Для цитирования: Пеннер Р. В. «Технологии себя» в условиях самоизоляции // Социум и власть. 2020. № 3 (83). С. 65—73. DOI: 10.22394/1996-0522-2020-3-65-73.

DOI: 10.22394/1996-0522-2020-3-65-73

УДК 101

«ТЕХНОЛОГИИ СЕБЯ» В УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ

Пеннер Регина Владимировна,
Южно-Уральский государственный университет,
доцент кафедры философии,
кандидат философских наук.
Российская Федерация, 454080,
г. Челябинск, пр. Ленина, д. 76.
E-mail: penner.r.v@gmail.com

Аннотация

Введение. В условиях пандемии COVID-19, распространившейся по миру в начале 2020 г., особое внимание уделяется внешним трансформациям в бытии человека: вынужденное пребывание дома, использование средств индивидуальной защиты в общественных местах, социальная дистанция и т. д. Тем не менее серьезной трансформации подвержен и внутренний мир человека. Другой из необходимого элемента, структурирующего мир я (позиция Ж. Делеза), превращается в потенциального носителя вируса. Поэтому особую актуальность приобретает проблема рефлексии человека с целью заботы о самом себе в ситуации кризисности.

Цель. Обосновать эффективность духовных практик периода Античности и раннего Средневековья как форм заботы о внутреннем в человеке в условиях пандемии.

Методы. В исследовании были использованы общенаучные методы — анализ и синтез, индукция, дедукция, абстрагирование. Кроме того, применены сравнительно-исторический метод, метод интерпретации и системный подход. С помощью диалектического подхода была обозначена связь внешнего и внутреннего в человеке.

Научная новизна исследования. Обозначены три сценария ответов человека на самоизоляцию в контексте событие (внешнее) — смысл (внутреннее): ориентация на внешнее событие; создание внешнего события; обращение к себе.

Результаты. В условиях самоизоляции, оставшись наедине с собой, человек столкнулся с проблемой — кризисом идентичности (эмпирическое подтверждение наличия этой проблемы предоставили психологи и психотерапевты Челябинска и Челябинской области[1]). Проблема эта обусловлена тем, что пандемия сократила многие связи человека с внешним миром (работа, учеба, отношения с друзьями и родственниками) и/или перевела их в дистанционный формат. Поэтому сознательно или, опционально, на уровне неосмысленного запроса, у человека возникла потребность в переосмыслении своего «я». Переосмысление есть рефлексивная процедура, когда человек заново учится общаться со своим я. М. Фуко проанализировал и систематизировал примеры духовной работы с я, изучая практики заботы о себе античных мыслителей и ранних христиан.

Выводы. Вирус COVID-19 внес существенные коррективы в бытие человека. Не меньшие коррективы были внесены в события (Ф.И. Гиренок), наполняющие жизнь человека. Ответы человека на изменения в своем бытии можно уложить между двумя полюсами: событием и смыслом. Даже находясь дома, многие продолжают ориентироваться на внешнее, создавая что-то свое (например, аудиовизуальную продукцию) или потребляя результаты деятельности другого. Вместе с тем ориентация на смысл предполагает сосредоточение на самом себе. Философы и богословы, практиковавшие заботу о себе около двух тысячелетий назад, предложили разные формы рефлексии, преследующие одну цель — научиться разговаривать с самим собой.

Ключевые понятия:
забота о себе,
технологии себя,
духовные практики,
античные философские практики,
внутреннее,
внешнее,
я,
самоизоляция,
пандемия.

[1] Психологи и психотерапевты рассказали, как челябинцы отреагировали на угрозы эпидемии COVID-19 // URL: https://www.znak.com/2020-05-21/psihologi_i_psihoterapevty_rasskazali_kak_chelyabincy_otreagirovali_na_ugrozy_epidemii_covid_19 (дата обращения: 12.06.2020)

Постановка проблемы

В феврале 2020 г. весь мир узнал о новом инфекционном заболевании, получившем название COVID-19. В марте этого года Всемирная организация здравоохранения постановила, что распространение вируса COVID-19 приобрело характер пандемии. Уже в марте некоторые организации, в том числе, учреждения высшего образования перешли в режим дистанционной работы. С 30 марта по указу президента «в целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения на территории Российской Федерации» на самоизоляцию ушло большинство трудоспособного населения страны [12].

