

IDEA *List*

№3 (28) • 2025

- Ввічливість – простір безпеки
- Конкордія і взаєморозуміння в сучасному світі
- Досвід співіснування

Журнал Культурної асоціації «Новий Акрополь»



ВВІЧЛИВІСТЬ – ПРОСТІР
БЕЗПЕКИ. РОЗМОВА З
ГАЛИНОЮ РОМАНЦОВОЮ ___ 3
Оксана Бовсуновська

БОГОМОЛ. ОДИН ОБРАЗ –
БАГАТО СЕНСІВ _____ 9
Олена Мартинова

КОНКОРДІЯ І
ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ В
СУЧАСНОМУ СВІТІ _____ 12
Оксана Бовсуновська

БЕСІДА МІЖ ФОРТЕПІАНО,
СКРИПКОЮ ТА
ВІОЛОНЧЕЛЛЮ _____ 14
Світлана Кірута

ДОСВІД СПІВІСНУВАННЯ ___ 18
Карлос Аделантадо

ПОЕЗІЯ _____ 22
Є. Плужник, Д. Фальківський

НАД НОМЕРОМ ПРАЦЮВАЛИ

Головний редактор:

Антон Мусулін

Відповідальна за випуск:

Ольга Косянчук

Редактори:

Ірина Обревко, Ольга Герман

Коректори:

Олексій Марусяк,

Тетяна Косянчук

Макетування:

Юлія Каменщикова



Людина – істота соціальна. Ми пізнаємо себе через інших, радіємо, вчимося, набуваємо досвіду, відчуваємо себе корисними завдяки тим, хто поруч.

Філософію цікавить не лише співіснування між людьми, а насамперед – гармонійне співіснування. Що робить взаємодію більш ефективною та злагодженою? Які стосунки приносять відчуття щастя? Чи є робота над собою запорукою гармонії у взаєминах?

Пошук відповідей на ці запитання ліг в основу цього номера журналу «Idealist».

Галина Романцова в інтерв'ю розмірковує над природою ввічливості: чому це не просто соціальна норма чи звичка, а фундамент безпеки в суспільстві.

Музика навчає мистецтву діалогу – на прикладі *Andante* Клари Шуман разом зі Світланою Кірутою поринемо в символічну мову цього твору.

Карлос Аделантадо поведе нас пустелею, де здобув цінний досвід співіснування у непростих умовах.

Запрошуємо і вас, дорогі читачі, заглибитися в тему гармонійного співіснування.

Ваша редакція ■



ВВІЧЛИВІСТЬ – ПРОСТІР БЕЗПЕКИ

РОЗМОВА З ГАЛИНОЮ РОМАНЦОВОЮ

■ Оксана Бовсуновська

Галина Романцова – викладачка культурної асоціації «Новий Акрополь» з 25-річним досвідом. У розмові пані Галина розмірковує про ввічливість як форму культури, інструмент для гармонійного співіснування і акт глибокої людяності. Чому ввічливість не тотожна любові, але може бути її підґрунтям? Чому такт – це дар душевної зрілості? Як норми поведінки формують простір безпеки, і чому суспільство, що нехтує цим, ризикує втратити здатність до діалогу? Про це та більше – в нашому інтерв'ю.



Коли дорослі кажуть дітям «будьте ввічливими», про що йдеться?

Коли ми говоримо дітям «будьте ввічливими», зазвичай маємо на увазі, що їхня поведінка ставить нас у незручне становище. Тобто сам цей

заклик свідчить про нашу потребу почуватися зручно, комфортно. Добре це чи погано? Звісно, добре, коли ми у зручній ситуації, і неприємно, коли нам незручно. Але чи означає це, що ми просто прагнемо конформізму та комфорту?

Я завжди кажу: ввічливість – це не те, що робить нас щасливими, а те, що робить наше життя принаймні стерпним.



Четвірка, Юзеф Хелмонський, 1881 р.

Ми часто говоримо, що прагнемо чогось незвичного, нових вражень і знань. Водночас існує безумовна цінність того, що ми *вже знаємо*. Важливо, що ми можемо кудись прийти, щось зробити, запитати про щось – і опинитися у *знайомій, звичній* для нас ситуації.

Прийняті в суспільстві звичаї та норми поведінки – це те, що зрозуміло і відомо всім, те, що гарантує нам передбачувану і звичну ситуацію. У таких умовах нам зручно, адже ми не відчуваємо напруги через невідомість, не хвилюємося, чого чекати від людини, яка щойно з'явилася поруч або увійшла в наш простір.

Отже, чи цінна ввічливість? Безумовно. Вона є величезним ресурсом, щоб зберігати наші сили для тих ситуацій, коли все дійсно відбувається незвично. Ввічливість – це чарівність звичайного. Якщо її немає, ми витрачаємо багато сил і енергії, насамперед психічної, на найбуденніші ситуації.

Чи можна вважати ввічливість проявом любові до іншого?

Ввічливість не є проявом любові. Ввічливість – це результат культури і виховання. Щоб існували норми поведінки, має бути культура, яка їх формує і вкорінює в суспільстві, тоді вони працюють. Звісно, норми поведінки ніколи не пра-

цюють повністю. Але саме в цьому і суть ввічливості: рухатися в межах норм і встановлених правил, щоб не сталося «аварій»; а якщо вони все ж трапилися – вирішувати конфлікт.

Не можна народитися ввічливим – тебе мають виховати. Тобто ввічливість, безумовно, культивується. А якщо не виховувати, тоді її просто не буде.

