживання, витоки людського ества, задумку Творця, адже в Біблії, на відміну від “дерева пізнання”, де людині дозволяється дійти до певного рівня, “дерево життя” захищено вогнем і мечем. Хоча, “знавці”, що іменують себе вченими, інколи гублять страх і втрачають міру дозволеного, хочуть перевершити самих себе та сліпнуть від променів власного роздутного марнославства. Отже бути вченим, ще не означає бути духовною, совісною особою.

Останнє зачіпає не лише теологію як боговчення, а виходить на більш широкі філософсько-екзистенційні узагальнення, що започатковуються з древніх прийомів медитації, самоспоглядання, інтровертування, які все ширше використовуються в сучасних фітнестехнологіях і в медико-психологічних аутентичних тренуваннях. У логіці сучасного осмислення аскези, особливо в застосуванні її до спорту й фізичного виховання, уже потрібно говорити не про теологію спорту, яка донині ще не склалася, так само, як і філософія спорту, у якусь цілісну концепцію, а про теософію спорту. Вона має акумулювати в послідовне світоглядне вчення попередні доктрини й теперішні намагання спортивних іміджмейкерів, інструкторів, учителів, тренерів оновити звичну систему фізичного навчання та зацікавити нетрадиційними методиками нових прихильників фізичної культури, а в цілому сприяла б розвитку фізкультурно-спортивного наукознавства.

Говорячи про ціннісні орієнтації людей на фізичну культуру й спорт, у спортософії на перший план виходять морально-етичні християнські категорії “віри”, “надії” та “любви”, які складають структуру більш широкої світоглядної філософсько-релігійної парадигми – “совісті”. У цьому випадку спорт оголює струни совісті, володіння якою є божою справою. І. Кант зазначав, що совість – це присутність Бога в душі. Бездушна людина – це безсовісна істота, яка уподібнюється тваринам або речам. Спортивна душа, що наповнена совісливістю, реалізується в доброзичливому ставленні до оточуючих, що свідчить про духовну культуру спортсмена. Наголосимо: знання про совість, якими може володіти людина, ще не означає, що вона є совісною істотою. А в нашому випадку йдеться про відповідальне ставлення людини до свого здоров'я й самозбереження його за допомогою систематичного заняття фізичними вправами. Вона не мусить перекладати на суспільство чи державу опікування про власний стан її організму, оскільки охорона здоров'я за допомогою медикаментозного лікування все більш важким тягарем лягає на всю громаду.

Названа парадигма не піддається науковому вирішенню, бо любов – це екзистенційна проблема. Людину не можна вгамувати, звертаючись лише до розуму, так як і любов до спорту носить не тільки гуртовий, колективістський, а індивідуальний, відчайдушний характер. Страждання, яких завдає спортивна діяльність, виправдане взаємною любов'ю спортсменів до своїх прихильників, і тут гостро постає сучасна проблема „Fair Play“ (чесної гри) не тільки для гравців, а й для їхніх фанатів.

Отже, релігійний компонент має складати важливий інструмент впливу на моральну структуру людини в “переведенні” *ціннісних орієнтацій* на фізичну культуру та спорт у *ціннісні переконання* підтримувати, як зазначають учені, синергетичну (самоорганізуючу) систему організму в досконалості й цілісності, тобто опікуватися власним самозбереженням. Наразі згадаємо відоме кредо соціальних психологів про те, що людина, котра не здатна розв'язувати свої проблеми, сама стає тягарем, проблемою для оточуючих.

**Висновки.** У сучасному філософсько-релігійному сенсі поняття “аскеза” трактується двояко: 1) як необхідна умова *самообмеження* в примарі тих благ, які пропонує цивілізаційний комфорт для матеріально забезпечених; 2) як засіб підтримання здорових функцій організму, завдяки заняттям фізичними вправами, які можуть виконуватись у повсякденних умовах різними категоріями населення як здоровий спосіб життя.

Містифікація спорту, що конкретизується в контексті цієї роботи з використанням релігійного компонента акцентує спорт як світоглядну проблему людства, за допомогою котрої *ціннісні орієнтації* на фізичне виховання й спорт поглиблюються, закріплюються в суспільній та індивідуальній свідомості як *ціннісні переконання*.

Аксіосфера людського буття не може обмежуватися лише проголошенням важливої значущості цінності фізичної культури, констатацією факту зниження або підвищення інтересу людей до неї, як це роблять соціологічні дослідження. Потрібні ще теософські міркування, які б науково-теоретичні погляди в цьому питанні “переводили” в повсякденну екзистенційну практику, доступну широкому загалу у вигляді спеціальної життєвої філософії вже як “*спортософії*” (за аналогією із валеософією).

**Перспективи подальших досліджень.** На базі одного з навчальних закладів фізкультурно-спортивного спрямування потрібно провести науково-громадське зібрання за участю духовенства у вигляді конференції, круглого столу чи іншої форми, де обговорити проблеми пропаганди здорового способу життя як складової частини національної ідеї збереження здоров'я українського населення.