Вместе с тем я не ставлю перед собой задачи по восстановлению хронологии пандемии. Обращение к хронологии в рамках этой статьи носит прикладной характер, как указание на основные точки вынужденной встречи человека с самим собой и с тем другим, кто оказался на период самоизоляции под одной крышей с ним. Я не случайно маркирую эту встречу как вынужденную по одной простой причине, вне зависимости от того, как мы встретили Указ Президента РФ от 25.03.2020 и последующие указы и распоряжения (положительно или критически), все мы оказались в ситуации необходимого «сидения дома». В контексте этой «изоляции» человек встречается с самим собой; но не с повседневным образом своего я, вовлеченного во множество социальных контекстов (работа, друзья, интересы и др.), а со своим я, «очищенным» от всего внешнего, наносного.

Замечу, что в ситуации самоизоляции произошла не только встреча человека со своим «голым» я, но и с другими (главным образом, с членами семьи), а также с практическими, прежде всего финансовыми трудностями. Однако в статье я сосредоточу свое внимание исключительно на контексте идентичности, а именно на проблеме движения я от внешнего к внутреннему. Отмечу, что под идентичностью я понимаю соотнесения человеком своего я с внешними пределами (ролями, статусами) и одновременно осмысление человеком своего я вне опоры на внешнее, самотворение при опоре только на внутреннее.

Диалектика внешнего и внутреннего в человеке

Еще Р. Декарт как один из ярких представителей эпохи Нового времени и Просвещения, вводя принцип методического сомнения, разграничил внешнее и внутреннее в человеке. Согласно этому принципу, «я» сомневается во всем, что его окружает, вплоть до того, что «я» сомневается в существовании собственного тела. Единственное, что сомнению не подлежит, это сама сомневающаяся мысль, которая вместе с тем является неопровержимым доказательством существования я.

В контексте сомнения Р. Декарта мне, прежде всего, интересно противопоставление тела и мысли. Вопросом о том, что есть человек и из каких элементов он состоит, задавались еще древние. Остановимся на позиции Сократа, утвердившего, что «человек, заботящийся о своем теле, заботится о том, что ему принадлежит, но не о себе самом» [9]. В диалоге Платона «Алкивиад I» Сократ концептуализирует понятие epimeleia heautou, «забота о себе». Введя понятие заботы в диалоге с Алкивиадом, Сократ стремился доказать юному политику, что, во-первых, феномен человека не ограничивается человеческим телом и его речами; во-вторых, забота нужна не только внешнему в человеке (телу и имуществу), но, прежде всего, внутреннему (душе).

Однако вернемся к современному человеку. Сегодня человека можно рассматривать двояко, с позиций внешнего и внутреннего. С одной стороны, Я формируется под воздействием социального статуса, ролей и «масок», которые используются в повседневности. С другой стороны, за этим набором стоит (или должно стоять) некое внутреннее я, которое в идеале свободно от внешних личин, указывает на лицо человека в его стремлении к лику как к нечто трансцендентному (не обязательно религиозному) (П. И. Флоренский, «Иконостас»).

Тогда проблема встречи с собой поднимает другой вопрос: кто есть я, встреча с которым возможна при приглушении или даже заглушении внешнего шума?

Здесь натыкаемся на серьезную концептуальную проблему: а есть ли это я вне социальных ролей, масок и личин? Философы-постмодернисты, например, отвечают на этот вопрос отрицательно: человек растождествляется, его идентичность как бы ускользает от схватывания, она не зафиксирована, пребывает в ситуации имманентного становления.

Постмодернисты не были одиноки в отказе от некой самости, «чтойности» (П. Рикер), устойчивой идентичности. В философии диалога, к примеру, М. М. Бахтин, в том числе ставил вопрос о подлинном «я», точ-

нее — о «вненаходимости» человека, т. е. о том состоянии человека, когда нахождение себя происходит только в точках несовпадения с собой, в со-причастности другому [4].

В этом ключе интересна идея В. В. Бибихина, утвердившего потерянность человеческого существа:

> Нет ничего лучше потерянности и растерянности...
>
> Почему? Что теряешь в потерянности? Теряешь дорогу, теряешь себя — какого «себя»? Того, который и так был потерян в своих слишком четко поставленных целях, на своих слишком ровных путях. Потерять этого потерянного, потерять дорогу, которая сама — потеря... Такая потерянность — выход в открытость, где все непрерывно начинается заново... [19]

В. В. Бибихин предложил удивительную трактовку потери и потерянности себя, зафиксировав то положение человека в мире, когда впервые происходит встреча с собой, таким отличным от себя повседневного, работающего, проживающего или даже выживающего. Дальше В. В. Бибихин продолжает (отчасти согласуясь с установкой М. Хайдеггера о стоянии на границе бытия): чтобы эта встреча состоялась необходимо «бросить себя-потерянного и обрести себя-потерявшегося, идущего в пространстве без указателей и заранее проложенных путей...» [19]. Бросок в мир полагает принципиальную открытость миру, открытость бытию.