Тому якщо людина ввічлива, це не означає, що вона любить чи не любить, розумна чи ні. Це не свідчить ані про її природні якості, ані про інтелект, ані про чесноти. Людина може бути моральною, але через відсутність виховання – не бути ввічливою і створювати безліч незручних ситуацій для оточення.

Тобто можна стверджувати, що ввічливість була набута у процесі еволюційного розвитку людства?

Безумовно, вона набута – адже людина є соціальною істотою. А якщо ти живеш у соціумі, виробляються певні правила.

Коли ми говоримо «набута», сьогодні це звучить так, наче вона була втрачена. Звісно, ввічливість більш зрозуміла у традиційному

суспільстві, де чітко визначено, як усе має бути. Не в сенсі, що це добре чи погано – просто це так є. А от у пост-пост-традиційному суспільстві ці норми ставляться під сумнів. Ми постійно запитуємо: «А чому саме так?»

Уявіть собі: ви ходите автоматично. Але що було б, якби вам щоразу доводилося думати, як саме ставити ногу? Ви, напевно, змогли б ходити, але вже зовсім інакше, і точно з більшими енерговитратами. Ось так і в традиції: ввічливість «входить» у людину автоматично. Людина живе у суспільстві, де є певні правила, яких безумовно дотримуються. Ніколи не буває ідеального і повного виконання норм, але є певна домінанта. І саме це – дар традиції, яка діє.

Ввічливість залежить від доброї волі людини?

Не зовсім так. Я ввічлива, тому що так мене виховали. А є люди, яких так не виховали – і для них ввічливість справді може бути проявом доброї волі або вимушеною поведінкою, бо інакше вони не досягнуть бажаного. Тобто їм потрібні величезні зусилля для того, щоб бути ввічливими.

У цьому й приналежність традиції: коли певні речі з'являються і стають частиною тебе, ти не витрачаєш на них енергію. У тебе вивільняється величезна кількість внутрішнього ресурсу для інших справ.

Поруч із поняттям «ввічливість» часто згадують також «повагу». Зазвичай, коли ми кажемо про ввічливість, припускаємо, що є й повага. Але це не завжди так.

Традиційним прикладом є дипломатія. Сьогодні ми бачимо, як навіть у дипломатії зникають норми ввічливості – і нас це шокує. Але те ж саме відбувається й між людьми; на рівні дипломатії інший масштаб, тому це помітніше. Можна бути ввічливим і водночас хитрим, не поважати інших і дозволяти собі бозна-яку поведінку. Тому я й сказала, що ввічливість робить наше життя принаймні стерпним. Але ввічливість найцінніша саме тоді, коли за нею стоїть повага.

Зрештою, ввічливість – це ефективний інструмент у наших взаєминах. Насамперед, у стосунках із самим собою, бо з собою теж треба бути

ввічливим. Інший аспект – стосунки з близькими і незнайомими людьми. Це дуже різні речі: деякі люди можуть бути надзвичайно ввічливими з чужими, але вважають, що з близькими потрібно бути «щирими». Та часто це не «щирість», а небажання або нездатність стримати себе заради іншого.

Я вважаю, що справжня людяність полягає не в тому, щоб безкінечно відвойовувати свою територію або місце. Справжня людяність – у готовності поступитися своїм місцем. Я не маю на увазі, що не потрібно відстоювати власну гідність і принципи. Але боротьба за «місце під сонцем» – це більше про флору і фауну. А щодо людини, я думаю, ніхто не може зайняти місце іншого. Якщо ми відчуваємо себе не на своєму місці, це значить, що «моє місце» ще вільне, і у мене не вистачило сил до нього дістатися. Якщо ми так думатимемо, то станемо більш лояльні до інших.

Також я не вірю, що хтось комусь заважає зайняти своє місце. Але я знаю, що багато людей так вважають і будують стосунки на конкуренції. На жаль, сьогодні це часто вважається нормою, але це не повинно бути так. Бо норма – це те, що відповідає природі. Те, що допомагає людській природі пробудитися.

Людина – це істота, яка перебуває у процесі становлення. Наша природа ще повністю не проявила себе; ми й досі вчимося людяності і бачимо, як болісно і нелегко даються ці уроки. Ми часто поводимося не як люди. Ми на шляху. Людська мораль і норми – це як певний код: те, що загальноприйнято і має сприяти пробудженню справжньої людяності.

Моральність людини притаманна самій людській природі. Йдеться не про те, щоб комусь подобатися або бути корисними, а про відповідність самому собі. Насправді, норми поведінки та ввічливість допомагають нам стати собою.

Якщо ввічливість є в суспільстві, вона усуває багато чинників, які заважають людині проявитися, і допомагає будувати нормальні взаємовідносини з собою, іншими людьми, природою і світом, який нас оточує.

Тому ввічливість – дуже важливий інструмент. Але, як і будь-який інструмент, вона має бути в руках людини, а от якість самої людини – це вже інше питання.



Чи є межі ввічливості, коли вона перестає бути корисною і починає шкодити людині й людству загалом?

Потрібно розуміти, що ввічливість – це не просто «забарвлення» нашої поведінки. Вона не лише допомагає запросити інших у наш простір, а й здатна створити дистанцію там, де це необхідно. Сьогодні часто говорять про кордони – я не дуже люблю цей термін. Жартую, що деякі люди, на жаль, сприймають інших як рабів, які мають будувати їм ці кордони.

