

## **ФИЛОСОФСКАЯ ПРАКТИКА КАК ОПЫТ «ЗАБОТЫ О СЕБЕ»**

*С.В. Борисов*

Интеллигентный человек, как правило, имеет некую философию, но не умеет ею пользоваться, не философствует. Однако настоящая философия – это, прежде всего, философствование. Философствование для человека может выполнять как терапевтическую, так и развивающую функции, которые взаимно дополняют друг друга.

Ключевые слова: философия, философствование, самопознание, коммуникация, философская практика.

Как ни странно, современные интеллигентные люди мало философствуют, хотя повсеместно демонстрируют свою начитанность и осведомленность в области философии. Путь в философию им пришлось проходить в одиночку в слепом блуждании по лабиринту идей. Что они усвоили абсолютно точно – это то, что философия, какая она есть на самом деле, это совсем не то, что преподают в университетах. Образ философии как прислужницы науки или идеологии так глубоко въелся в сознание интеллигентного человека, что его уже не вытравишь никакими модными философскими течениями. Этот образ продолжает успешно насаждаться нынешней образовательной системой, пропитанной позитивистским духом,

банальностями и догматизмом. Неуклюжие и тяжеловесные пируэты мысли такой философии вызывают отвращение у любого нормального человека. Тогда на свой страх и риск, не получая ни помощи, ни совета, современный человек начинает выстраивать свое «философское образование» в одиночку. Собирая по крупицам философские идеи и пытаясь отразиться в них, он, как правило, усваивает лишь то, что оставляет в его памяти наиболее яркие образы. Философия становится средством самолюбования. Вместо разоблачения иллюзий такой доморощенный «философ» лишь умножает их.

Интеллигентный человек может иметь ту или иную философию (мировоззрение), но он совсем не умеет ей пользоваться, не практикует ее, не философствует. Философствование – это исполнение мысли, ее завершение. Если провозглашен лишь тезис, не подкрепляемый никаким аргументом, или если между тезисом и аргументом не прослеживается логической связи, то мысль остается неисполненной, незаконченной. Собственно и мысли нет, есть только «мыслеподобие» [4, с. 21]. Философия, не подкрепленная и не осуществляемая философствованием, есть просто набор догм, красивых лозунгов, этикеток. По большому счету, настоящая философия это и есть философствование. Самое главное в философии – это процесс проговаривания, исполнения мысли. Включенность человека в этот процесс, его полное погружение в него, все это и дает прирост смысла. Читая философскую книгу, человек «запускает» в себе этот процесс, он становится действующим лицом, участником диалога, он аргументирует каждый тезис автора примерами из своего личного жизненного опыта, поэтому та или иная философская идея кажется ему столь значимой.

Но вот книга прочитана. Как использовать то уникальное знание, которое человек открыл в себе с ее помощью? Как сообщить это другому человеку, не растеряв при этом всю полноту смысла? Необходимо некое сообщество, «колледж» мыслящих людей, которые бы практиковали философию и практиковались в философствовании. Это может быть что-то наподобие философского клуба, философского кафе, философской гостиной. Главное, что данное сообщество должно быть выстроено не по принципу научных, образовательных или лечебных учреждений. Принцип их деятельности должна задавать не норма того или иного социального института, а личный интерес, инициатива, самоопределение каждого участника этого сообщества. Главное условие – высказываемые мысли должны быть аргументированными и законченными, и они должны быть выслушаны и обсуждены.

Многое может вызвать у нас философское удивление, сомнение или душевное потрясение. Но не всегда понятно – *что* собственно меня так удивило или потрясло. Чувства переживаются мной непосредственно, но чтобы у меня появилось знание о чем-либо, что связано с этими чувствами,

мне необходимо выразить (представить) это опосредованно с помощью инструментов разума. Пускаясь в процесс философствования, я расширяю границы своего самосознания. Я исследую себя как существо удивляющееся, сомневающееся, переживающее. Находясь в этом поиске, будучи в состоянии весьма уязвимом и беспомощном, я нуждаюсь в том, чтобы кто-то находился рядом и чутко улавливал все то, что происходит во мне, и что я пытаюсь выразить в словах. Осуществляя такой философский «diving», я становлюсь чрезвычайно расположенным услышать что-то важное, веское, глубокое. Только на этом уровне погружения я в полной мере готов воспринимать философские идеи, но, конечно же, не как прямое руководство к действию, а как новые возможности, способы или ареалы для моего дальнейшего плавания. Находясь в сообществе, имея возможность и высказываться, и вслушиваться я, несомненно, начинаю лучше понимать скрытую сторону моего жизненного опыта и жизненного опыта других людей. Я начинаю лучше разбираться в себе, в людях, в жизни. Этот уникальный философский опыт передает знаменитое аристотелевское понятие «φρόνησις».