Прежде чем бытию открыться, человек должен задаться вопросами: что есть это бытие? и кто этот я, бытию открывающийся? В этих вопросах человек вопрошает об основаниях собственного бытия; по Н. А. Артеменко, он превращается в то существо, которое способно в определенный момент времени поставить перед собой эти вопросы. В игру вступает своеобразная диалектика: с одной стороны, именно человек задает эти вопросы; с другой стороны, человек, вопрошая о собственных основаниях, является тем, кто задан этими вопросами [2]. Разразившуюся эпидемию можно оценить в качестве катализатора тревоги человека за свое настоящее и будущее. В определенном смысле она обусловила обращение человека к смысложизненным вопросам, значимое место среди которых занимает вопрос «кто я?».

Все это приводит Н. А. Артеменко к выводу о том, что современный человек не знает, кто он [3]. В этом современный человек не одинок. Сократ в диалоге с Алкивиадом сначала развивает миф о знании юного политика того, кто он есть, затем утверждает необходимость epimeleia heautou как условия власти над собой (необходимое первое) и управления государством (возможное второе).

Подступы к «заботе о себе»: диалог Платона «Алкивиад I»

В этом диалоге Сократ обращается к своему возлюбленному (любовь в данном контексте не есть нечто телесное, но духовное чувство, как Эрос из «Пира»), прекрасному Алкивиаду. Суть их диалога Сократ сводит к проблеме: «Ты утверждаешь, что тебе не нужен никто из людей: мол, присущее тебе величие — как телесное, так и душевное — таково, что ты ни в ком не нуждаешься» [9]. Действительно, в самом начале диалога Алкивиад предстает перед читателями как прекрасный юноша из благородной семьи, увлеченный идеей заняться политикой и повести афинскую армию против богатых территорий Лакедемонии и Персии.

Однако в ходе диалога выясняется, что Алкивиад не способен дать основания многим из своих убеждений, в том числе, тому, что есть справедливость или образованность:

> Алкивиад. Я думаю, мой Сократ, что афиняне да и все остальные эллины редко задаются вопросом, что справедливо, а что несправедливо: они считают, что это само собою ясно. Поэтому, отложив попечение о справедливости, они заботятся лишь о пользе дела. Ведь справедливое и полезное, как я полагаю, — это не одно и то же: скольким людям, чинившим величайшую несправедливость, это принесло выгоду, в то время как другим, хоть и вершившим справедливые дела, по-моему, не повезло [9].

Более того, принцы Персии и Спарты, в речи Сократа, прежде чем воссесть на положенном им троне обучаются искусствам мудрости, справедливости, воздержанности и мужества. Алкивиад же не получил никакого образования. Поэтому Сократа не удовлетворил ответ его юного собеседника; Алкивиад ориентируется на конкретные примеры, но упускает суть. Незнание понятий является для него препятствием на пути к знанию как таковому. Однако Сократ утверждает, что все еще можно исправить: Алкивиад должен обрести технэ, искусство работы с собой. Сократ, в голове которого звучит даемон, стремится вывести Алкивиада из пещеры незнания. Выход этот сопровождает идея заботы о себе:

> Сократ. Пусть. Однако что ты собираешься делать с самим собою? Остаться таким, каков ты есть, или проявить о себе некоторую заботу?

Алкивиад. Мы должны это решить сообща, мой Сократ ... [9].

Сократ выводит своего собеседника на проблемы распространенных мнений, не требующих доказательств: если твое тело красивое и гибкое, то тебя окружают толпы поклонников; если ты произошел из благородной семьи, то твое дело — заниматься политикой. Такие мнения подобны теням пещеры («Государство» Платона), что диктуют человеку «истину», но истина эта растворяются при свете Солнца.

Чтобы предотвратить «растворение» Алкивиада, Сократ обращает внимание юноши на вопрос о том, что является предметом заботы о себе. В ходе рассуждений они выходят на следующее: забота о башмаках не тождественна заботе о ногах; гимнастические упражнения есть забота человека о своем теле, но само я — нечто большее, чем тело и все то, что ему принадлежит: бамшаки, одежда, дом и иное имущество.