Безсумнівно, у кожного з нас є особистий простір – місце внутрішнього діалогу і зростання, яке ми вибудовуємо самостійно. Але є й спільний простір, у якому ми взаємодіємо з іншими людьми, із суспільством. І, безумовно, там наші особисті простори стикаються між собою. Тому нам потрібні правила, щоб організувати рух. Уявімо місто, в якому вимкнули всі світлофори. Дотримуватися правил дорожнього руху без них було б украй важко.

Коли ми говоримо «неввічливе суспільство», про що йдеться? Про хамство, жлобство, грубість... І це створює напругу, незручність.

Є буддійський вислів: «Легко бути нахабним, як ворона». Або популярний сьогодні вираз: «Нахабство – друге щастя». Але це твердження помилкове. Це софізм, бо насправді ніякого щастя в нахабстві немає. Навіть нахабній людині жити серед таких самих людей некомфортно. Нахабні цураються ще нахабніших.

А якщо ми любимо когось, але водночас поводимося нахабно, то неминуче ранимо близьку людину – і вона страждає. Навіть якщо ми не хочемо цього, але не вміємо діяти інакше, ми говоримо: «Полюби мене таким, яким я є». Але кому це потрібно?

Тому коли кажуть, що ввічливість може бути шкідливою – це не так. Вона не може шкодити, тому що це інструмент, який у нас є або його немає. Ввічливість має дві сторони: перша – та, що запрошує у наш простір, створює зв'язки; а друга вибудовує дистанцію, і це також треба вміти робити ввічливо. Відтак ввічливість може бути щитом, який теж корисний.

Чи можемо назвати ввічливість однією з норм співіснування?

Так, вона створює умови для співіснування. Але те, що людина вихована й дотримується норм поведінки, саме по собі ще не свідчить про її моральність. Безумовно, справжня моральність і людяність набагато цінніші. Але навіть за їх наявності, ввічливість відкриває дороги. Це хороший інструмент.

Щасливими нас робить моральність, а ввічливість допомагає встановлювати зв'язки. Вона робить нас більш ефективними у взаємодії з іншими.

Щасливими нас робить моральність, а ввічливість допомагає встановлювати зв'язки.

Чи може людина використовувати ввічливість для досягнення корисливих цілей? Безумовно. І можливо, саме в такому разі ввічливість може бути шкідливою, коли аморальна особистість прикриває свої недоброчесні наміри, щоб скористатися довірою простодушної людини. Але це вже інша історія.

Норми поведінки – це діючі форми. Водночас будь-яка традиція має цінності. Але якими б не були цінності, їм потрібні форми, через які вони втілюються. І ввічливість – це саме така форма, яка завжди необхідна, і вона змінюється залежно від традиції.

Що б ви сказали про ввічливість у сучасному світі?

Сьогодні ми зіткнулися з новим викликом – анонімністю. Вона виявила, що люди можуть поводитися дуже непристойно. Анонімність дає змогу тим, хто зовні поводяться чемно, але не мають моральної основи, безкарно й без осуду «виплеснутись». Анонімно люди частіше дозволяють собі некоректні висловлювання, але водночас це свідчить про те, що норми у нас все-таки є.

Прекрасно, коли норма збігається із внутрішнім ритмом і тактом людини. Адже є ще таке чудове почуття, як *такт*. Я вважаю, що такт – вроджений. Це завжди ознака зрілості і мудрості душі. Це дар, тому що такту неможливо навчити. Деякі люди тактовні: вони, можливо, не завжди знають, як проявити свої наміри, але коли бачать іншого, налаштовуються на нього – це вже такт. Це свідчить про глибоку внутрішню зрілість. А коли до такту додається ще й вихованість – це вже суперсила, яка відкриває дороги до сердець людей і робить суспільство значно ефективнішим.

Також ми бачимо, як єдність в суспільстві стає все більш недосяжною. Ввічливість робить

суспільство більш відкритим до діалогу, але проблема в тому, що ми не вміємо розмовляти одне з одним. А саме з цього треба починати. Це наша ахіллесова п'ята – у нас недостатньо культивується здатність до діалогу.

Я згадую Конфуція, який добре пояснював ідею єдності в суспільстві, спираючись на давню китайську традицію. Він говорив про два принципи – Тун і Хе. Тун – це досягнення єдності через одноманітність, через послух або чітку вертикаль. Принцип Хе – єдність через різноманітність, наприклад, різноманітність думок. Конфуцій каже, що «карати за інакомислення згубно для держави». Це ж про нас! У нас кожний козак має свою думку. І далі Конфуцій продовжує, що неможливо досягти єдності через різноманітність, якщо ми не в рамках правил – тобто не в межах тієї ж ввічливості.

Я завжди кажу: якщо зібрати людей з різними думками, різного інтелектуального рівня, дати їм обговорити якусь проблему і не встановити правила, – буде чути найнахабніших і найменш компетентних. Бо чим більше людина знає, тим більше може засумніватися у своїй точці зору. А той, хто знає найменше, не сумнівається. Особливо якщо людина невихована й

нахабна – саме її буде чути найгучніше. І хто від цього постраждає? Не той, хто знає, що можна робити, а сам невіглас, який піде з упевненістю і переконанням у власній правоті, і ще й масштабуватиме це навколо себе.

говоримо суто з меркантильного погляду. Тому сьогодні на підприємствах розробляють етичні кодекси. Але варто пам'ятати настанову Канта: «Людина ніколи не може бути засобом, а тільки метою», інше – аморально. Тому важливо

Ввічливість завжди є продуктом виховання,
а виховання вчить нас володіти собою.

