

Overcoming Existential Crises on the Way to Happiness: a Metaanthropological Approach

UDC: 17.023.34:141.319.8

DOI: 10.15421/172224

Sira LarysaPh.D. Student, <https://orcid.org/0000-0001-8738-5772>, ms.larisa1771@gmail.com*Kyiv National University of Construction and Architecture (Kyiv, Ukraine)*

Abstract

The article examines existential crises and their overcoming on the way to happiness in the paradigm of metaanthropology. The types of existential measurements are considered as a movement from the ordinary existence of a person to the ultimate and transcendental being. It is revealed that overcoming existential crises is an integral part of the transformation of human consciousness, leading to personal and spiritual growth, a conclusion is made about the importance of their passage. The article describes the causes of occurrence and algorithms for solutions. A regularity in overcoming existential crises in order to find happiness is revealed. Based on the metaanthropological paradigm, the authors found that existential crises are divided into three levels; a superficial crisis for ordinary people with a sleeping consciousness, a crisis at the limit, requiring high tension, leading to the spiritual and personal plane of being and beyond, leading to awareness, unification, co-creation and love.

The purpose of the article is to explain the causes of existential crises and the importance of overcoming them. It has been established that happiness directly depends on overcoming existential levels.

Methods. The article uses the analysis of scientific works according to the topic; S. Kierkegaard's concept of human existence, M. Berdyaev's personalist methodology, E. Fromm's methodology of humanistic psychoanalysis, D. Murphy's interesting optimistic approach, the methodological potential of philosophical anthropology as N. Khamitov's metaanthropology. limit and meta-limit dimensions of being. In the context of metaanthropological approach, G. Marcuse's concept of "one-dimensional man" became fruitful for understanding existential crises and happiness in human existence of the everyday dimension of life

Findings. The multimethodological approach makes it possible to explain the dependence of the existential levels of human existence on existential crises, the pattern of their development and ways to overcome them. It has been established that overcoming existential crises, a person has the opportunity to move to a higher, conscious level of being and experience a higher level of happiness. Thanks to the passage of existential crises, a person has the opportunity to realize himself as a person and live in a state of co-creation and love.

Keywords: existence, existential crises, existential dimensions, metaanthropology, transcendence, ordinary, ultimate, transcendent being

Citation: Sira, L. (2022). Overcoming Existential Crises on the Way to Happiness: a Metaanthropological Approach. *Grani*, 25(2), 57-64.

Подолання екзистенційних криз на шляху до щастя: метаантропологічний підхід

Сіра Лариса*Київський національний університет будівництва і архітектури (Київ, Україна)*

Анотація

У статті досліджуються екзистенційні кризи та їх подолання на шляху до щастя у парадигмі метаантропології. Розглядаються види екзистенційних вимірів як рух від буденного буття людини до граничного та метаграничного буття. Виявлено, що подолання екзистенційних криз є складовою трансформацією свідомості людини, що веде до особистісного та духовного зростання, робиться висновок про важливість їх проходження. У статті описані причини виникнення криз та алгоритми рішень. Виявлена закономірність у подоланні екзистенційних криз для набуття щастя. На основі метаантропологічної парадигми авторами встановлено, що екзистенційні кризи поділяються на три рівні; поверхнева криза для буденних людей зі "сплячою" свідомістю, криза на межі, що вимагає високої напруги, та виводить на духовний і особистісний план буття і метаграничний, що веде до усвідомленості, об'єднання, співтворчості та любові.

Мета статті полягає у поясненні причин виникнення екзистенційних криз та важливості їх подолання. Встановлено, що щастя безпосередньо залежить від подолання екзистенційних рівнів.

