

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-5-69-73>

УДК 177.1:141.1]:796.056

Поліщук Р.М.

Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського**КОНЦЕПЦІЇ ТІЛА: ГАРМОНІЯ КУБЕРТЕНА WITH ЄДНІСТЬ У РІЗНОМАНІТТІ НІЦШЕ**

Анотація. Мета цього дослідження – аналіз роздумів Ф. Ніцше та П. де Кубертена про людський організм. Також здійснено спробу пов'язати ці роздуми з іншими ключовими темами філософії німецького мислителя. зазначений вплив Шопенгауера на роботу Ніцше, адже Шопенгауер надає особливої популярності тілу у своїй філософії, розглядаючи його як первинне явище космічної Волі. Ніцше неявно визначає себе як тіло, розвиває позитивну оцінку нашим інстинктам і емоціям, найважливішим з тих внутрішніх сил, які нас формують. У Заратустрі він називає себе як множинність, тобто «Я» – це комплекс сил. Фундаментальний аргумент цієї статті – це людина як єдність та цілісність. Навколо цієї думки обертаються дві концепції тіла Ф. Ніцше і П. Кубертена, хоча і з різних відправних точок. Ключовим питанням дослідження є порівняння між «Надлюдиною» Ф. Ніцше і «спортсменом/атлетом» П. Кубертена, а також результат та перспективи, які цей результат окреслює.

Ключові слова: тіло, тілесність, тіловиховання, олімпізм, Надлюдина, спортсмен.

Polishchuk Rostislav

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Bobersky

CONCEPTS OF THE BODY: COUBERTIN'S HARMONY WITH NIETZSCHE'S UNITY IN DIVERSITY

Summary. Physical culture and sports are becoming more and more visible social and political factors in the modern world. Involving the general population in sports, as well as success at international competitions, is an indisputable proof of the vitality and spiritual strength of any nation, and contributes to the creation of a positive image of the state on the international scene. The main theme of this article is the period of the 19th century, when a new body of culture appears, which, of course, contributes to the formation of a new sports movement. In the philosophical concepts of the XIX century manifested a great interest in the body, corporeality, body-building. The purpose of this study is to analyze the thoughts of F. Nietzsche and P. de Coubertin about the human body. An attempt was also made to link these thoughts with other key themes of the philosophy of the German thinker. indicated the influence of Schopenhauer on the work of Nietzsche, because Schopenhauer gives the body a special popularity in its philosophy, considering it as the primary phenomenon of cosmic Will. Nietzsche implicitly defines himself as a body, develops a positive assessment of our instincts and emotions, the most important of those internal forces that form us. In Zarathustra, he calls himself multiplicity, that is, "I" is a complex of forces. The fundamental argument of this article is man as unity and integrity. Around this thought, the two concepts of the body of F. Nietzsche and P. Kubertin, though from different starting points, turn around. The key issue of the study is the comparison between Friedrich Nietzsche's "Superfamily" and P. Kubertten's "athlete" / athlete, as well as the result and the prospects that this result outlines.

Keywords: body, corporeality, body education, olympism, superman, athlete.

Постановка проблеми. Більшість сучасних людей, які питому частину свого часу проводять сидячи в офісі або працюючи з гаджетами, надають перевагу малорухливому або сидячому способу життя. Така тенденція може негативно позначитися не тільки на їх фізичному, але і морально-психологічному стані. Власне тому, фізична культура і спорт стають все більш помітними соціальними й політичними чинниками в сучасному світі. Залучення широких мас населення до спорту, а також успіхи на міжнародних змаганнях є безперечним доказом життєздатності та духовної сили будь-якої нації, сприяють створенню позитивного іміджу держави на міжнародній арені.

Проте, основною темою цієї статті є період XIX століття, коли з'являється нова культура тіла, яка, безсумнівно, сприяє становленню нового спортивного руху. У філософських концепціях XIX століття проявився неабиякий інтерес до тіла, тілесності, тіловиховання. Одним із відомих представників цієї нової тенденції став філософ Фрідріх Ніцше. Також, у цей період розвивається сучасний спортивний рух, який у 1896 році досягнув найвищої точки з відновленням Олімпійських ігор Пером де Кубер-

теном. Таким чином, стрімкий розвиток спортивного руху супроводжується специфічними роздумами про концепції тіла у сфері філософії.

