

**УДК 13:130.1**

**САМООБМЕЖЕННЯ ЯК ОДИН З ГОЛОВНИХ  
ЗАСОБІВ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

Л.М. Сідак, кандидат філософських наук, доцент кафедри культурології Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого

*У статті досліджено феномен самообмеження як духовний та соціально-економічний фактор. Виявлено, що його антипод – споживацтво, викликає деструктивні явища як на рівні особистості, так і на рівні соціуму, зокрема в економіці. Адже*

*самообмеження – важливий прояв свободи та засіб саморозвитку особистості, а також і творчості, які є її основною екзистенціальною потребою. Доведено, що розвиток особистості можливий лише у формі саморозвитку як прояв свободи, а руйнація особистості – це втрати свободи, підкорення особистості закономірностям або примусу.*

*Самообмеження є також засобом соціалізації і виховання особистості, а також невід'ємним елементом праці, а отже, повинно бути характерною рисою здорової економіки та соціуму в цілому. Творчість не можна відокремити від праці, а остання у свою чергу є і засобом саморозвитку, і основою економіки. Навпаки, споживацтво як антипод самообмеження закономірно призводить до деструкції особистості і соціуму. Отже, повернення до традиційних українських моральних цінностей помірності, самообмеження і самопожертви – необхідна умова подолання системної кризи, що охопила українське суспільство і важливий засіб успішного саморозвитку особистості.*

**Ключові слова:** самообмеження, потреба, споживацтво, свобода особистості, руйнація особистості, саморозвиток особистості.

**Постановка проблеми.** Класична репрезентація сучасної західної (практично всесвітньої) економіки – заклик президента Рузвельта перейти від заощаджування до активного споживання під час Великої Депресії. Патріотичний порив американців врятувати економіку дійсно вивів її з глухого кута. Справді, підвищення попиту заохочує виробництво, але сучасна економіка, цілковито орієнтована на максимальне стимулювання попиту, все частіше дає збої в усій системі економіки, вони зачіпають її основи – банківське кредитування, банківське регулювання економіки і, власне, її стимулювання через заохочення попиту. Це спонукає шукати принципову відмінність між ситуацією, яку створив Рузвельт, та сучасною економікою споживання.

Неважко помітити, що заклик Рузвельта насамперед ґрунтується на моральній основі – він звернений до патріотичних почуттів, а вже потім відкриває перспективу зростання економіки, а відтак, і добробуту усіх американців. І реакція людей відповідно була моральною – це ризик, пожертвування останніх заощаджень на вітвар національної економіки, а вже потім – піклування про свій майбутній статок. Сьогодні ж ринок не лише апелює до егоїстичних почуттів, пристрастей, навіть ницості, а й

культивує їх. Саме егоїзм, моральна нищість суб'єктів ринку стали причиною глобальної економічної кризи, загроза якої стає все більш реальною. Також і на особистісному рівні егоїстично орієнтоване необмежене споживацтво викликає деструктивні явища, наприклад, адикції, нудьгу. Оскільки адикція – проблема духовна і не є наслідком економічних проблем, очевидно, що вирішення проблеми слід шукати у природі людини. Отже, спробуємо відповісти на питання: як необмежене споживацтво та його антиподи – помірність, самообмеження впливають на особистість, її буття, руйнацію та саморозвиток, з одного боку, та на стан економіки, з іншого?