Сократ. Послушай же: каким образом могли бы мы отыскать самое «само»? Ведь так мы, быть может, узнали бы, что мы собой представляем, не зная же первого, мы не можем знать и себя [9].

Красивый оборот «самое “само”» как раз указывает на то внутреннее в человеке, что не имеет наружного (поверхностного) плана, и, тем не менее, выступает его остовом. В дискурсе Сократа этим «само» является душа, которая должна пробудиться в процессе обучения. Это пробуждение Сократ именовал вторым рождением человека. Рождение самости возможно в процедурах майевтики, где в ответах на вопросы философа в устах отвечающего рождается истина.

М. Фуко и П. Адо были первыми из современных философов, кто возродил идею заботы о себе в ее первоначальном философском понимании. Если П. Адо интересовал исторический план идеи, т. е. вопрос о том, кто есть человек как представитель античной Эллады, реализующий заботу о себе; то М. Фуко задался кантовским вопросом, что есть человек; в поисках ответа он использовал призму истории для конструирования картинки современности.

«Технологии себя»: доклад, прочитанный М. Фуко в университете Вермонта осенью 1982 г.

Теме заботы о себе посвящен третий том историко-философской работы М. Фуко «История сексуальности». Работа вышла в свет в 1984 г. До этого, в 1982 и 1983 г., М. Фуко прочел доклады в рамках семинаров «Забота о себе» (англ. Care of The Self) и «Технологии себя» (англ. The Culture of The Self) в университетах Вермонта и Беркли (США). Оба семинара нашли отклик у академической аудитории и университетской молодежи Северной Америки.

В своем докладе, переведенном на русский язык как «Технологии себя» (*более точный перевод — культура себя*), М. Фуко сосредоточился на вопросе о том, «что же мы представляем собой вот в это наше время?» [17]. Для ответа на этот вопрос он обратился к четырем типам технологий, конституирующих практическое мышление человека:

1) технологии производства — манипуляция инструментами и вещами;
2) технологии знаковых систем — манипуляция знаками, денотатами и сигнификатами;
3) технологии власти — манипуляция субъектами;
4) технологии себя — манипуляция телами, душами, мыслями, поступками с целью обретения счастья [17, с. 99—100].

Именно четвертый тип технологий вызвал особый интерес М. Фуко в его многолетних исследованиях субъективности. В поисках ответа на вопрос, как человек превращает самого себя в субъекта, он обратился к духовным практикам античных философов и ранних христиан. Это обращение не случайно. С одной стороны, именно античные философы вошли в историю как знатоки и лекари человеческой души. К примеру, Марк Аврелий в своих «Размышлениях» утверждал практику культивирования себя; Цицерон, в свою очередь, определял приоритет мысли человека над его поступком: «Каждый человек — отражение своего внутреннего мира» [18, с. 253]. С другой стороны, христианские аскетические практики стали основой в формировании мировоззрения европейского человека. М. Фуко в аналитике широкой источниковой базы, расположившейся между крайними фигурами, вопрошающим Сократом и несущим слово Божье Григорием Нисским, сумел отыскать в отличных друг от друга духовных практиках принципиально общее — «забота о себе конституировалась не только как принцип, но и как постоянная практика» [17, с. 100].

Практика заботы о себе, epimelēsthai sautou, возникла на территории Древней Греции. Возникновение это неслучайно: забота о себе была одним из ключевых

принципов в существовании гражданина свободного города-государства; в основе такой заботы лежало не намерение, но действие, регулирующее общественную и личную жизнь человека. Так как в городах была установлена непосредственная власть народа, то представители этого народа должны были эту власть уметь осуществлять (обращение Сократа к мечтающему о власти Алкивиаду).

М. Фуко обозначил, что в истории духовных практик можно выделить разные формы заботы о себе:

1) в отношении мысли (Платон, Аврелий, Плиний);
2) в соотношении мысли с правилами внешнего поведения — ориентация на действие, доброе дело для успокоения совести (Эпикур, Сенека);
3) в отношении скрытой мысли — обнаружения греха внутри себя (христианство).