Ми часто думаємо, що демократія – це коли кожен говорить те, що спаде йому на думку. Але люди ще 2,5 тисячі років тому зрозуміли: для того, щоб висловити думки, врахувати їх і знайти найбільш кваліфіковане рішення, щоб найцінніші думки з-поміж усіх інших були почуті, бо саме вони потрібні суспільству, – нам потрібні правила, регламенти, ввічливість і норми поведінки.

Чому, на вашу думку, ввічливість є важливим регулятором суспільних відносин?

Наведу приклад: єгиптяни понад 2 тисячі років тому, готуючи людей до управління іншими, говорили, що ввічливість – одна з найважливіших якостей керівника. Наведу цитату: «Якщо хочеш бути ввічливим, не вимагай відповіді від того, з ким заговорив, підтримуй розмову, яка не обтяжувала б його. Якщо виявиться його неграмотність, і в тебе буде привід присоромити його, поведься дуже делікатно: не примушуй, не перебивай, не засуджуй, не залякуй, не бентеж, не наголошуй, що надалі ти уникатимеш зустрічей із ним».

Ця цитата – про взаємини, про форми ввічливості між тим, хто вище, і тим, хто нижче. Тобто ввічливість завжди є продуктом виховання, а виховання вчить нас володіти собою.

Я знаю, що можуть говорити: володіння собою – це пригнічення, а не свобода. Ні, саме це свобода! Тому що несвобода – це коли ти не володієш собою. Я хочу звернути увагу, що це важлива річ для ефективності, навіть якщо ми

розробляти кодекси задля того, щоб люди мали більш гідне життя – не тільки в матеріальному сенсі, а й насамперед, щоб відчували гідне ставлення до себе і повагу. Тоді це добра справа.

Якщо уявити майбутнє, в якому ввічливість є основою для співіснування людства, яким буде це майбутнє?

Може виявитися дуже нудним, якщо ігнорувати розвиток моральності, освіти і творчості. Коли чомусь приділяється більше уваги, ніж потрібно, це все одно хвороба. Навіть в особистих стосунках ми ж розуміємо, що важлива ввічливість, але є моменти, коли просто не до неї. Або в найсокровенніші моменти життя.

Ввічливість – це інструмент, який допомагає нам зробити співіснування менш «травматичним». Але якщо ми скажемо: «Ось ввічливість, і цього досить», то може бути дуже нудно. Нам же потрібне щастя, а не просто здатність зносити життя. Хоча з іншого боку, здатність зносити життя – це вже немало. Тому тут не треба недооцінювати чи переоцінювати ввічливість. ■

БОГОМОЛ. ОДИН ОБРАЗ – БАГАТО СЕНСІВ

■ Олена Мартинова

Світ комах різноманітний і захопливий. Спостерігаючи за ними, люди часто наділяють їх людськими рисами. Мене особливо вразило, як у зовнішності та поведінці богомола звичайного (*Mantis religiosa*) жителі різних країн побачили абсолютно різні характери. У серії художніх робіт я спробувала показати багатогранність символізму цієї комах.



СВЯТИЙ

У багатьох європейських мовах богомол отримав назву завдяки своїй «молитовній» позі. Його складені разом і підняті вгору передні кінцівки нагадують людські руки, з'єднані перед грудьми в момент молитви. Саме тому у слов'янських мовах цю комаху називають богомол, у французькій – prie-Dieu, тобто «той, хто молиться Богу».



ВІЩУН

У Стародавній Греції цю комаху називали mantis, що означає «пророк», «віщун». Вважалося, що вона може вказати мандрівнику правильний шлях – як свята людина, котра веде дорогою істини.

САМУРАЙ

У японській культурі богомол – символ мужності, рішучості й відваги. Його бойова поза асоціюється із самурайською стійкістю перед небезпекою. Навіть невелика істота, яка безстрашно вступає в бій із сильнішим супротивником, викликає повагу.





ТРИКСТЕР


У міфології бушменів, що живуть в Африці, богомол постає одночасно як трикстер і творець. Він облудник і жартівник, здатний творити світ, гратися з ним і руйнувати його. Це не просто комаха, а ще й дух-посланець, який може являтися людям у вигляді знака або передвісника змін. Богомол – дух змін і парадоксів: водночас мудрий і наївний, рятівник і руйнівник.

Богомол – одна істота, яка має різні символічні тлумачення: пророк, воїн, святий, дух-посланець, трикстер. Усі ці образи – мов дзеркало людської душі. Людина сама обирає, які якості в собі розвивати і ким бути на життєвому шляху.

В Англії існує відома приказка: «Краса – в очах того, хто дивиться» (Beauty is in the eye of the beholder). Це стосується і здатності побачити прекрасне в комасі. А той, хто дивиться уважно, бачить не лише красу, а й глибоке символічне значення. ■

Олена Мартинова.

Папір, 56×38 см, акварель, акварельні олівці, туш



КОНКОРДІЯ І ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ В СУЧАСНОМУ СВІТІ

■ Оксана Бовсуновська

У світі розбіжностей та контрастів ми шукаємо способи порозумітися одне з одним. У філософії існує поняття конкордії – гармонійне співіснування, що передбачає не стільки відсутність конфлікту, скільки наявність глибокого взаєморозуміння. Concordia з латинської перекладається як «згода сердець». Це не про тишу, а про співзвучність у різноманітті, про щоденну роботу над собою у стосунках з іншими. Ми запитали членів культурної асоціації «Новий Акрополь»: що для вас означає співіснування і як ви втілюєте принципи конкордії у своєму житті?