**Ступінь осмислення проблеми.** Самообмеження – один з найважливіших проявів свободи особистості, взагалі, сутності людини. Цей феномен протягом усієї історії людства відіграв роль своєрідної осі, навколо якої обертались цілі філософські, зокрема етичні, системи. Наприклад, «золоте правило» моралі: «не учиняй по відношенню до інших так, як ти не хотів би, щоб інші учиняли по відношенню до тебе» спирається на самообмеження: «не учиняй». Принцип самообмеження складає внутрішню основу етичних систем Демокрита, Платона, Епікура, Канта, Толстого, Швейцера тощо. І це не випадково. Увага моралістів до проблеми самообмеження адекватно відображає її значення в моральній практиці людей: самообмеження виконує важливу регулятивну функцію [7, 139 – 140]. Будь-яке суспільне життя можливе лише за умови певного взаємного обмеження бажань, інтересів, устремлінь. Самообмеження відіграє значну роль в особливій комунікативній сфері життя – міжособистісному спілкуванні. Соціальне середовище змушує людину враховувати інтереси інших членів соціуму, обмежуючи себе у своїх бажаннях не інстинктивно, підсвідомо, а усвідомлюючи його необхідність і спрямовуючи свої вчинки відповідно до свідомо обраних орієнтирів. Будь-яке людське спілкування можливе лише за умови певного взаємообмеження бажань, інтересів [3, 140].

Зазначена проблема не нова й у контексті дослідження взаємодії людини з економічним середовищем. На початку ХХ ст. С. Булгаков вказував на необхідність подолання Бенґамо-Рікардівського розуміння «економічної людини» (яка керується суто егоїстичними матеріальними інтересами) як такого, що визначає людську природу: «господарство веде господар – цілісний індивід, особистість, в якій неможливо відокремити одну з її сторін від іншої» [2, 54]. Отож людину слід розуміти як «моральну», духовну й водночас як «економічну», приречену до господарювання і споживання. Обидва ці аспекти закладені у природі людини, вони нерозривні.

Ще Адам Сміт, який у своїй політекономії оперував поняттям «економічної людини», добре розумів, наскільки неповно воно описує природу людини, пояснює її мотивацію навіть в економічній діяльності. Невипадково він є автором не лише «Багатства народів», де апелював до егоїстичних інстинктів людини, а й «Теорії моральних відчуттів», де йшлося про альтруїстичні, моральні мотиви людської активності [2, 57]. Але «егоїстична» однобокість у підходах до визначення сутності людини, її місця у всесвіті, і розуміння закономірностей усього історичного процесу переважала протягом тривалого часу в науковій думці як на Заході, так і на теренах Російської імперії, а потім і в радянській науці. Хоча економічні й антропологічні теорії різних шкіл кардинально відрізнялися, нерідко до антагонізму.

Зокрема, необхідність і прагнення споживання осмислювалися через категорією «потреба», яка у марксизмі визначалася як протиріччя між особистістю і середовищем, що виникає внаслідок залежності першої від другої. Стверджувалося, що протиріччя зникає, коли задовольняється потреба. Подібний підхід спостерігаємо й у З. Фрейда, який абсолютизував принцип задоволення потреби, визначивши його як головну детермінанту і соціальної й економічної поведінки, а головне – психічного життя людини [5, 574]. Головне, що об'єднує ці теорії, антагонізм яких не стільки

кардинальний і глибинний, скільки поверховий і насправді непринциповий, – це те, що відчуття будь-яких потреб, тобто рефлексія на відсутність тієї чи іншої реальності, має однакову як антропологічну, так і аксіологічну цінність. Тобто, все, що людина потребує (у значенні відчуває потребу) визнається природним і позитивним. Безумовно, саме такі ідеї призвели до формування споживацького суспільства у західних країнах, де принцип задоволення, передусім, матеріальних потреб і власних пристрастей, забаганок, мрій перейшов зі сфери ідеології до повсякденного способу життя.

**Метою** статті є дослідження значення самообмеження для успішного саморозвитку особистості та гармонійного існування суспільства.