#### Список використаної літератури

1. Аскетизм [Електронний документ]. – Режим доступу : <http://uk.wikipedia.org/wiki/Аскетизм>.
2. Горбунов Г. Д. Психология и спорт // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 12. – С. 16.
3. Ібрагімов М. “Філософія спорту” в концепті української світоглядної кордоцентричної традиції / М. Ібрагімов // Вісник Прикарпатського університету. – 2011. – № 4. – С. 63.
4. Кречетов В. Нужно ли православным заниматься физкультурой и спортом? / Кречетов В. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://hrampagotke.ru/prose/67/1656/>.
5. Лисицын Б. А. Спорт и религиозные организации / Лисицын Б. А. – М. : Культура и спорт, 1985. – С. 3.
6. Мицкан Б. Природа та здоров'я людини: дієтика душі й тіла / Б. Мицкан // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Т. 1. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – С. 85.
7. Новий словник іншомовних слів / за ред. д-ра філол. наук, проф. Л. І. Шевченко. – К. : Арії, 2008. – С. 67.
8. Пономарев Ф. Христианские авторы I–IV веков о спорте / Ф. Пономарев [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lib.eparhia-saratov.ru/books/15p/ponomarev/sport/3.html>.
9. Сараф М. Я. Спорт в системе культуры / Сараф М. Я. – Голицино : [б. и.], 1994. – С. 6.
10. Столбов В. В. История физической культуры / Столбов В. В. – М. : Просвещение, 1989. – С. 100.
11. Церква і спорт на шляху до співпраці. – Л. : Галицька вид. спілка. – 2003. – С. 6; 20.

#### Анотації

Стаття актуалізує проблему співпраці церкви, релігійних та фізкультурно-спортивних громад у залученні широкого загалу до занять фізичною культурою. На основі сучасного філософсько-релігійного розуміння аскези завданням роботи є висвітлення її світоглядного смислу, що дає змогу ціннісні орієнтації на спорт та фізичне виховання “перевести” за допомогою принципів християнської філософії віри, надії та любові в ціннісні переконання необхідності ведення здорового способу життя як одного з найважливіших засобів самозбереження людини. У той же час відстоюється думка про відмінності в історичних традиціях східної “духовної практики” як гуманістичної її суті та західної “психотехніки” як агресивної тенденції, що виснажує енергетизм спортсмена. У цьому зв'язку пропонується філософсько-екзистенційне розуміння спортософії (на зразок валеософії), що включає в себе духовні чинники совісті, доброзичливості та турботливого ставлення вчених до спортсменів.

**Ключові слова:** аскеза, спорт, релігія, церква, совість, спортософія, теософія.

**Михайл Ібрагімов. Аскеза в спорті та фізичному вихованні як теософська проблема самозбереження людини.** Стаття актуалізує проблему співпраці церкви, релігійних та фізкультурно-спортивних громад в процесі приобщення різних категорій населення до занять фізичною культурою. На основі сучасного філософсько-релігійного розуміння аскези завданням роботи є висвітлення її світоглядного смислу, що дає змогу ціннісні орієнтації на спорт та фізичне виховання “перевести” за допомогою принципів християнської філософії віри, надії та любові в ціннісні переконання необхідності ведення здорового способу життя як одного з найважливіших засобів самозбереження людини. У той же час відстоюється думка про відмінності в історичних традиціях східної “духовної практики” як гуманістичної її суті та західної “психотехніки” як агресивної тенденції, що виснажує енергетизм спортсмена. У цьому зв'язку пропонується філософсько-екзистенційне розуміння спортософії (на зразок валеософії), що включає в себе духовні чинники совісті, доброзичливості та турботливого ставлення вчених до спортсменів.

**Ключевые слова:** аскеза, спорт, физическая культура, церковь, совесть, спортософия, теософия.

**Mikhail Ibrahimov. Asceticism in Sport and Physical Education as a Theosophical Problem of Self-Preservation of a Human.** In this article we actualize the problems of cooperation between churches, religion and sports communities in the process of people's involvement towards physical activities. On the basis of modern philosophical and religious understanding of asceticism our task was to address its philosophical sense, allowing values of sport and physical training “to translate” through the principles of Christian philosophy of faith, hope and love in value of beliefs for need healthy lifestyle as one the most important means of self-preservation rights. At the same time we can see opinion on the differences in historical traditions of “spiritual practice” as its humanist essence and “psycho” as aggressive tendencies that depletes athlete's energy. It's connected with philosophical and existential understanding of sportosophy (like a valeosophy) that includes spiritual factors of conscience, kindness and caring attitude from scientists to athletes.

**Key words:** asceticism, sports, physical culture, church, conscience, sportosophy, theosophy.