Стан досліджуваної проблеми. Філософські дискусії про «тіло» завжди висували його невід'ємним атрибутом «людського». Проблема дослідження отримала численні інтерпретації та розмаїття підходів, концепцій. Проте, для нас важливо порівняти два підходи чи дві концепції тіла, які допоможуть розглянути його в контексті спортивної культури, а саме осмислення тіла відомим філософом Фрідріхом Ніцше та засновником «філософії олімпізму» бароном Пером де Кубертеном.

Метою даної роботи є визначення спільних характеристик і відмінностей у концепціях тіла, опублікованих Ніцше і Кубертеном, а також їхній вплив на сучасне та майбутнє людини.

Виклад основного матеріалу. Для того, щоб зрозуміти поняття, які лежать в основі нашого дослідження, необхідно надати короткий опис концепцій тіла обох мислителів. Почнемо з одного з найвідоміших творів Ф. Ніцше, «Так говорив Заратустра», де він висловлює своє бачення но-

вої концепції тіла, бачення «тіла зі значною прозорливістю». Філософ зазначає: «Тіло Я цілком, і нічого більше, і душа – це тільки ім'я чогось у тілі. Тіло є великою прозорливістю, множинністю з одним змістом, війною і миром, зграєю і пастирем. «Я», – кажеш ти, і пишайся цим словом. Але більша річ – в яку ти не хочеш вірити – це твоє тіло з великою прозорливістю» [11].

Варто зазначити, що чималий вплив на погляди Ніцше справив А. Шопенгауер, який надав особливий популярності тілу у своїй філософії, розглядаючи його як первинне явище космічної Волі. Ніцше був натхненний цією ідеєю і ввів власне поняття тіла як символу Волі: тіло представлено як єдину метафору, яка може припускати безперервне прагнення до Волі, та є метафоричним способом опису себе як сукупності інстинктів, сил або рухів. Ніцше розробляє уявлення про те, що «Я» не є душею або трансцендентним его. У Заратустрі він називає тіло як єдність, тобто сукупність сил, таких як інстинкти і емоції. Неможливо досягти чи пізнати чисті сутності, які виходять за межі індивідуальних перспектив. Більше того, тіло є реальною основою цих перспектив або інтерпретацій.

Тіло людини, на його думку, є значно більшим розумом, ніж власне сам розум. Життя і воля, яка складає його основу, є вищими цінностями, а все інше – лише засоби, підпорядковані цінності. Для Ніцше людська істота завжди була цілісною – єдність у різноманітті. У його розумінні тіла, в опозиції до Декарта, немає можливості аналітичної диференціації між фізичними і психологічними здібностями. Прототипом цього бачення є «Надлюдина» – це гармонійна людина, в якій органічно поєднуються фізична досконалість, високі моральні й інтелектуальні якості. Природа людини полягає у створенні, що виходить за межі самої себе, і напрямком цього перевернення спрямований на становлення Надлюдина: «Я скажу вам, хто така надлюдина. Людина – це те, що треба подолати. Що ви зробили, аби її подолати? Надлюдина – це сенс світу!» [5, с. 11].

У такому сприйнятті людина проявляється як відкрите питання і як істота з відкритою структурою, мета якої в житті – перевершити себе (постійно вдосконалюватися). Це означає, що людина може вільно вирішувати в якому напрямку вона повинна рухатись. Але для Ніцше існує лише один шлях: шлях до Надлюдина, яка здатна створювати свої власні цінності щоб створити «вищу істоту».

Крім того, як можна прослідкувати у поглядах Ніцше, все життя, що означає все буття, є в його природі «Волею до влади», адже «Воля – це творець!» [5, с. 140]. Його Воля до влади – це постійне «самозавоювання», яке ніколи не припиняється, завжди йде далі. Її можна розуміти як енергетичний імпульс, а Надлюдина – не більше ніж «Воля до влади».