Ключевым элементом всех трех форм заботы является рефлексия — обращение к внутреннему в себе с целью понимания своего понимания, видения мира. Как раз на это ориентировался Сократ в майевтической методе. Как было показано выше, в диалоге Сократ демонстрирует то, что его собеседник зачастую транслирует некую доксу, распространенное мнение. Это то убеждение, что существует в головах многих, но не концептуализировано ни в чьей голове. Майевт, в свою очередь, подобно искусной повитухе, помогает собеседнику в рождении истины. Особую важность приобретает в этом процессе даже не разубеждение соучастника диалога в доксе, но нащупывание философом возможного пути к истине. И здесь участники диалога наталкиваются на проблему, что условно можно обозначить как рамки или границы мировоззрения. Мировоззрение с необходимостью существует в конкретных границах. Но границы эти накладывает внешнее, та ситуация, из которой я произошло и в которой я существует (семья, профессиональное сообщество, город и т. д.). Внешнее в этом «я» не является благодатной почвой для того, чтобы встреча с внутренним во мне состоялась. Поэтому беседа в контексте духовной практики становится аскезой, не речь для услаждений себя и другого, а движение к истине:

> Только уж, клянусь Зевсом, афиняне, вы не услышите речи с разнаряженной, украшенной, как у этих людей, изысканными выражениями, а услышите речь простую, состоящую из первых попавшихся слов. Ибо я верю, что то, что я буду говорить, — правда, и пусть никто из вас не ждет ничего другого; да и неприлично было бы мне в моем возрасте выступать перед вами, о мужи, наподобие юноши с придуманною речью [10].

Но вопрос, что есть правда и где истина, Сократ тем не менее оставляет без ответа. Только последующие слова вносят ясность: «Началось у меня это с детства: вдруг — какой-то голос, который всякий раз отклоняет меня от того, что я бываю намерен делать, а склонять к чему-нибудь никогда не склоняет» [10]. Истина в этом контексте представлена не чем-то внеположенным по отношению к я, но тем, что «скрывается» во мне. Отсюда духовные практики античности ориентированы на обращение вовнутрь себя, встречу с таким своим я, что как бы спрятано за слоями повседневных дел и забот.

Необходимость «быть рефлексивным» находит свое отражение во многих практиках античности: от движения к уединению (Плиний, Марк Аврелий) до писем друзьям (Эпикур, Сенека). В этих практиках реализуется желание уйти от шумного мира и побыть наедине с собой. Именно в такой ситуации философы находили душевный покой, сосредотачиваясь на анализе своих поступков, зачастую детализируя описание того, как прошел день, или анализируя те идеи и мысли, что наполняли сознание. В этом контексте интересны дневники стоиков (от Эпиктета до Аврелия), размышления которых переходят в наставления.

К примеру, в самом начале своих «Размышлений», во второй книге, Аврелий фиксирует:

> Помни, с каких пор ты откладываешь это и сколько уже раз, получив от богов отсрочку, ты не воспользовался ею. А пора уж тебе понять, какого мира ты часть и какого мироправителя истечение, и очерчен у тебя предел времени; потратишь его, чтобы так и не просветлиться душой — оно уйдет, ты уйдешь, и уж не придется больше [8].

Или далее:

> Поступать во всем, говорить и думать, как человек, готовый уже уйти из жизни. Уйти от людей не страшно, если есть боги, потому что во зло они тебя не ввергнут. Если же их нет или у них заботы нет о человеческих делах, то что мне и жить в мире, где нет божества, где промысла нет? [8]

В обоих отрывках примечательно то, что в своих наставлениях Аврелий обращается не к кому-то внешнему, к другому, но к себе. В этом обращении он рефлексирует над произошедшим и настраивается на будущее так, что всегда соотносит свое действие или

намерение с неким негласным правилом, которое, тем не менее, синтезирует квинтэссенцию всей жизни: проживи так, чтобы с достоинством встретить смерть.

Как известно, письма и дневники являются примерами письменного дискурса, столь интересовашего М. Фуко. В письме «я» фиксирует мысль на бумаге, благодарю чему к этой мысли можно обращаться в последующем, уже после момента ее проживания и переживания. Более того, на бумаге фиксируются истины, «в которых нуждаешься». Соотнесение зафиксированного опыта с этими истинами открывает пространство большей рационализации своих поступков в прошлом.

Как раз в сосредоточении на прошлом состоит отличие философских практик античности от духовных раннехристианских практик. Уже Кассиан (IV—V вв. н. э.), по М. Фуко, медитирует (сосредотачивается, концентрируется) на «теперешние мысли». Нельзя утверждать, что при распространении христианства произошла значительная трансформация духовных практик. Скорее, произошло смещение направления опыта на постоянную заботу о настоящем, на разграничение своих мыслей и всего мыслительного потока: тех, что ведут к Богу, от тех, что затягивают по направлению к греху.