Андрій Українець, Львів

Конкордія – це про розуміння і відчуття іншого, здатність спілкуватися мовою, якою розуміють тебе, і розуміти мову іншого. Спроможність працювати, відпочивати, ризикувати і, можливо, відкрито обговорювати розбіжності, якщо це веде до порозуміння з іншим. Це завжди робота над собою, адже інший – це випробування на терпіння, щедрість, доброту, вміння дружити, уважність і почуття гумору. Також це про здатність налагоджувати стосунки і зберігати їх, дарувати подарунки, вітати з днем народження, підтримувати один одного і багато іншого. Це про вміння підніматися над тим, що роз'єднує, і шукати те, що об'єднує.

*Ніна Аракелян, Київ*

Гармонійне співіснування – це коли «звучить музика». Кожен з нас – інструмент, який може видавати більш або менш чистий та злагоджений звук, але гармонія народжується тоді, коли ми вчимося бути співзвучними, знаходити правильні «пропорції» взаємодії. Для цього важливо знати свою «ноту» (а мовою філософії – знати, хто я, звідки йду і куди прямую), а також чути і знати ноти та тембри інших людей. З диригентом, прописаною мелодією, або й без неї, коли звучить чиста імпровізація, народжується справжня Музика. Я не можу підлаштувати решту інструментів під себе, та й не маю цього робити. Але те, що я дійсно можу – тримати свій власний інструмент у чистоті та справності, вдосконалювати володіння ним та розвивати слух. Кожного дня ставати хоча б трохи кращою за себе вчорашню, витягати себе з болота повсякденності й вчитися любити.

Юлія Каменщикова, Вінниця

На мою думку, ми не можемо бути щасливими, не відчуваючи чи не усвідомлюючи своєї спорідненості з іншими людьми, з природою та Всесвітом. Але чомусь ця ідея не завжди така очевидна. Потрібен час, життєвий досвід та певні зусилля для того, щоби ясно побачити ці взаємозв'язки. Так чи інакше, ми маємо співіснувати одне з одним. Але ця обумовленість породжує відчуття радості саме тоді, коли нас об'єднують спільні цілі і, найважливіше, спільні цінності та ідеали. З цієї відповідної точки пошук згоди стає невід'ємною складовою нашого життєвого шляху.

Якщо ж говорити власне про мій досвід, то для мене наша школа філософії, навчання, всі спільні проекти, які ми втілюємо, волонтерська робота, подорожі та відпочинок – це, безперечно, найпотужніший простір для втілення принципу конкордії разом із однодумцями. ■





БЕСІДА МІЖ ФОРТЕПІАНО, СКРИПКОЮ ТА ВІОЛОНЧЕЛЛЮ

■ *Світлана Кірута*

Усе в цьому світі звучить – тиша, літо, небо. Головне – вміти слухати і чути.

Співіснування – це мистецтво жити в гармонії: з собою, іншими, природою та Богом. Це цінний дар, і водночас – одне з великих випробувань. Деякі вартісні поради в мистецтві співіснування ми можемо отримати від іншого мистецтва – музики. Вона вчить слухати й чути, взаємодіяти зі своїм інструментом, перебувати у злагоді з іншими в ансамблі чи в оркестрі, народжуючи гармонію.

Спробуймо почути та відчути цю гармонію на прикладі Andante з фортепіанного тріо соль мінор Клари Шуман.

Це повільна третя частина музичного твору, яка нагадує «пісню без слів». Перед нами розгортається тиха і сповнена поваги розмова, вишукана бесіда, яку ведуть три голоси – фортепіано, скрипка та віолончель.

Фортепіано починає, задає тему для бесіди, створює настрій, далі мелодію підхоплює скрипка, яка розгортає думку, і насамкінець до розмови долучається віолончель, яка додає глибину та об'єм, розширює простір спілкування. Їхня взаємодія – це не змагання, а співприсутність, здатність почути та підтримати одне одного.

Усередині музика пришвидшується, в ній з'являється напруга, але вона не руйнує, а доповнює бесіду. Це нагадує пошук відповідей на вічні філософські питання: про життя, інших і самого себе. У цьому – момент зростання та набуття досвіду. Це особливо помітно у фіналі, коли здається, що звучить та сама мелодія, але вона вже інша і збагачена новими нюансами. Її розпочинає віолончель, а скрипка та фортепіано підтримують тонко й делікатно. Спокій, ясність і згода залишаються в серці.

Усе в цьому світі звучить – тиша, літо, небо. Головне – вміти слухати й чути. ■

*Пориньте у музику
Клари Шуман – Piano
Trio in G Minor, op. 17.
Скануйте QR-код, щоб
послухати.*





ПРЕЗЕНТАЦІЯ КНИГИ «СФЕРИ СВІДОМОСТІ. Я, ІНШІ ТА СВІТ»

Влітку 2025 року у «Новому Акрополі» в Києві відбулася особлива подія – зустріч із філософом, письменником, викладачем, президентом міжнародної організації «Новий Акрополь» Карлосом Аделантадо.

Автор презентував нову книгу, присвячену ключовому питанню: що означає жити свідомо? Книга, яка побачила світ іспанською мовою у 2024 році, тепер доступна українським читачам у перекладі.

Усвідомлення, за словами автора, – це шлях, що триває все життя. Свідомість може розвиватися, розширюватися, зростати в міру опанування нового досвіду. «Таке розширення тільки в нашій волі, – каже Карлос Аделантадо, – адже ми самі зв'язуємо себе або звільняємо, приймаючи певні життєві рішення».