Философствование для человека может выполнять как терапевтическую функцию (психологическая составляющая), так и развивающую (интеллектуальная составляющая). Данные функции взаимно дополняют друг друга. Например, философствование может играть для интеллекта такую же роль, какую спортивная игра выполняет для развития мускульно-двигательной системы. Однако не стоит понимать это буквально. Философствование – это не риторика и не софистика. Просто дело в том, что мы нередко встречаем людей образованных, но мыслящих плохо, не умеющих рассуждать. Но мы не можем себе представить разумно мыслящего человека, который не владел бы определенным количеством содержательного знания, которое надлежит знать разумной личности [6, с. 18].

На наш взгляд, в приобщении к философии главной проблемой является неумение правильно расставить акценты. Только феномен философствования дает возможность перехода от глубокого эмоционального переживания к рациональным усилиям, а затем к обретению долгожданного психологического и интеллектуального равновесия. Данный терапевтический эффект философствования не используется в полной мере ни в практике образования, ни в психологической практике. Образование ставит перед собой иные цели и задачи, а психологи в большинстве своем совсем не владеют философским инструментарием и не проникнуты философской традицией. Хотя мы можем отметить некую смутную «тоску» по философии со стороны психотерапевтов, ведь «психотерапия слишком хороша, чтобы отдавать ее на откуп клиницистам» [1, с. 8], но как хорошие профессионалы в своем деле, они не в состоянии преодолеть свои профессиональные барьеры. Тем не менее, экзистенциальная терапия и philosophical

practise давно заявили о себе во всем мире и, видимо, постепенно становятся признанными профессиями со своими ассоциациями, конференциями, журналами и т.д.

Однако актуальным для нас является не столько институциональный аспект этой темы, сколько сущностный и экзистенциальный аспекты, собственно то, что вызывает саму потребность людей обращаться к философу за консультацией. Видимо, в лице философа они хотят встретить доброго советчика, «попутчика», «другого», который не являлся бы для них ни священником, ни идеологом, ни учителем, ни психотерапевтом в привычном понимании их социального статуса и роли. Философия, в таком случае, обретает свой первоначальный статус. Она становится совокупностью принципов и практических навыков, которые человек может иметь в своем распоряжении или может предоставить в распоряжение других для того чтобы должным образом проявить экзистенциальную заботу о себе и других [2]. Сам философ при этом должен решительно и бесповоротно отказаться от роли «профессионального» философа (ученого-теоретика), а превратиться в практика, организующего процесс философствования в том или ином сообществе или в индивидуальном общении. Только так философия и философствование могут быть интегрированы в повседневный образ жизни людей. Только такая «философская практика» будет иметь какой-то смысл.

Как известно, философствовать человек начинает в самом раннем возрасте. Однако в системе нынешних воспитательных и образовательных практик в этом не видят ни развивающего, ни терапевтического эффекта, поскольку философствование не поддается стандартизации. В угоду этой пресловутой стандартизации мышления многие люди в детстве лишаются возможности интеллектуального и душевного развития. Только философствование как интеллектуальная практика поможет осознать в полной мере, что между чувственным и мыслительным опытом ребенка и взрослого, по большому счету, не существует «пропасти». Конечно же, есть разница в опыте, словарном запасе, количестве информации и т.п., но не в самой способности чувствовать и мыслить. Любая, даже самая сложная, «научно-образная» конструкция опирается на сравнительно небольшой набор ментальных актов и навыков обоснованного рассуждения. Исходя из этого, можно утверждать, что без способности допускать, предполагать, сравнивать, делать вывод, противопоставлять, объяснять и т.д., наши базовые знания и умения лишаются необходимого развития [6, с. 114]. Человек в течение всей своей жизни опирается на то же самое ядро первичных навыков рассуждения, которое было сформировано в детстве. А данные рассуждения, в большинстве своем, были инициированы экзистенциальными переживаниями, следовательно, являлись по сути философскими.

Философская практика в современном мире, кроме того, что становится профессией, может существенно реформировать господствующую академическую философию в том смысле, что она даст необходимый задел для критического исследования влияния философствования на повышение качества жизни людей, на эффективность принятия решений, на коммуникацию между людьми, на способность мирного выхода из конфликтных ситуаций. К сожалению, это не является предметом глубоких научных исследований. Однако мыслить философию в отрыве от практики означает существенно недооценивать ее социальную функцию. Конечно, это требует новых методов и нового развития традиционных философских исследований, однако они будут исходить из фактических предпосылок, контекстов и последствий применения философской практики к повседневной жизни людей. Философская практика, таким образом, это и новая профессия, и философская проблема сама по себе. Воздействие уроков, извлеченных из философской практики, столь важное, что, пожалуй, заслуживает статуса новой дисциплины для исследования и обучения самой философии.