Во всей этой аналитике интерес М. Фуко прочитывается в том, чтобы закрепить момент рождения дисциплины и дисциплинарности в мировоззрении человека. Меня же привлекают сами практики как опыт философствования с другим и с собой; как опыт встречи с самим собой; как опыт обнаружения оснований внутри себя, когда все внешние основания рушатся; как опыт, благодаря которому современный человек может справиться с теми коррективами, что внесла в его бытие пандемия.

Заключение

Современный философ-антрополог Ф. И. Гиренок в противопоставлении события и смысла отмечал текучесть первого и устойчивость второго; смысл сдерживает событие, затягивает его, тем самым создавая порядок, традицию; смысл преодолевает становления. Но события играют, а смыслы утрачиваются. События расширяют горизонт пространства, а вертикаль растворяется. Кажется, что события предшествуют смыслу, но их связь не подобна диаде сущность — существование. Смысл возникает только тогда, когда человек дает ему право возникнуть.

Человек вовлечен в карнавал событий; динамика внешнего сопутствует его становлению. С событиями человек изменяется и развивается; со смыслом же он приобретает устойчивость, укорененность. Событие существует во времени, торопит его; смысл же пророс в пространстве, своими повторения он лишь тормозит время. Событие множественно — смысл един во множественном. Событие вот оно: включайся, утекай; чтобы обрести смысл, внешнего включения не достаточно: «Тебе нужно всего лишь взять себя в руки, войти в берега. Но войти в берега можно, если ты из них когда-то вышел. Вышел и попал в состояние несобранности, несвязности» [6, с. 127].

По Ф. И. Гиренку, бытие человека может быть расположено между двумя модусами, событием и смыслом. Ориентация на событие есть движение за чем-то внешним; вовлечение я в по-ту-сторонее к себе. В статье я обращаюсь к изменению бытия человека в период пандемии. Сама по себе пандемия есть как раз это по-ту-сторонее. Но она «загнала» человека в его дом, пространство укоренения. Как показали события марта — апреля 2020 г., не для всех россиян дом стал местом прорастания смысла; гонка за событием продолжилась, только перешла она из пространства реального в виртуальное.

В контексте отношения человека к событию позволю себе выявить сценарии ответов на самоизоляцию:

1) ориентация на внешнее событие, когда внешнее событие перешло из физической реальности в Интернет;
2) создание внешнего события (выход и фиксация «я» в Интернете, иллюстрация — TikTok, сервис самодельных видеоклипов);
3. обращение к себе.

Наверное, забота о себе существует во всех трех вариантов. Безусловно, технологии себя во всех вариантах присутствуют. Но в первых двух настолько сильна ориентация на внешнее, что в дело вступают внешние сборки: лицо, навыки, знания, эмоции, — все то, что способно зацепиться и зацепить. Однако это сцепка временная: событие торопит время, множит возможности нового, ищет новое. Более того, эта сцепка ориентирована на чувства и эмоции человека (я смешно, грустно, страшно; я раздражен или весел); во внешнем она иррациональна. В ней и с помощью нее я ориентирован на мир, разговариваю с ним. В свою очередь, забота о себе есть поиск своего «само»; оно не может быть где-то снаружи, оно заключено внутри самого я. Задача человека,

обращающегося к себе, как обращались философы и богословы две тысячи лет назад, — научиться разговаривать с собой заново. Сегодня человеку нужно вновь определить «свои берега» и снова в них войти.

1. Адо П. Духовные упражнения и античная философия. М. : Степной ветер, 2005.

2. Артеменко Н. А. Понятие изначальной временности у М. Хайдеггера: апории (на материале «Бытия и времени»). Часть 1. Хайдеггеровская версия феноменологии темпоральности человеческого бытия: вопрос о целостности Dasein // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2011. Т. 2, № 1. С. 18—25.

3. Артеменко Н. А. Хайдеггеровская «потерянная» рукопись: на пути к «Бытию и времени». Санкт-Петербург, 2012.

4. Бахтин М. К философии поступка. URL: http://www.infoliolib.info/philol/bahtin/postupok3.html (дата обращения: 03.06.20).

5. Борисов С. В. Как практиковать философию в мире повседневности // Sententia. European Journal of Humanities and Social Sciences. 2017. № 1. С. 1—14.

6. Гиренок Ф. И. Археография событий. М. : ИФ РАН, 1999.

7. Декарт Р. Рассуждение о методе. Москва : АСТ, 2019.

8. Марк Аврелий. Размышления. URL: http://lib.ru/POEEAST/avrelij.txt (дата обращения: 03.06.20).