Методи. У статті використовується аналіз наукових праць згідно теми; плідною виявилася концепція людської екзистенції С. К'єркегора, персоналістична методологія М. Бердяєва, методологія гуманістичного психоаналізу Е. Фромма, цікавий оптимістичний підхід Д. Мерфі, методологічний потенціал філософської антропології як

Стаття надійшла / Article arrived: 23.03.2022

Схвалено до друку / Accepted: 28.04.2022

метаантропології Н. Хамітова, за допомогою якої екзистенційні кризи розглядаються в буденному, граничному та метаграничному вимірах буття. В контексті метаантропологічного підходу, плідним став концепт «одномірної людини» Г. Маркузе для осмислення екзистенційних криз та щастя в бутті людини буденного виміру буття, також з'ясовано, що антропологія як метаантропологія в соціогуманітарному знанні розкриває екзистенційні виміри та представляє різні шляхи розвитку.

Новизна статті полягає у евристично цінному підході метаантропології, завдяки якому були розглянуті види екзистенційних вимірів як рух від буденного буття людини до граничного та метаграничного буття, з урахуванням трансформації екзистенційних криз.

Висновки. Мультиметодологічний підхід дозволяє пояснити залежність екзистенційних рівнів людського буття з екзистенційними кризами, закономірність їх розвитку та шляхи їх подолання. Встановлено, що долаючи екзистенційні кризи, людина має можливість перейти на більш високий, усвідомлений рівень буття та відчутти вищий рівень щастя. Завдяки проходженню екзистенційних криз людина має можливість усвідомити себе як особистість та жити у стані співтворчості та любові.

Ключові слова: екзистенція, екзистенційні кризи, екзистенційні виміри, метаантропологія, трансценденція, звичайне, граничне, безмежне буття

Цитування: Сіра Л. Подолання екзистенційних криз на шляху до щастя: метаантропологічний підхід. Науково-теоретичний альманах Грані. 2022. Том 25. №2. С. 57 - 64.

Введення.

Феномен щастя признається різними отраслями науки як екзистенціальне переживання радості от полноты жизни, состояния высшей осмысленности бытия, и рассматривается в концепции философской парадигмы антропологии как цель метаантропологии.

Любая эпоха утверждала свой вкус счастья. Современная эпоха столкнулась с массой кризисов и основополагающими из них являются экзистенциальные кризисы.

Понятие «экзистенция» в переводе с латинского языка, подразумевает «существование». Экзистенциальный кризис – это особое, граничное состояние бытия и бытия на пределе. Преодолеть данный кризис можно только при условии выхода за его пределы. Перевод с греческого языка – «поворот». Благодаря осознанности, человек способен на радикальные изменения в своей жизни.

Экзистенциальный кризис – это явление современного мира, распространившееся большей частью на Западе. В древние времена, люди живущие племенами, общинами не имели таких проблем, какие выпали современному человеку. Чем лучше и больше удовлетворены базовые потребности людей (еда, безопасность), тем масштабнее наблюдаются экзистенциальные кризисы.

Когда базовые ценности меняются или заменяются временными, нарушается стабильность, появляется неопределенность, вследствие чего нарастает тревога, возрастает неуверенность, увеличивается страх и вместо радости и счастья человек сталкивается с переживаниями, трудностями, ведущие к депрессии и болезням. Для выхода из дисбаланса нужна гармонизация. Решение гармонизации данного дисбаланса находим в изучении экзистенциальных измерений; философской парадигмы метаантропологии.

Современный научно-технический прогресс своим ускоренным развитием все больше и больше опережает моральные, нравственные и духовные сферы жизнедеятельности человека. Возникший материально-духовный дисбаланс привел к экзистенциальным кризисам. Дисгармоничное

развитие человека прогрессирует и влечет за собой массу проблем во многих сферах его жизнедеятельности. Нарастание экзистенциальных кризисов растет с каждым годом и требует незамедлительных решений. Каждый человек желает быть счастливым, и именно экзистенциальные кризисы являются призмой на пути к счастью. Не преодоление данных кризисов ведет к страданиям, а преодоление ведет к дальнейшему духовному росту и счастью.

Цель статьи – объяснение причин возникновения экзистенциальных кризисов и важности их преодоления.

Актуальность данной проблемы заключается в решении поэтапных преодолений или предотвращения данных кризисов. Поскольку счастье зависит от прохождения экзистенциальных кризисов и трансформационной осознанности.