Итак, философия – это форма духовной деятельности, направленная на постановку, анализ, решение тех или иных мировоззренческих вопросов, связанных с формированием целостного взгляда на мир и на место в нем человека [3, с. 108]. Философия становится для человека актуальной в определенных жизненных ситуациях: когда он решает те или иные мировоззренческие вопросы и проблемы, которые ставит перед ним сама жизнь. Это те ситуации, которые нельзя ни спрогнозировать, ни изменить, в них просто человек оказывается, с ними он вынужден считаться – и единственным способом существования в них и возможным выходом из них является философствование. По сути человек становится философом поневоле – когда ничего изменить нельзя, и единственное, что он может – это измениться сам, изменить свое отношение к происходящему, отношению к миру. В таком случае философия – это не особое знание или призвание – это скорее задача, которую ставит перед человеком сама жизнь.

Каждый человек для себя философ, вопрос лишь в том – хорош он как философ или плох. Служит ли ему философия для того, чтобы повысить качество жизни – по сути, чтобы «быть счастливым» – или же представляет собой багаж каких-то сомнительных знаний и прочего хлама, обреченного на забывание, которым человек не пользуется. Философия – это любовь к мудрости. Понятно, что человека нельзя заставить любить. Любовь – чувство, которое не просто возникает однажды, но о нем следует заботиться, культивировать в себе, возвращать. И уже в свете этого чувства человек меняет свое представление о мире. Главная функция философии – мировоззренческая. А чувство любви позволяет человеку ощутить самого себя, показать ему, что он есть на самом деле, что он может быть счастливым.

Казалось бы – что это за «основной» вопрос философии – вопрос о подлинном существовании? Подлинное существование – существование «на-самом-деле», существование не притворное, не фантазийное – это то, что субъект реально переживает, чувствует всем своим существом. Онтологический вопрос – это вопрос, который естественным образом возникает в любого рода беседе, обсуждении – когда близкие люди выясняют отношения, пытаются выяснить «как же реально ведет себя человек», «чем реально мотивировано его поведение». «Любишь ли ты меня? Точно-точно ли ты меня любишь?» – это, по сути, онтологический вопрос. Или, говоря о том, что меня окружает, о том, что происходит, – я опять-таки задаюсь вопросом: действительно ли этот мир реален – или я живу в мире своих фантазий, грез, принимаю воображаемое за действительное?

Вопрос о подлинности – всегда насущный вопрос. И начинает его задавать человек уже тогда, когда он в состоянии выделить себя из окружающего мира, благодаря способности к рефлексии. К. Ясперс, говоря об истоках философии, утверждал, что философствование свойственно уже детям [7, с. 225]. Онтологические вопросы, которые может задавать ребенок по поводу своего существования, мироощущения, границ между субъектом и тем, что ему противопоставлено, – это и есть начало философствования.

Говоря об истоках философии и философствования, К. Ясперс выделяет, по сути, четыре главных повода к философской заботе о себе, которые делают философом любого человека, независимо от области его интересов, знаний, профессии [7, с. 230]. Первый повод – это удивление, о котором в свое время говорили еще Платон и Аристотель. Эту тему очень подробно развивает М. Хайдеггер, уточняя, что суть удивления не в том, что «мы что-то увидели необычное», а в том, что «выдергивает» человека из повседневности, из состояния сна наяву: когда, казалось бы, обыденные вещи вдруг предстают в совершенно ином свете [5, с. 155]. Это могут быть какие-то личные чувства и переживания, события, фрагменты реальности. Удивление позволяет видеть что-то необычное в повседневном. Мы не можем ответить на вопрос: как и почему возникает это «необычное»? Оно просто есть и все.

Самое важное, что наше внимание сконцентрировалось. Концентрация на каком-то предмете, событии, действии – переносит наш интерес в сферу самопознания, поскольку это же «я воспринимаю», «я чувствую», «я переживаю». И тем самым через удивление как бы происходит «возврат к себе», к осознанию того, что же есть подлинность в моей жизни. Оказывается, что я жил в каком-то мире, в который это событие, чувство, переживание не было включено. Но это чувство и переживание настойчиво заявляет о себе. Следовательно, я должен в него погрузиться – и у меня уже возникают вопросы по поводу подлинности того мира, в котором я жил.