А от П. Кубертен мав інший погляд. Взагалі, як зазначає дослідник Сунік, «Життя Кубертена – це життя титана. Бо цілі, які ставив перед собою і реалізував П'єр де Кубертен, за масштабами і складністю, вимагали істинно титанічних зусиль» [9]. Барон навпаки посилається на дуалістичну модель Декарта («Метафізичні розмисли»: людина – зв'язок м'якого тілесного механізму з душею, що володіє мисленням і волею) [1], тобто поділ людини на *res cogitans* і *res extensa*. Проте він вказує, що, на

його думку, обидві сторони абсолютно рівнозначні і жодна сторона не повинна бути кращою. Єдність тіла і розуму може бути реалізована лише в їхньому символі або синтезі, і це є метою його «олімпізму». «Олімпізм – це філософія життя, піднесення і поєднання в збалансованому цілому якостей тіла, волі і розуму» [6]. У поглядах П. Кубертена відбивається олімпійський ідеал – людина повинна бути спрямована в напрямку психічної, фізичної та моральної досконалості. Отже, саме спортсмен/атлет є прообразом людської істоти, тому що він здатний об'єднати величезну різноманітність своїх здібностей за допомогою олімпійського ідеалу та його цінностей. Номо оλυμπικός – спортсмен, який орієнтується не тільки на покращення фізичних якостей, а на пропорційне поєднання цих якостей з психічними і духовними. Це втілення ідеального образу гармонійно розвинутої особистості.

За допомогою метафори «маятника» [10] Кубертен намагається пояснити, як важко знайти баланс між тілом і розумом. Маятник завжди коливатиметься з одного боку на інший, він завжди в русі. Нашим завданням, зокрема завданням спортсмена, є збереження маятника якомога узгодженим з центром. Але очевидно, що ніхто ніколи не досягне цього стану: природа маятника – це постійний рух, а два крайні полюси (у цьому випадку тіло і розум) завжди змінюються. Іноді одна сторона сильніша, іноді домінує інша. Отже, намагання зберегти гармонію та баланс між ними є нашим постійним завданням.

Існує ще один термін, який вказує на гармонію тіла і розуму – «евритмія» [8]. Цей термін Кубертен почерпнув з античної філософії, якою безмежно захоплювався і наполягав на тому, що він може стати основою педагогіки нового стибу – гармонії між душею й тілом, красою та чеснотами, мускулатурою та духом. Евритмія – це зміст і прояви висококультурного, досконалого способу життя, який можна досягнути завдяки філософії олімпізму. У контексті олімпійського ідеалу ця концепція також стосується співзвуччя мистецтва і спорту. Важливим засобом «облагодження спорту» Кубертен вважав його інтеграцію з мистецтвом і відродження «спортивної релігії», яка, на його думку, характерна для спорту античності [2]. Він мав намір проводити «мистецькі ігри» поряд з фізичними іграми – це також демонструє велике значення його ідеї єдності та гармонії.

Так, для Ніцше тіло представляє «єдність у різноманітті» і він повністю відійшов від традиційного дуалізму тіла і розуму. Метою людини сьогодні є створення поза себе/над собою «Ти повинен будувати над собою. Та спершу ти маєш збудувати самого себе...» [5, с. 70], для створення Надлюдина, вільної від будь-якої нинішньої моралі та всіх притаманних їй цінностей. Так само, як людина повинна «перевтілитися», вона також повинна працювати над своїм «хворим тілом», створивши/побудувавши «велике тіло». Тіло мусить померти у своєму природному стані, щоб дати можливість стати «великою істотою». Тіло Ніцше особливо втілює розумне «Я», яке вибудовується в полі напруженості зникнення і знову появи тіла.

Концепція тіла Ніцше безпосередньо пов'язана з його метою створення Надлюдина. Будучи здатними створити поза собою, ми повинні бути «тілом з великою прозорливістю», адже зрештою це те

тіло, яке створює поза собою. Тільки тоді ми розуміємо, що тіло повинно перевершити себе, щоб мати можливість створити щось «більше». «Велике тіло» – це єдність, яка залишила позаду «чисту фізичність» («Тілесність») – як здатність свідомості існувати власним тілом: «Я» – і є моє тіло).

П. Кубертен, як зазначалось вище, звертається до декартової моделі, в якій людина ділиться на «*res cogitans*» і «*res extensa*», але вказує, що вона повністю реалізує себе тільки в їхньому симбіозі або синтезі: ні тілу, ні розуму не слід віддавати перевагу. Гармонійна єдність тіла і розуму – це мета його педагогіки, але перш за все, його життєвої філософії – «олімпізму». Тобто обидва дослідники концептуально розглядали єдність як запоруку успіху, проте з різних позицій: Кубертен наполягав на гармонії, а Ніцше на «єдності в різноманітті».

Зваживши на такі проміжкові висновки, ми можемо поглянути на людину сьогодення, розглядаючи ці два поняття єдності і формувати уявлення про людину майбутнього. Сьогодні простежується тенденція до домінування тіла або фізичності – тенденція, протилежна періоду творчості та громадського діяння Ніцше і Кубертена.