«Сфери свідомості. Я, інші та світ» – не теоретична книга. Вона запрошує читача вирушити у власну подорож від поверхневого до сутнісного, від знеособленого до справжнього.

Вона нагадує, що жити свідомо означає наповнювати життя сенсом і любов'ю до інших.

Нижче публікуємо фрагмент із нової книги.

Скануйте QR-код, щоб замовити книгу на сайті видавництва:



nabooks.com.ua
+38 (067) 440 94 24
na.books@gmail.com



ДОСВІД СПІВІСНУВАННЯ

■ Карлос Аделантадо¹

Багато років тому мені довелося дізнати вельми захопливого досвідчення. Сталося це в пустелі Сахара в Марокко, у місяці серпні, і тривало тиждень. Нас було понад сорок осіб, трохи зухвалих, мрійливих і досить нерозважливих. Нам доводилося йти щодня через піщані дюни по десять годин.

Я навчився п'ятьох найважливіших речей, і всі вони стосувалися співіснування.

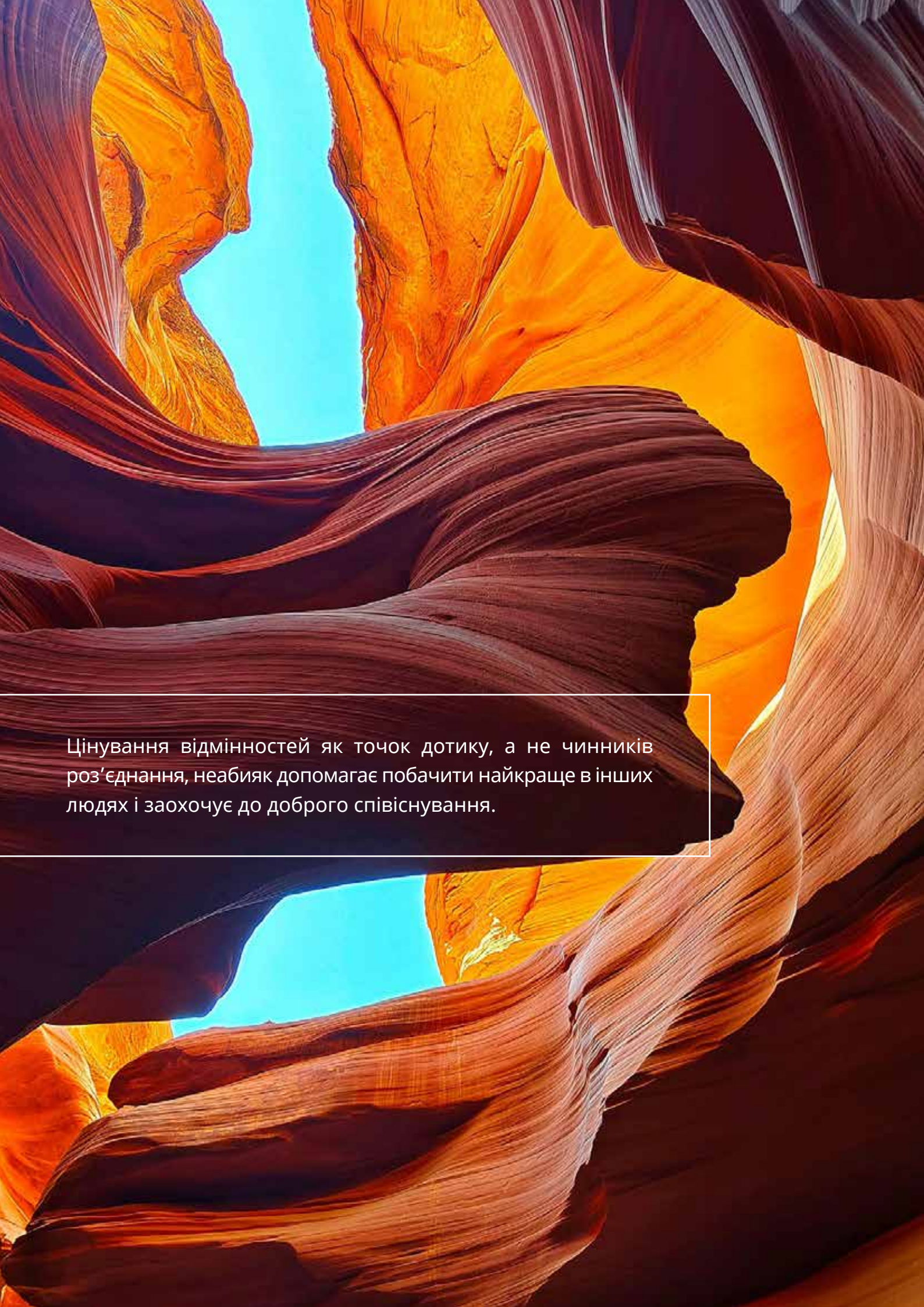
ВІДЧУТТЯ ЄДНОСТІ

Переходи були дійсно виснажливими, і першого ж дня ми збагнули надзвичайну важливість чуття перебування разом. На другий день ми вже намагалися не віддалятися один від одного більше, ніж на кілька метрів.