**Викладення основного матеріалу.** Трагізм, безперспективність існування при необмеженому споживанні стає помітним при більш-менш сумлінному розгляді людської природи. Так, Е. Фром вказуючи на потребу людини в мінімальному рівні збудження, поділяв стимули, які забезпечують цю потребу, на прості та активуючі [6, 113 – 114]. Простий стимул викликає безпосередню просту відповідь. Нова сукня чи новий телевізор захоплюють людину, але це швидко проходить і виникає потреба в нових речах, які відіграють роль «збудника». Чим пасивніший стимул, тим частіше він повинен змінюватися за інтенсивністю та модифікацією, що породжує почуття невдоволеності, неповноти буття. Тому «проблема стимуляції» тісно пов'язана з феноменом, який в значній мірі породжує агресію і деструктивізм: нудьгою та її наслідками – депресією тощо [6, 114]. Відтак, зрозумілим буде твердження про те, що з психологічної точки зору культ споживацтва – це компенсуюча діяльність духовно бідної людини, яка через споживання як головний і, по суті, єдиний спосіб реалізує свій потенціал, свою свободу [1, 28]. Додамо: єдиний з тих, що пропонує сучасна економічна модель. Навпаки, активуючі стимули викликають прагнення, породжують нові ідеї, нові системи орієнтації. Чим більш активуючим є стимул, тим довше він зберігає свої стимулюючі

властивості і духовно збагачує людину. Тому природа, мистецькі твори, ідеї можуть надовго захоплювати особистість. Отже, егоїстично мотивоване споживацтво, хоча і є прагненням реалізувати потенціал особистості, задовольнити основну екзистенціальну потребу, насправді збіднює буття особистості та робить його нестерпним.

Розвиток же особистості, тобто збагачення буття, можливий лише при орієнтації на те, що Е. Фром називав активуючими стимулами. Очевидно, саме вони задовольняють головну екзистенціальну потребу людини. Відкритим залишається лише питання про те, що є цією головною екзистенціальною потребою: чи просто мінімальний рівень збудження психіки, чи щось інше. Просте самостереження дає підстави стверджувати, що деякі реальності викликають збудження нервової системи, пов'язані з відчуттям нестерпності буття. Тому не будь-яке збудження може бути визнане таким, що забезпечує збагачення буття, розвиток особистості, а також є її основною екзистенціальною потребою. При чому задоволення останньої не можна мислити окремо від розвитку особистості. Йдеться не лише про потребу у суб'єктивному значенні, тобто відчуття відсутності певної реальності, а й в об'єктивному значенні – про саму об'єктивну реальність, відсутність якої обов'язково викликає відчуття потреби як відчуття неповноти буття. Отже, відчуття неповноти буття, пов'язане з відсутністю (дійсною або уявною) певної реальності і прагнення цієї реальності, будемо називати потребою у суб'єктивному значенні. А об'єктивно цінну реальність, відсутність якої повинна викликати відчуття неповноти буття і прагнення цієї реальності – потребою в об'єктивному значенні.

Оскільки декілька поколінь були виховані на марксистській «ідеології задоволення потреб», а останні розумілися у суб'єктивному смислі і визнавалися такими, що їхнє задоволення природно викликає нові потреби, то коли ми потрапили під вплив «культу споживацтва» західного способу життя, то з легкістю прийняли його. Але, як було щойно

зазначено, споживацтво є показником духовної кризи, яка визначає загальний кризовий стан суспільства. Додамо, що воно викликає залежність особистості, робить рабом споживання. Тому завжди існувала опозиція ідеології споживацтва.

Наприкінці ХХ ст. та на початку ХХІ ст. вона поєдналася з реакцією на примітивно матеріалістичний світогляд, пануючий до того в суспільстві. Людський дух, занурений у вивчення зовнішнього, об'єктивного світу, який майже виключно звертав увагу на природничі науки і соціологію, знову відчув потребу в дослідженні свого мікрокосму. Поверталось усвідомлення, що для того, щоб подолати суперечність між особистістю та життєвим середовищем, між потребами у суб'єктивному значенні та цінністю того, чого ми прагнемо, розрив між матеріальним та духовним на рівні особистості та між економікою і духовною культурою на рівні соціальних спільнот, людині потрібні не лише споживання та задоволення потреб, а й об'єктивно обумовлений вибір та самообмеження. Відтак, з усіх філософських та наукових проблем антропологічні питання висувуються на перше місце. Можна без перебільшення сказати, що найхарактернішою рисою сучасної наукової думки є зростаючий інтерес до усіх галузей знань, які мають відношення до людської особистості, її природи й умов існування. Тому змінилося ставлення і до проблем саморозвитку і руйнації особистості. Особистість не може бути байдужою до самої себе, до свого буття, саморозвитку, своєї досконалості.