Кубертен керувався тезою «Закон маятника діє всюди!». У нашому випадку мова йде про два елементи, які видаються протилежними, тому ця теза обертається між домінантою тіла і розумом. Залежно від того, яка з них має перевагу, ми можемо побачити точні форми розуміння концепції тіла / розуму в давнину, в середні віки і в наші дні. Це вказує на те, що сьогодні ми повинні приділяти більше уваги розуму, щоб тримати маятник у рівновазі між двома полюсами.

Іншою можливістю було б слідувати Ніцше і відкидати дуалізм, у цьому випадку проблема однобічності зникне. Однак було б дуже безвідповідально стверджувати, що це можна легко реалізувати. Обмірковуючи сучасну ситуацію можна констатувати, що ми всюди бачимо своєрідний культ тіла. Через всюдисущі медіа ми не в змозі втекти від цієї сили фізичності і зовнішньої краси. Не дивно, що вічна молодість і краса є однією з найбільш цінностей багатьох членів сучасного суспільства (та й впродовж історії теж). Ідеальне тіло стало символом статусу і воно часто перевищує «внутрішні»/духовні цінності. У сучасному суспільстві ми втратили почуття «внутрішньої краси», цінності і відкинули значення розуму і душі, сенсу розуму. Тому поділ тіла і розуму вже не є невидимим.

Крім того, ми можемо знайти ще один нюанс в межах цього роз'єднання: «чисту фізичність» можна розділити на дві крайні групи. З одного боку, у нас є ті, хто має досконалий зовнішній вигляд своїх тіл як найвищу цінність, і ті, хто вірить у заявлену «маню краси»; з іншого боку, є ті люди, які не надають великого значення своїм тілам і своїй зовнішності. Більшість цих людей не зацікавлені «прокачувати» свої тіла, і дуже часто у них проявляється тенденція до ожиріння. Це свідчить про те, що навіть у межах фізичності ми можемо знайти інший дуалізм і ми можемо простежувати це у всіх частинах людського життя.

Тут важливо підкреслити наскільки виразно проявляється однобічність. За допомогою цих прикладів можливо відтворити лише невелику частину повсякденного життя де ми дійсно чітко бачимо однобічність у всьому. Один дуалізм слі-

дує за іншим; здається, що людина завжди змушена вирішувати лише одну частину. Частина, яку вона обирає, тоді трактується в крайності, тому що вона не усвідомлює себе цілим, єдністю, хоча вміщує кожен частину в собі. На цьому етапі ми можемо прекрасно продемонструвати величезну важливість «єдності в різноманітті» Ніцше.

Безсумнівно, ми можемо описати наше суспільство як дуалістичне, суспільство, в якому слово «єдність» стало майже чужим, чимось винятковим і незвичним. Людина і весь її світ навколо розділені самі по собі. Наше завдання – знову зібрати цей пазл. Прагнення до єдності існує в кожному з нас, незалежно від того, чи ми це усвідомлюємо чи ні. Ми повинні і на інстинктивному рівні хочемо знайти спосіб, як відновити себе і свої здібності (відновити свою цілісність). Спроби Ніцше і Кубертена є досить кваліфікованими, щоб вказати нам правильний шлях.

У цьому контексті видається, що концепція Кубертена є більш реалістичною, ніж концепція Ніцше. Але причиною цього може бути те, що Кубертен є не тільки філософом, а й педагогом. Він слідує давньогрецькій моделі, оскільки в ті часи вже шанували гармонійне ставлення до тіла і розуму (калокагатія) [7, с. 492]. Кубертен хотів узяти цю модель на озброєння, оскільки вважав, що олімпійські цінності можуть розвиватися тільки в єдності тіла і розуму, а реалізуватися за допомогою волі. Ці цінності повинні бути передані усьому суспільному життю. Завдяки фізичному вихованню людина змушена перевершувати себе і в цей конкретний момент створює єдність. Саме в природі спорту є здатність до зміцнення зв'язку тіла і розуму.