Поэтому за удивлением следует второй повод к философской заботе о себе – сомнение. Сомнение в тех мировоззренческих устоях, к которым я привык, в той позиции, которая давала мне ответы, казалось бы, на все жизненно важные вопросы. Сомнение может приобретать радикальную форму, и в своей радикальной форме может даже использоваться как метод философствования. Это знаменитая «ирония Сократа» или «радикальное сомнение» Декарта. Логика сомнения проста: оно есть наиболее наглядное, яркое свидетельство того, что «это мне интересно». По большому счету единственное, в чем я не могу усомниться, – это в факте своего сомнения! По мысли Сократа, Декарта – там, где возникло сомнение, – есть уже намек на то, что эта область стала предметом нашего интереса. Сомнение открывает нам подлинное знание, суть которого заключается в том, что единственное, что я могу знать – это свое незнание. Именно оно задает мне вопросы, именно оно вовлекает меня, именно оно позволяет мне расширить горизонты своего мышления, чувств. Погружаясь в это сомнение, человек также начинает философствовать.

Третьим истоком философствования по К. Ясперсу и третьим философским поводом к заботе о себе являются «пограничные ситуации» жизненного опыта. Те ситуации, которые невольно принуждают человека рассуждать о мире и его подлинности. Причем искусственно их не создашь, но жизнь богата подобного рода ситуациями – когда не хотел бы думать, а приходится. Тут происходит возврат из мира к субъекту, который предпринимает попытку установить, что он в состоянии сделать в этом мире. Несмотря на то, что подобные ситуации случаются и нередко переживаются при весьма трагичных обстоятельствах, они могут быть очень полезны и целительны по причине того, что субъект вынужден заново открывать себя, переживая новое рождение. В пограничных ситуациях, когда все ходульные доводы уже не действуют, человек поневоле начинает возвращаться к подлинному «себе», который остался где-то потерянным в жизни, но которым он на самом деле и является. В этом целительная сила стрессов – человек обретает себя, обретает свою подлинность. Пограничное состояние приводит к мировоззренческому перевороту – меняется картина мира субъекта.

Последний исток философии и повод к философской заботе о себе – это воля к коммуникации. Философия по большому счету всегда есть живое философствование, а не набор каких-то ходульных знаний и догм. Любого рода информация о философии, о том, что такой-то великий мыслитель в таком-то веке что-то великое сказал – не более чем информация к сведению. Она не работает, ее не к чему применить. Пусть лучше в ходе рассуждения мы как-нибудь сами исполним ту или иную мысль, пусть даже не зная, что это до нас уже сделали. От этого будет гораздо больше пользы. Потом мы можем все закрепить известным философским текстом, тем са-

мым подтверждая подлинность своих рассуждений, да еще получить какие-то дальнейшие перспективы для новых изысканий. Для М.К. Мамардашвили, например, сами понятия «философия» и «философствование» являются тождественными. С его точки зрения любая мысль есть исполнение мысли. Он сравнивал философию с симфонией [4, с. 24]. Итак, симфония. Нотная запись понятна немногим, только специалистам. Но вот музыка зазвучала – и каждый в ней что-то для себя находит. Есть мысли Платона или Канта – но пока они не стали частью моего сознания, пока они не исполнены мной – это пустая и ненужная информация, которая обречена на забвение. А как только она стала применима к моей жизни, как только она стала исполняться мной и действовать во мне – тогда моя философия уже служит мне, и я сам решаю какие-то свои уникальные жизненные задачи с помощью того, что она мне дала и открыла.

#### Библиографический список

1. Бабин, С. Взаимоотношение философии и медицинской модели психотерапии / С. Бабин, С. Случевская // Философия и психотерапия: Сборник научных статей II Международной конференции «Философия и психотерапия». – СПб.: Издательство «Анатолия», 2014. – С. 3–12.
2. Бернини, Л. Золотые рыбки, философы и акробатика мысли: невозможность этики Мишеля Фуко / Л. Бернини // Мы все в заботе постоянной... Концепция заботы о себе в истории педагогики и культуры. Материалы международной конференции памяти Г.В. Иванченко (НИУ ВШЭ, Москва, 9–11 сентября 2015 г.): в 2 ч. – М.: Канон+, 2015. – Ч. 1. – С. 43–54.
3. Борисов, С.В. «Человек философствующий»: исследование современных моделей философской пропедевтики / С.В. Борисов. – М.: ПЕР СЭ, 2005. – 240 с.
4. Мамардашвили, М.К. Как я понимаю философию: Избранные статьи, доклады, выступления, интервью / М.К. Мамардашвили. – М.: Прогресс, 1990. – 366 с.
5. Хайдеггер, М. Что такое – философия? / М. Хайдеггер // Путь в философию. Антология. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Университетская книга, 2001. – С. 145–158.
6. Юлина, Н.С. Философия для детей / Н.С. Юлина. – М.: «Канон+» РООИ «Реабилитация», 2005. – 464 с.
7. Ясперс, К. Введение в философию / К. Ясперс // Путь в философию. Антология. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Университетская книга, 2001. – С. 224–235.

[К содержанию](#)