Ми постійно спілкувалися, але без зайвих балачок, а під час кількахвилинних технічних зупинок намагалися не втрачати один одного з поля зору. Ми ділилися всім: харчами, взуттям у разі потреби, медикаментами... Мета, якої ми досягли, полягала в тому, що ми всі дбали про спільне благо, а це означало, що кожен виконував свої обов'язки якомога ефективніше. Усі ми були друзями, і особисті преференції були ледь помітні.

Життя в Єдності – це досвідчення виживання і надважливий життєвий досвід. Чуття приналежності до чогось вищого понад власні інтереси, справжнього братерства з іншими людьми дає розуміння того, що всі ми маємо чесноти. Цінування відмінностей як точок дотику, а не чинників роз'єднання, неабияк допомагає побачити найкраще в інших людях і заохочує до доброго співіснування.

¹ Фрагмент із книги «Сфери свідомості. Я, інші та світ»



Цінування відмінностей як точок дотику, а не чинників роз'єднання, неабияк допомагає побачити найкраще в інших людях і заохочує до доброго співіснування.



КОЖЕН ДЕНЬ ІНАКШИЙ

Звісно, у всіх нас була одна мета і розроблений заздалегідь план з маршрутами, розкладом денних переходів. Але ми навчилися дечого вельми важливого: прораховувати завтрашній день. Ми були в пустелі, де все видається однаковим та одноманітним: краєвид, підсоння, день, ніч, зоряне небо, тиша... Щось поза реальністю!

Кожен день був не таким, як попередній, чимось своєрідним. Ми навчилися не думати про завтра, а тішитися і дивуватися з кожної дрібнички, що додавало сили у нашій мандрівці. Негативна фантазія – це бачити проблеми там, де їх немає, подібно до міражів у пустелі, коли несамохіть бачиш те, що хочеш бачити.

Потрібно було задіяти уяву, щоб побачити, як ти долаєш перешкоди і перевершуєш самого себе. І щодня вдосвіта, перш ніж рушити далі, глибоко в душі народжувалася подяка життю, яке дарує нам ще один день, щоб рухатися вперед до виднокола. Ще одну нагоду допомогти іншим і дозволити іншим допомогти тобі. А люди теж різні кожного дня.

Тому, як я вже казав, маючи правильне внутрішнє наставлення, можна насолоджуватися розмаїттям довкола, якщо ми здатні щоранку дивитися на життя новими очима.

ГОЇТИ РАНИ

Довгими годинами йдучи пустелею, можна не-постережно для себе поранитися, скажімо, намуляти ноги. Проте навіть незначні виразки слід гоїти, приділивши цьому необхідний час. Інакше ті нібито невеличкі виразки збільшаться, а це неминуче сповільнить рух команди і значно вплине на загальний настрій.

Треба передбачати все, що від нас залежить. Але ми, хай як це парадоксально, навчилися і того, що не варто надавати надмірного значення своїм виразкам. І багато хто з нас, йдучи година за годиною, день за днем, забували про свої болячки, намуляння та подряпини, про всі свої біди.

Так ми дізналися, що виразки можуть гоїтися в русі.

Долати біль – це надає сили усій спільноті, до якої ми належимо. І один зі способів цього досягти – прийняти власну долю. Те саме стосується і психологічного світу, душевних ран та непорозумінь з іншими. Тут у пригоді стане все, про що ми вже казали: гоїти рани, не гаючи часу, але спрямовувати очі тільки вперед. Іти далі, не прибільшуючи, але й не применшуючи власного і чужого болю.

Для цього треба бути сильним, бо тільки сильні можуть забути та пробачити, йдучи далі дорогою життя.

ДИСЦИПЛІНА

Минали дні, і всі ми, природно, ставали більш дисциплінованими, виконуючи необтяжливі обов'язки, за які бралися. Цей стан усвідомленості не дозволяв нам марнувати час, розслаблятися чи втрачати самоконтроль.

Хоч би що ми робили, ми лишалися пильними у фізичному сенсі та в метафізичному, тобто психоментальному. Таким чином, ми завше були готові до дотримання усталеного розкладу, враз реагували на несподівані виклики і виконували обов'язки, що взяв на себе кожен із нас. Від індивідуального ритму кожного великою мірою залежав ритм цілої групи.

На психологічному й ментальному рівнях виникали відчуття і думки, яких не треба доз-

воляти собі, якщо хочеш вижити та належно співіснувати. Відомо, що людині виснаженій, наструнченій і спраглий перепочинку непросто контролювати свою психіку і розум. Тому на всіх планах особистості так необхідна свідомо дисципліна, яка не допускає тріщин, крізь які можуть просякнути чинники відособлення, як-то сумніви або негативні емоції.

Особиста дисципліна дозволяла нам увійти в життєвий потік, що заохочував нас зберігати добрий гумор і приймати все, що приготувало нам життя на найближчі години. Ми приймали дійсність, не ставлячи під сумнів причини, що привели нас у піски в спекотному серпні, і це було психологічним визволенням, яке єднало нас одне з одним зі справжньою радістю. Я переконаний, що дисципліна, – хай-то йдеться про родинне вогнище, місце праці, найближче оточення, свій район чи місто, – надзвичайно корисна річ для гармонійного співіснування.

ВМІТИ ПРОГОДУВАТИ СЕБЕ

І наостанок: в екстремальних умовах пустелі ми навчилися правильно їсти й пити. Скажімо, воду треба пити маленькими ковтками через певні проміжки часу, якщо навіть і не відчуваєш спраги. Їсти потрібно у визначений час, хай і немає голоду.