Буття складається з певних подій і станів. Якщо події буття матеріальних об'єктів детермінуються певними закономірностями, то події буття особистості творяться безпосередньо нею. Це особистість прагне, любить, бажає, відчуває, оцінює. Це прояви її свободи. [4, 97]. Таким чином, свобода особистості проявляється у творенні подій, змісту буття, або можна сказати ширше – у творчості. Отже, збагатити буття особистості може лише вона сама. Тобто збагачення буття можливе лише як самозбагачення. Розуміючи саморозвиток як збагачення буття особистості

[4, 98-99], зазначимо, що розвиток особистості можливий лише як саморозвиток, тобто як прояв її свободи. Можна споглядати також втрату свободи. Свобода особистості може обмежуватися або закономірністю, або проявами свободи інших особистостей (примусом). Тому в буття особистості, свобода якої обмежена, входять елементи закономірності або примусовості. Обмеження свободи не може означати ніщо інше, як часткову неспроможність творити події власного буття. Тому обмеження (втрата) свободи обов'язково пов'язана зі збідненням буття, руйнацією особистості. Отже, руйнація особистості проходить закономірно або є наслідком примусу. Відтак, говорити про саморуйнацію некоректно. Особистість завжди прагне саморозвитку і не може прагнути власної руйнації. Неможливо уявити ситуацію, коли б особистість прагнула погіршити, збіднити своє буття, або зробити його більш нестерпним. Але можливе хибне самовизначення, хибне спрямування свободи. Тоді особистість частково втрачає її, а в її буття входять елементи законності. Таким чином, руйнація особистості можлива лише при втраті нею свободи, при її хибному використанні, спрямуванні як закономірний процес, або при втраті свободи внаслідок примусу.

Це означає, що саморозвиток, самозбагачення буття, а відтак і творчість є основною екзистенціальною потребою особистості. Усі прояви свободи спрямовані на неї. Так, ми завжди відчуваємо неповноту свого буття, його нестерпність, прагнемо позбутися цієї нестерпності і збагатити його (у цьому й полягає основа потреб у суб'єктивному значенні). Прагнення творчості – одна з граней основної екзистенціальної потреби. Одним з проявів свободи є воля. Але часто бажання виявляються нездатними до мотивації: «навіть просто взяти себе в руки завдяки суто внутрішньому самовладанню неможливо» [3, 51]. Водночас свобода особистості проявляється в оцінюванні, тобто відчутті відношення того чи іншого об'єкта до повноти буття. Але й усвідомлення нищості, потворності чогось не гарантує, що людина не буде прагнути його; і навпаки – усвідомлення краси, добра,



істини не гарантує прагнення збагатитися ними. Еросні устремління виявляються найбільш потужними мотиваторами, але вони нерідко унеможлиблюють саморозвиток, призводять до руйнації, втрати свободи. Так, наприклад, виникають адикції. Таким чином, втрата свободи і руйнація особистості відбувається при неузгодженості проявів свободи особистості, дисгармонії духовного буття.

Отже, саморозвиток особистості потребує подолання опору своєї недосконалості, негативним впливам життєвого середовища, зокрема й різноманітним формам примусу. Оскільки творчість є основною екзистенціальною потребою особистості, оскільки у творчості проявляється свобода у всій її повноті, то творчість у широкому значенні і є основним способом відновлення свободи та саморозвитку. До усіх життєвих ситуацій, завдань слід підходити як до творчого процесу: чи це міжособистісні стосунки, чи відновлення внутрішньої рівноваги, чи споживання і задоволення тих чи інших суб'єктивних потреб. До того ж, можливе і нерідко спостерігається, що задоволення тих чи інших потреб викликає збіднення буття, втрату свободи (наприклад, виникнення потреби нерідко є наслідком примусу – сугестії, гіпнозу, реклами) тощо, тому слід визнати, що спрямування на певну реальність не завжди відповідає основній екзистенціальній потребі у саморозвитку, тобто ця реальність не є об'єктивно цінною. Відтак, стає зрозумілим значення самообмеження, тобто опору власним бажанням, еросним устремлінням, оцінкам, взагалі потребам у суб'єктивному значенні.