Анализ исследований и публикаций по данной проблеме показывает последовательное ее раскрытие и возможность ее решений. Поднимались вопросы о важности экзистенциальных переживаний для развития личности (Серая, 2020, с. 132-138). Были описаны возможности достижения счастья людей Востока и Запада в трехуровневой парадигме метаантропологии (Серая, 2021, с. 68-74). Исследования базируются на работах философов А. Камю, М. Хайдеггера, Ж. П. Сартара, К. Ясперса, В. Франкла, С. Кьеркегора, Ф. Ницше, А. Сумедо, Д. Мэрфи, Э. Фромма, Г. Маркузе, а также на фундаменте метаантропологии и развитии современной украинской философии на основе идей позднего М. Шелера, М. Бердяева, В. Шинкарука. Эвристически ценным стал методологический подход философской антропологии как метаантропологии, разработанный членом-корреспондентом Национальной академии наук Украины Н. Хамитовым, с помощью которого счастье рассматривается как триада обыденного, предельного и запредельного измерений бытия. Что позволило наиболее глубоко проанализировать проблематику экзистенциальных кризисов на основе обыденного, личностного и философского мировоззрения, а так же пути их преодоления.

Изложение основного материала.

Экзистенциальный кризис — это внутренний конфликт накопившихся разногласий. Данный процесс, нуждается в духовной трансформации, трансцендировании человека на более высокий уровень развития. Счастье неразрывно связано с экзистенциальными измерениями человеческого бытия, для понимания причины порождения экзистенциальных кризисов и влияния их на человека необходимо с ними ознакомиться. «Фундаментальные экзистенциальные измерения человеческого бытия формируются под воздействием волевых импульсов. Обыденное измерение бытия человека создается волей к самосохранению и продлению рода, предельное - волей к власти, познанию и творчеству, запредельное – волей к любви и свободе в ее единстве» (Хамитов, 2016, с. 210).

Счастье для людей обыденного бытия – это обладание базовыми, материальными ценностями: еда, жилье, одежда, зависящие от внешних причин, природных условий, здоровья и даже настроения. Несамостоятельное мышление ведет к зависимым или со-зависимым отношениям. Такой человек зависим от мнения большинства людей. Для таких людей семья, религия и идеология в социальной среде определяют основные ценности. Надежда является путеводной звездой для людей обыденного бытия. Они готовы ждать помощи от других, и верят, что для их собственного счастья нужен «кто-то». Э. Фромм в своем произведении «Бегство от свободы» констатирует, что: «та же идентичность с природой, племенем, религией дает индивиду ощущение уверенности» (Фромм, 2012, с. 112). Стабильность является важным фактором в жизни людей этой категории. Г. Маркузе в своем произведении «Единомерный человек» отмечает, что массовая культура порождает новый вид человека – «одномерного» человека» (Маркузе, 2002). Счастье для человека обыденного бытия достигается гедонистическим путем; благодаря разным удовлетворениям его потребностей в большей степени физиологических. Телесные и материальные удовольствия превращаются в потребность.

Д. Мэрфи в своей работе «Духовная сила человека» разъясняет, что: «человечество можно разделить на два вида, на спящих и пробужденных — и, конечно, небольшую промежуточную группу» (Мэрфи, 2014, с. 75). Мир спящего человека – это ограниченность ощущений тела – еда и секс. Подавляя одно, становишься зависимым от другого. Данное удовольствие не что иное, по мнению Д. Мэрфи, как самое большее высвобождение из напряженного состояния. «Спящий человек живет от одного удовольствия до другого. Он просто бросается от одного ощущения к другому. Он живет ради небольших волнений; его жизнь очень поверхностна. В ней нет глубины, в ней нет качества. Он живет в мире количества» (Мэрфи, 2014, с.75). Считаю это не жизнью, а существованием. Это больше напоминает существование различных видов животных. Наиболее

частой ошибкой является потакание своим желаниям, которые только на время облегчают условие жизни.