9. Платон. Алкивиад I. URL: https://nsu.ru/classics/bibliotheca/plato01/alki1.htm (дата обращения: 03.06.20).

10. Платон Апология Сократа.URL: http://psylib.ukrweb.net/books/plato01/01apols.htm (дата обращения: 03.06.20).

11. Рикер П. Бытие, сущность и субстанция у Платона и Аристотеля: курс, прочитанный в университете Страсбурга в 1953—1954 гг. М. : Изд-во гуманит. лит., 2019.

12. Об объявлении в Российской Федерации нерабочих дней : указ Президента РФ от 25.03.2020 № 206. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_348485 (дата обращения: 03.06.20).

13. Флоренский П. А. Иконостас. Москва : Азбука, 2013.

14. Фуко М. Герменевтика субъекта: курс лекций, прочитанных в Коллеж де Франс в 1981—1982 учебном году. СПб. : Наука, 2007.

15. Фуко М. История сексуальности-III: забота о себе. М. : Грунт, 1998.

16. Фуко М. О начале герменевтики себя // Логос. 2008. № 2.

17. Фуко М. Технологии себя // Логос. 2008. № 2.

18. Цицерон. Философские трактаты. М. : Наука, 1985.

19. Янина Мановас. Бибихин: опыт слушания. URL: http://bibikhin.ru/opyt_slushaniya (дата обращения: 03.06.20)

20. Guan W., Ni Z., Hu Y., Zhu S., Zhong N. Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China // New England Journal of Medicine. 2020. № 382 (18). P. 1708—1720.

21. Heyes C.J. (2007) Self-Transformations: Foucault, Ethics, and Normalized Bodies. Oxford : Oxford University Press, 2007.

22. Koopman, C. A Companion to Foucault. John Wiley and Sons, 2013.

23. Ladkin, D. Self Constitution as the Foundation for Leading Ethically: A Foucauldian Possibility // Business Ethics Quarterly, 2018, no. 28 (3), pp. 301—323.

24. Mcgushin E. Foucault and the problem of the subject // Philosophy & Social Criticism. 2005. № 31 (6). P. 623—648.

25. Murray S.J. Care and the self: Biotechnology, reproduction, and the good life // Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine. 2007. № 2 (1).

26. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // American Psychologist. 2000. № 55 (1). P. 68—78.

27. Wain K. Foucault, education, the self and modernity // Journal of Philosophy of Education. 1996. № 30 (3). P. 345—360.

References

1. Hadot P. (2005) Duhovnye uprazhneniya i antichnaya filosofiya. Moscow, Stepnoj veter. [in Rus].

2. Artemenko N.A. (2011) *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta im. A.S. Pushkina*, vol. 2, no. 1, pp. 18—25. [in Rus].

3. Artemenko N.A. (2012) Hajdeggerovskaya «poteryannaya» rukopis': na puti k «Bytiyu i vremeni». St. Petersburg [in Rus].

4. Bakhtin M. K filosofii postupka. Available at: http://www.infoliolib.info/philol/bahtin/postupok3.html, accessed 03.06.20 [in Rus].

5. Borisov S.V. (2017) *Sententia. European Journal of Humanities and Social Sciences*, no. 1, pp. 1—14. [in Rus].

6. Girenok F.I. (1999) Arheografiya sobytij. Moscow [in Rus].

7. Descartes R. (2019) Rassuzhdenie o metode. Moscow [in Rus].

8. Marcus Aurelius Razmyshleniya. Available at: http://lib.ru/POEEAST/avrelij.txt, accessed 03.06.20 [in Rus].

9. Plato. Alkiviad I. Available at: https://nsu.ru/classics/bibliotheca/plato01/alki1.htm, accessed 03.06.20 [in Rus].

10. Plato Apologiya Sokrata. Available at: http://psylib.ukrweb.net/books/plato01/01apols.htm, accessed 03.06.20 [in Rus].

11. Ricoeur P. (2019) Bytie, sushchnost' i substanciya u Platona i Aristotelya: kurs, prochitannyj v universitete Strasburga v 1953—1954 gg. Moscow [in Rus].

12. Ob ob"yavlenii v Rossijskoj Federacii nerabochih dnej. Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_348485, accessed 03.06.20 [in Rus].

13. Florensky P.A. (2013) Ikonostas. Moscow [in Rus].

14. Foucault M. (2007) Germenevtika sub"ekta: kurs lektsij, prochitannyh v Kollezh de Frans v 1981—1982 uchebnom godu. St. Petersburg [in Rus].