У єдності усіх своїх проявів і функцій самообмеження також – один із провідних елементів моральної культури особистості та показник її досконалості, ступеня розвитку. Зокрема, воно є механізмом стримування, який не дозволяє проявлятися недосконалості особистості у життєвому, зокрема, соціальному середовищі, допомагає уникнути примусу над свободою особистості, а отже, перешкоджає її руйнації. Самообмеження є найефективнішим і найгуманнішим способом нейтралізації недоліків та

слабкостей особистості, взагалі – засобом саморозвитку. Особливої цінності воно набуває тому, що є суб'єктивно особистісним, добровільним обмеженням людиною самої себе.

Отже, самообмеження властиве природі людини, воно проявляється в усьому – від актів спілкування до процесів саморозвитку. Водночас у структурі моральної свідомості можна виділити низку понять, які обумовлені ідеєю самообмеження і виступають її специфікаціями: вимогливість до себе, помірність, самоконтроль, жертвність, терпимість, самовладання, самопримушення. Ці феномени є динамічними структурами. Так, помірність може потребувати самообмеження, неабияких зусиль. Це буде засобом саморозвитку, у процесі якого сформується досить помірний рівень потреб. І у подальшому помірність не буде потребувати самообмеження, адже буде гармонійним проявом свободи особистості.

Значна частина подібних феноменів формується у процесі виховання та соціалізації особистості, завдяки чому також стають гармонійною складовою особистості та не потребують самообмеження. Але на етапі виховання та соціалізації у дитинстві вони формуються саме завдяки тому, що обмеження та формування навичок самообмеження є складовою будь-якої системи виховання, зокрема народної педагогіки українців. Необхідність виконання чисельних обов'язків та заборон усвідомлюються в дитинстві. Це стосується й обмежень та заборон, які обумовлені релігійними вимогами. При цьому можна споглядати взаємну дифузю мотивацій релігійних та соціальних. Слід також зазначити, що дотримання певних обмежень за релігійними мотивами, крім бажання задовольнити Бога, має на меті й саморозвиток, збагачення особистості, її буття. Також і праця обов'язково потребує самообмеження та самовдосконалення, що є однією з форм саморозвитку. А оскільки людина приречена до праці, «економічна людина» є однією з граней особистості, то це ще повніше пояснює важливість принципу самообмеження, взагалі, готовність людини до самопожертви. Також можна впевнено сказати, що праця якнайкраще виховує у людини здатність, схильність до самообме-

ження. Невипадково праця посідає особливе місце у різних методах саморозвитку особистості. Не випадково термін «робота над собою» став синонімом поняття «саморозвиток».

**Висновки.** Отже, самообмеження є для людської природи не чужим, а звичним і прийнятним. Воно стало важливим засобом саморозвитку і соціалізації особистості, складовою творчості взагалі та самотворення власного буття особистості зокрема. А саморозвиток, самозбагачення власного буття, творчість є гранями основної екзистенціальної потреби особистості. Творчість не можна відокремити від праці, а остання у свою чергу є і засобом саморозвитку, і основою економіки. Отже, повернення до ідеї самообмеження буде найбільш перспективним у подоланні духовної і зумовленої нею загальної системної кризи так званого західного суспільства, зокрема і кризи економічної.

Слід визнати, що успіхи культурного, духовного, соціального й економічного розвитку азійських країн в останні десятиліття довели ефективність культур, які зберегли традицію й орієнтацію на самообмеження, самопожертву, помірність тощо. Але слід пам'ятати, що ідеологічне підґрунтя самообмеження та його проявів в азійських культурах відрізняється від тих, що традиційно обумовлювали його поширення, наприклад, в українців. Тому очікувати подібної ефективності у разі непродуманого, автоматичного застосування східно-азійських культурних моделей не варто; так само згубним виявляється сліпе запозичення американо-європейських культурних моделей. Необхідно пригадати, переглянути і навіть повернутися до традиційних слов'янських духовних цінностей, зокрема помірності, самообмеження і самопожертви, апробованих нашими пращурами протягом багатьох століть, які нам ментально близькі і які сприяють збагаченню буття особистості, тобто її саморозвитку. Також вони можуть стати запорукою виходу з тієї системної кризи, що поглинула українське суспільство.