Позитивная психология, завоевавшая высокую популярность на Западе, стараясь таблеткой облегчить страдания людей, на короткий период времени добивается изменения эмоционального состояния «гормонами счастья» благодаря воздействию (серотонина, дофамина, эндорфина, окситоцина, норадреналина...). По мнению доктора медицинских наук, профессора А. Базилевича, человеку нужно иметь в гармонии пять «С»: - смех, сладкое, спорт, секс, сон, которые могут запустить определенные химические процессы в мозгу человека для обеспечения положительных эмоций (Базилевич, 2020, с. 30). Однако без осознанности самой ситуации, причин возникновения проблемы, решить проблемы удается только временно.

Человек с детским, потребительским мировоззрением, характерной чертой которого есть безответственность, прежде всего, нуждается в критическом мышлении, личностном росте и нахождении собственной цели в жизни.

Рассматривая человека обыденного бытия, в первую очередь видим заботу о себе, своем роде, семье, но семейные отношения не имеют гармонии.

Обыватель, создавая семью, автоматически становится зависимым или со-зависимым от другого человека. Собственное удовольствие зависит «от других». Зависимый партнер автоматически превращается в вещь, и ревность является атрибутом их отношений. У обоих партнеров в зависимых отношениях нет свободы и нет любви. Отношения, основанные на контроле и ограниченной свободе, рано или поздно деформируются. Подобное мнение мы находим у Э. Фромма: «любовь владеющая (по типу «иметь») заявляет о своих правах собственности, стремится контролировать свой объект; она угнетает, сковывает и душит, то есть убивает вместо того, чтобы оживлять» (Фромм, 2010). Чувство внутреннего одиночества вызывает страх. Именно «страх-боязнь» по определению С. Кьеркегора сковывает людей обыденного бытия (Кьеркегор, 2010, с. 20). Последствия подобной жизни ведут к проживанию не своей жизни. Такой человек способен работать на не любимой работе, заниматься не любимым делом. Накопившееся неудовлетворение рано или поздно ведет к экзистенциальному кризису. Только кризис способен закрыть дверь прошлого и открыть дверь в будущее.

Неудовлетворенность жизнью людей обыденного бытия ведет к начальному этапу экзистенциальных кризисов первого уровня – поверхностный кризис, в результате которого, из-за отсутствия желаемого, происходит разочарование. Человек привыкший взаимодействовать с миром по принципу; «взять – дать», «ты мне - я тебе», не получая ожидаемого результата, неминуемо начинает испытывать беспокойство, недовольство, разочарование ведущее к кризису.

Основными причинами недовольств является

неудовлетворение материальными благами, вследствие чего перекладывается ответственность на «кого-то» (члены семьи, друзья, сотрудники, государство...). Индивидуализм и эгоизм становятся главными виновниками возникших проблем. По мнению Н. Бердяева «В индивидуализме свобода получает ложное направление и теряется. Индивидуальность и ее свобода утверждаются лишь в универсализме» (Бердяев, 2018, с. 189).

Любой кризис – это противоречие, неудовлетворение и чтоб его преодолеть, нужны духовные силы. Причинами могут стать различные изменения; пошатнувшаяся стабильность, привязанность и даже привычка. В современном мире разногласия в семье, на работе не минуемы, но сильный духовный потенциал, словно ветер, способен развеять проблемы и унести за пределы данных событий. Человек, надеющийся на удачу или кого-то, временно остается на плоту надежды переждать неожиданную бурю событий, но для победы нужны кардинально новые решения, а для этого необходимо иметь силу духа, цель, веру.

Для выхода из кризиса необходимо вначале осознать, а потом извлечь пользу из своих несчастий и страданий, а позже кардинально изменить свои желания, привычки, поступки.

Счастье тесно связано со смыслом жизни, но именно кризис заставляет человека задуматься и принять нужное решение. Для преодоления поверхностного кризиса (начального уровня), для человека обыденного бытия, необходимы волевые качества и вера в успех. К. Ясперс в работе «Разум и экзистенция» пишет: «В самом счастливом случае необходимо сохранять знание о всегда грозящей нам беде, в самом по видимости безнадежном случае не забывать о пространстве возможного и питать надежду, с активностью творчества... (Ясперс, 2013, с. 326). Понятие надежды, как ожидания помощи от других, необходимо подкрепить верой, уверенностью своих возможностей, не заикливаться на себе, своих желаниях, а направить собственные усилия на сострадания и помощь другим.