Однак концепція Ніцше про тіло – це щось зовсім нове. І якщо можна прийняти ідеї та думки Ніцше, ми можемо поглянути набагато далі, ніж наслідуючи ідеї Кубертена. Людина, що розуміє себе як «тіло з великою прозорливістю», знає, що вона повинна створити поза/над себе, перемогти себе (а отже пізнати), вміти пережити сенс життя. Вона не «інфікована» дуалізмом, вона не має «неправильних або поганих» цінностей. Людина, яка створює поза/над себе, є творцем своїх власних нових цінностей і відійшла від усіх попередніх цінностей. Вона є «єдність у різноманітті». У середині неї вирує Воля до влади і вона постійно створює поза/над собою в напрямку Надлюдини. Для Ніцше людина завжди була єдністю в різноманітті. «Тіло з великою прозорливістю» відображає цю єдність. Для Кубертена, однак, спортсмен повинен відтворити єдність, долаючи себе під час занять і тренувань, нових звершень.

Ми знаємо, що можемо наблизитися до Надлюдини Ніцше, але ми ніколи не зможемо досягти її повної реалізації, проте не повинні відмовлятися від спроб. Ніцше розуміє життя як виклик і нескінченний процес пошуку себе. Майбутнє людини можна віднайти у ній самій.

З ідеєю Кубертена про єдність тіла і розуму, який втілений у його олімпійській ідеї, людина може знайти свій шлях до єдності. Сьогоднішній і майбутній спортсмен повинен взяти за приклад ідею Кубертена, адже морально-етичні цінності спорту, які можуть бути відтворені в єдності тіла і розуму, стають другорядними. Крім того, однією з найважливіших якостей спорту є самовдосконалення і самореалізація як основна його характе-

ристика. Кубертен високо оцінював соціальний і виховний потенціал спорту для реалізації ідеалу гармонійного розвитку особистості [3, с. 170].

Концепцією тіла Ніцше ми повинні розуміти так, що кожен є і завжди був єдиним. Для нас немає необхідності вирішувати одну чи іншу частину – чи то проблеми розуму, чи тіла, тому що ми цілісність. Але, на жаль, цей факт ще не є у свідомості людей. Перш за все, наше завдання – це усвідомити.

Бачення Ніцше майбутнього перевершує всі ці розділення і відмінності. Людина, яка подолала себе і стала Надлюдиною – це «людина єдності» з усією різноманітністю її цінностей, характеристик і сил. Всі ці сили постійно вирують всередині неї, і це є її Воля до влади.

Навіть якщо ця ідея залишиться лише проектом/візією майбутнього, у нас є напрямок, який вказує нам куди ми можемо рухатися і як «створити поза/над собою». Тепер саме нам вирішувати, який напрямок нам вибрати, але ми повинні рухатися вперед і вдосконалюватися.

Висновки. Дана стаття – це скоріше роздуми, які повинні мотивувати людей осмислити свої завдання і місце в житті. Також вона повинна підкреслити необхідність об'єднання/співпраці філософії та спорту. Якщо брати за відправну точку ідею, що

кожен є єдністю (тіло і розум), ми можемо проектувати цю ідею єдності в кожному секторі/сфері людського життя. Це дослідження може бути прикладом того, як у галузі науки філософія і спорт можуть співпрацювати, можуть будувати певну єдність.

Настав час коли ми повинні прагнути працювати разом у всіх сферах людського життя, а не тільки у суто односторонньому напрямку. У сучасному глобальному світі важливо міркувати як єдність, якщо ми хочемо жити разом у мирі. Гармонійне ставлення до кожного і до всього, що ми робимо, розуміння того, що всі ми є єдністю – кожен для себе і всіх нас разом – повинні полегшити життя. Ймовірно, це не змінить світ, але це спроба уповільнити процес односторонності і «антропологічної катастрофи» [4, с. 9].

З Ніцше і Кубертенем ми отримуємо дві, на нашу думку, ефективні ідеї/можливості для вирішення цих проблем. Якщо йти за проектом Ніцше, то спочатку треба осмислити його у нашій свідомості. Це більш складний шлях. Якщо ми підемо за ідеалом Кубертена, тобто реалізуватися у спорті, то це допоможе нам відчувати нашу єдність. Його ідея дозволяє з'ясувати на практиці, хто ми, як далеко ми можемо піти, де наші власні межі. Але насправді ми повинні намагатися об'єднати обидва шляхи.