### Література

1. Воробьёв С.Л. Онтологические образы психологии / С.Л. Воробьёв // Человек. – 1995, №1.– С. 26-31.
2. Давыдов Ю.Н. Вебер и Булгаков (Христианская аскеза и трудовая этика) / Ю.Н.Давыдов // Вопросы философии. – 1994, № 2. – С. 54-73.
3. Донцов И.А. Самовоспитание личности / И.А.Донцов. – М., 1984. – 283 с.
4. Лозовой В.О., Сідак Л.М. Саморозвиток особистості у філософській рефлексії і соціальній практиці / В.О. Лозовой, Л.М Сідак. – Х., 2006. – 256 с.
5. Фрейд З. Психоаналитические этюды / З.Фрейд. – Минск, 1999. – 698 с.
6. Фром Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фром. М., 1998. – 678 с.
7. Шкоринов В.П. К проблеме самоограничения / В.П. Шкоринов // Философские науки. – 1991, №3. – С.139- 142.

### САМООГРАНИЧЕНИЕ КАК ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ СПОСОБОВ САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Л.Н. Сідак

В статье исследовано феномен самоограничения как духовный и социально-экономический фактор. Выявлено, что его антипод – потребительство, вызывает деструктивные явления как на уровне личности, так и на уровне социума, в том числе в экономике. Ведь самоограничение – важнейшее проявление свободы и средство саморазвития личности, а также и творчества, которые есть ее основной экзистенциальной потребностью. Доказано, что развитие личности возможно лишь в форме саморазвития как проявление свободы, а разрушение личности – это потеря свободы, подчинение закономерности или принуждению.

Самоограничение является также неотъемлемым способом социализации и воспитания личности, а также обязательным элементом труда, и таким образом, должно быть характерной чертой здоровой экономики и социума в целом. Творчество нельзя отделить от труда, а последний, в свою очередь, есть средством саморазвития и основой экономики. Наоборот, потребительство как антипод самоограничения закономерно приводит к деструкции личности и социума. Таким образом, возвращение к традиционным украинским моральным ценностям самоограничения, умеренности и самопожертвования – необходимое условие преодоления системного кризиса, который охватил украинское общество, и важнейшее средство саморазвития личности.

*Ключевые слова:* самоограничение, потребность, потребительство, свобода личности, разрушение личности, саморазвитие личности.

---

**SELF-RESTRAINT AS ONE OF THE MAIN MEANS  
IN THE INDIVIDUAL'S SELF-DEVELOPMENT**

L.M. Sidak

The article describes the phenomenon of self-restraint as a spiritual, social and economic factor. It is acknowledged that its antipode, the consumerism, tends to lead to destructive phenomena both on the individual and social level, e.g. in the sphere of economy. The matter is that self-restraint is an important manifestation of freedom and the means of personal self-development, as well as creativity, which all are considered to be a basic existential need. It is proved that human personal development is possible only in the form of self-development as a freedom manifestation, while the destruction of a personality means the loss of freedom, subordination of the individual to some principals or compulsion.

Self-restraint is also the means of socialization and brining up, as well as the integral part of work, and thus must be the characteristics of a sound economy and society in general. Creativity shouldn't be separated from work, either, and the latter in this way becomes a means of both self-development and the economical growth. On the contrary, consumerism as the antipode of self-restraint naturally leads to the destruction of an individual and society. Thus, the return to traditional Ukrainian moral values of temperance, self-restraint and abnegation is the only necessary condition of coping with the systematic total crisis that has overwhelmed Ukrainian society, being at the same time an important means of a successful individual's self-development.

Key words: self-restraint, need, consumerism, personal freedom, destruction of an individual, self-development.

---