Відчувати, як сили щомиті відновлюються, означає відчувати себе сильним. А ще треба бути сильним, аби жити разом у злагоді й гармонії, бо тільки сильні здатні дати іншим те, що їм треба, коли вони цього потребують. Користати з енергії життя і проявляти наші внутрішні сили – це те, що нас зміцнює і тримає разом. Справжнє єднання – це надбання сильних душ.

Саме тому неодмінною умовою співіснування є оновлення. Йдеться про те, щоб не піддаватися рутині, млявості, зневірі та думкам, що «сьогодні все, як учора, і завтра буде так само». Навіщо так думати, якщо ми знаємо, що завтра все буде інакше? Адже одне можна сказати напевно: ми будемо інакшими.

Щоб оновлюватися, головне – прагнути цього, зберігати добрі спогади й намагатися забути прикрі, докладати зусиль, аби плекати у свідо-

мості шляхетні емоції та почуття, добрі думки. Треба навчитися жити розум і серце, берегти здорове психологічне «травлення», що дозволяє нам жити з іншими у злагоді.

ЗІБРАННЯ У СТОЛЯРНІ

Хочу завершити цей розділ казкою, яка може бути досить повчальною.

«У столярні відбулись дивні збори за участі різних ужиткових інструментів, що мали залагодити свої незгоди. Першим зголосився очолити президію Молоток, але збори висловили йому недовіру. Чому? Він був надто гучний і тільки те й робив, що грюкав. Молоток визнав свою провину, але попрохав вигнати і Шурупа: мовляв, від нього не має ніякої користі, якщо по ньому стукати. Шуруп прийняв свою відставку, але своєю чергою зажадав відставки і Наждаку: він, мовляв, дуже жорсткий у поведженні й завше у нього тертя з іншими. Наждак погодився за умови, що буде відставлений і Метр: він, мовляв, збавляв час, вимірюючи інших, наче сам він був ідеальний.

Аж тут зайшов столяр і взявся до праці, беручи до рук навперемін то молоток, то наждак, то метр і шуруп. Зрештою, оцупок дерева перетворився на гарні меблі. Щойно столяр пішов, як інструменти повернулися до дискусії. Ножівка мовила: «Панове, ми зрозуміли, що не позбавлені певних вад, але столяр працював з нашими властивостями, з тим, що в нас є доброго, тому негоже нам розмірковувати над нашими вадами, подумаймо про наші чесноти». Зрештою, збори ухвалили, що Молоток дужий, Шуруп міцно з'єднує, Наждак згладжує шорсткість, а Метр точнісінький. Усі вони відчули себе єдиною командою, здатною виробляти гарні меблі. А їхні відмінності відступили на задній план²».

Переклад з іспанської В'ячеслава Сахна ■

² Gutierrez J.L., Bernal Trujillo M.I. La culpa es de la vaca / Intemedio Editores, 2012.

ПОЕЗІЯ

■ *Євген Плужник*

Ніч... а човен – як срібний птах!..
(Що слова, коли серце повне!)
...Не спіши, не лети по сяйних світах,
Мій малий ненадійний човне!
І над нами, й під нами горять світи..
І внизу, і вгорі глибини..
О, який же прекрасний ти,
Світе єдиний!

(зі збірки “Рівновага”, 1948)

■ *Дмитро Фальківський*

Комусь дано діла творить великі
Що ниткою простягнуться в віки,
А з мене досить, що не був дволикий,
Що серця не міняв на мідяки;
А з мене досить, що маленькі вчинки
І пориви свої, й діла дрібні
Я не приносив продавати на ринки,
Мов той крамар в базарні дні.
І хоч тепер уже лягла утома
І борозни прорізали чоло –
Я все ж радий, що кожну кому
В своїх піснях я напоїв теплом;
Я все ж радий, що вмів співати просто,
Благословляючи людей і кожну мить,
Що моє серце, виснажене доста,
Учили прагнути, горіти і любити.
Тому не заздрю я нічому і нікому,
Хай іншим їх незрівняні діла...
А з мене досить вміти вкласти в кому
Хоч би одну краплиночку тепла.

1928

ФІЛОСОФІЯ ДЛЯ ЖИТТЯ

Курс лекцій та практичних занять



20 лекцій
заняття щотижня

практичні заняття
та діалоги

курс вивчається
у 54 країнах



Програма

- Філософія як спосіб життя ▪ Індія ▪ Тибет ▪ Єгипет ▪ Рим і стоїки ▪ Конфуцій
- Платон ▪ Плотин ▪ Аристотель ▪ Свобода вибору і доля ▪ Філософія історії



Що дає курс практичної філософії


- пізнавати себе і вчитися володіти собою
- краще розуміти інших
- приймати події, виклики часу і не боятися змін
- розвивати критичне мислення, міркувати та розширювати світогляд
- розвивати символічне мислення та творчу уяву



Більше, ніж навчання

Разом ми робимо культурні і волонтерські проекти. У школі філософії «Новий Акрополь» ви знайдете однодумців, щоб допомагати природі та людям.

Запрошуємо у філософську подорож! Реєструйтесь і запрошуйте друзів:

 newacropolis.org.ua

 [philosophy_course](https://www.instagram.com/philosophy_course)

НА

НОВИЙ АКРОПОЛЬ
ВИДАВНИЦТВО





Готуються до друку

- Платон «Алківіад I»,
Прокл «Коментар до "Алківіада I"»
- Делія Стейнберг Гусман
«Шлях до перемоги»

Для придбання і розповсюдження звертатися:

nabooks.com.ua,
facebook.com/NewAcropolisPublishing

  +38 (067) 440-94-24