Список літератури:

1. Декарт «Метафізичні роздуми». Київ : Юніверс, 2000. 304 с.
2. Кубертен П. де. Спорт и искусство. *Спорт, духовные ценности, культура: сборник / сост. и ред. В.В. Кузин, В.И. Столяров, Н.Н. Чесноков.* Москва, 1998. Вып. 5. С. 3–8.
3. Кубертен П. Олимпийские мемуары. Київ : Олимп, лит., 1997. 179 с.
4. Мамардашвили Мераб. Сознание и цивилизация. Тексты беседы. Москва : Издательство «Логос», 2004. 272 с.
5. Ніцше Ф. Так казав Заратустра; Жадання влади / Пер. з нім. А. Онишка, П. Таращук. Київ : Основи, Дніпро, 1993. 415 с.
6. Олімпійська хартія. Надруковано Міжнародним олімпійським комітетом – серпень 2016 року. URL: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:xBNE-bobjakJ:noc-ukr.org/attachments/161215184344-282fce4b2840088aff5d99c37f8a0d85/+&cd=4&hl=uk&ct=clnk&gl=ua> (дата звернення: 01.05.2019).
7. Поліщук Р.М. Фізична культура античного світу: філософський погляд. *Молодий вчений.* 2018. № 2. С. 491–495.
8. Столяров В. Спартианская социально-педагогическая технология оздоровления, рекреации и целостного развития личности. Москва : АНО Центр развития спартианской культуры, 2006. 248 с.
9. Суник О. П'єр де Кубертен – засновник сучасних олімпійських ігор. *Фізична активність, здоров'я і спорт.* 2016. № 3(25). С. 69–94.
10. Coubertin Pierre, Olympie (Conférence donnée le 6 mars à la marie du XVI. Arrondissement, à Paris 1929), *Le Sport Suisse* 25, no. 1112-1115, 1.
11. Nietzsche Friedrich Thus Spake Zarathustra. URL: <http://www.fullbooks.com/Thus-Spake-Zarathustra1.html> (дата звернення: 01.05.2019).

References:

1. Dekart (2000). *Metafizychni rozmysly [Metaphysical Criticisms]*. Kyiv : Yunivers. (in Ukrainian)
2. Kuzyn V.V., Stoliarov V.Y., Chesnokov N.N. (1998). Kuberten P. de. Sport y yskusstvo [Sport and art]. *Sport and art. Sport, spiritual values, culture*, vol. 5, pp. 3–8.
3. Kuberten P. (1997). *Olympyiske memuary [Olympic memoirs]*. Kyiv : Olymp, lyt. (in Ukrainian)
4. Mamardashvily M. (2004). *Soznanye i tsyvylyzatsiya. Teksty besedy. [Consciousness is civilization. Conversation texts]*. Moskva : Yzdatelstvo "Lohos". (in Russian)
5. Nitsshe F. (1993). *Tak kazav Zaratustra; Zhadannia vlady [So said Zarathustra; The thirst for power]*. Kyiv : Osnovy, Dnipro. (in Ukrainian)
6. Olimpiiska khartiia [Olympic charter]. Nadrukovano Mizhnarodnym olimpiiskym komitetom – serpen 2016 roku. Available at: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:xBNE-bobjakJ:noc-ukr.org/attachments/161215184344-282fce4b2840088aff5d99c37f8a0d85/+&cd=4&hl=uk&ct=clnk&gl=ua> (accessed: 01.05.2019).
7. Polishchuk R.M. (2018). *Fizychna kultura antychnoho svitu: filosofskyi pohliad [Physical Culture of the Ancient World: a Philosophical View]*. *Molodyi vchenyi*, no 2, pp. 491–495.
8. Stoliarov V. (2006). *Spartyanskaia sotsyalno-pedahohycheskaia tekhnolohyia ozdorovlenyia, rekreatsyy y tselostnoho razvytyia lychnosti [Spartianskaya social and pedagogical technology of recovery, recreation and holistic personality development]*. Moskva : ANO Tsentrazvytyia spartyanskoi kultury. (in Russian)
9. Sunyk O. (2016). *Pier de Kuberten – zasnovnyk suchasnykh olimpiiskykh ihor [Pierre de Coubertin is the founder of modern-day Olympic games]*. *Physical activity, health and sports*, no 3(25), pp. 69–94.
10. Coubertin Pierre (1929). *Olympie (Conférence donnée le 6 mars à la marie du XVI. Arrondissement, à Paris, 1929)*, *Le Sport Suisse* 25, no. 1112-1115, 1.
11. *Nietzsche Friedrich Thus Spake Zarathustra*. Available at: <http://www.fullbooks.com/Thus-Spake-Zarathustra1.html> (accessed: 01.05.2019).