15. Foucault M. (1998) Istoriya seksual'nosti-III: zabota o sebe. Moscow [in Rus].

16. Foucault M. (2008) *Logos,* no. 2 [in Rus].

17. Foucault M. (2008) *Logos,* no. 2 [in Rus].

18. Cicero (1985) Filosofskie traktaty. Moscow [in Rus].

19. Ioannina Manovas. Bibihin: opyt slushaniya. Available at: http://bibikhin.ru/opyt_slushaniya, accessed 03.06.20 [in Rus].

20. Guan W., Ni Z., Hu Y., Zhu S., Zhong N. (2020) *New England Journal of Medicine*, no. 382 (18), pp. 1708—1720. [in Eng].

21. Heyes C.J. (2007) Self-Transformations: Foucault, Ethics, and Normalized Bodies. Oxford, Oxford University Press, 2007 [in Eng].

22. Koopman C. (2013) A Companion to Foucault. John Wiley and Sons [in Eng].

23. Ladkin, D. (2018) *Business Ethics Quarterly*, no. 28 (3), pp. 301—323. [in Eng].

24. Mcgushin, E. (2005) *Philosophy & Social Criticism*, no. 31 (6), pp. 623—648. [in Eng].

25. Murray S.J. (2007) *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine*, no. 2 (1) [in Eng].

26. Ryan, R.M., Deci E.L. (2000) *American Psychologist*, no. 55 (1), pp. 68—78 [in Eng].

27. Wain, K. (1996) *Journal of Philosophy of Education*, no. 30 (3), pp. 345—360 [in Eng].

For citing: Penner R.V. "Care of self" in conditions of self-isolation // Socium i vlast'. 2020. № (83). P. 65—73. DOI: 10.22394/1996-0522-2020-3-65-73.

DOI: 10.22394/1996-0522-2020-3-65-73

UDC 101

"CARE OF SELF" IN CONDITIONS OF SELF-ISOLATION

Regina V. Penner,
South Ural State University,
Associate professor of the Department Chair of Philosophy, Cand.Sc. (Philosophy),
The Russian Federation, 454080,
Chelyabinsk, prospect Lenina, 76.
E-mail: penner.r.v@gmail.com

Abstract

Introduction. In the context of the COVID-19 pandemic, which spread around the world in early 2020, special attention is paid to external transformations in human life: forced staying at home, using personal protective equipment in public places, social distance, etc. Nevetheless, the inner world of a man is susceptible to serious transformations. Another necessary element that structures the world of self (J. Deleuze's point of view) is turning into a potential carrier of the virus. Therefore, the problem of human reflection with the goal of taking care of oneself in a crisis situation is of particular relevance.

The aim of the study is to substantiate the effectiveness of spiritual practices of the period of Antiquity and the early Middle Ages as forms of caring of the internal in a person in the pandemic.

Methods. The author uses general scientific methods: analysis and synthesis, induction, deduction, abstraction. In addition, a comparative historical method, an interpretation method and a systematic approach are applied. With the help of the dialectical approach, the connection between the external and the internal in a person was designated.

Scientific novelty of the study. Three scenarios of human responses to self-isolation in the context of an event (external) – meaning (internal) are outlined: orientation to an external event; creating an external event; appeal to the self.

Results. In the context of self-isolation, staying alone with himself, a person faced a problem, a crisis of identity (empirical evidence for this problem was provided by psychologists and psychotherapists in Chelyabinsk and the Chelyabinsk region). This problem is due to the fact that the pandemic has reduced many of the person's connections with the outside world (work, study, relationships with friends and relatives) and / or transferred them to a remote format. Therefore, consciously or optionally, at the level of an unreasonable request, a person has a need to rethink his self. Rethinking is a reflexive procedure when a person re-learns to communicate with his self. M. Foucault analyzed and systematized examples of spiritual work with I, looking into the practices of care of the self in ancient thinkers' and early Christians' studies.

Conclusion. The COVID-19 virus has made significant adjustments to human life. No less adjustments were made to the events (F. Girenok) that fill the life of a person. A man's replies to changes in his being can be laid between two poles: event and meaning. Even while at home, many continue to focus on the external, creating something of their own (for example, audiovisual production) or consuming the results of others. At the same time, orientation to meaning involves focusing on oneself. Philosophers and theologians who practiced self-care about two millennia ago, proposed different forms of reflection, pursuing one goal, to learn to talk with oneself.

Key concepts:
care of self,
technologies of self,
spiritual practices,
ancient philosophical practices,
internal,
external,
self-isolation,
pandemic.