В книге «Счастья внутренней тишины», мыслитель говорит: «Сострадание рождается из счастья и понимания... Прикасаясь к страданиям, мы воспитываем в себе сострадание и возможность распознавать счастье, когда оно возникает. Если мы не соприкасаемся с болью, то не можем знать подлинное счастье. Итак, мы духовно обогащаемся, когда сталкиваемся со страданием». По мнению буддистского философа А. Сумедо: «Сострадание – противоядие от гнева и депрессии». (Тик, & Сумедо, 2018, с. 98). Не нужно бояться боли, трудностей, это новый, ранее неведанный путь к сочувствию через сострадание.

Пока сознание не окрепло, мировоззрение остается на уровне ребенка без потребности к развитию, а поиск острых ощущений (еда, алкоголь, наркотики, игры, развлечения, телевидение) приносят временные материальные и телесные удовольствия,

в этом случае кризис не грозит. По мнению С. Кьеркегора: «Непосредственность в основе своей не имеет никакого Я, не осознает себя» (Кьеркегор, 2014, с. 5). Кризис грозит только с нарастанием осознанности, когда человек начинает задумываться над самыми экзистенциально важными вопросами в своей жизни.

Психотерапевт И. Ялом в своей работе «Экзистенциальная психотерапия» определил четыре важных критерия; смысл жизни, смерть, одиночество и свободу назвав их экзистенциальными данностями (Ялом, 1999). Погружаясь в себя, ища в недрах забвения собственное Я, возникают мучительные вопросы, на которые человек ищет ответы всю жизнь. Чем глубже копает, тем сложнее принять себя прежним. Обыватель не отчаивается, иллюзия материального мира не пускает его сознание углубиться внутрь себя. Только когда происходят травмирующие события для его души и касаются сознания, когда страх становится экзистенциальным, может произойти раздирающее отчаяние. Поскольку отчаяние относится к духовной категории, к нему, словно к огню нужно отнестись бережно, осмысленно, осознанно. Отчаяние для обывателя может быть как трагичным, так и путем надежды, с последующей перспективой выйти на путь веры, а значит найти выход на другой уровень бытия.

Трагичный путь отчаяния – это путь утешения и обвинение других. Духовный путь – это тернистая дорога, переходящая от надежды, к вере и к любви. Надежда словно перевал предусматривает признание своих ошибок, вера предоставляет возможность нового пути в гору, а путь любви, это долгожданная поляна, объединяющая тех, кто сумел до нее добраться. Вот почему так важно не погрузиться в состояние жалости к себе, обвиняя других, а через страхи, боль, страдания, преодолеть и идти дальше. Чтобы отчаяние, словно вирус стал сродни прививки, а не поглотил самого себя, необходим духовный рост. «Отчаяние, эта болезнь Я, «смертельная болезнь» – писал В. Кьеркегор (Кьеркегор, 2014, с. 6).

Начальный уровень экзистенциального кризиса может идти путем эгоцентризма или духовности. Замыкаясь на себе – это инволюционный путь, а путь духовного, личностного роста, является эволюционным, и тогда своеобразная «точка бифуркации», становится отправным пунктом в новое, предельное измерение. Благодаря мнимым несчастьям и осознанности, человек выходит на новый уровень бытия. Ж. П. Сартар считал, что человек мыслящий должен ответить для себя на три категории человеческого существования: «делать», «иметь», «быть». (Сартар, 2000, с. 98). «Спящему» человеку кризисы не страшны, они переживаются при пробуждении. Развитие человека – это непрерывный труд. По мнению Ф. Ницше: человек должен научиться любить там, где ненавидел, и наоборот (Ницше, 2018, с. 289).

В отличие от обыденного бытия, предельное бытие есть измерение человеческого бытия, в

котором происходит сознательный выход за пределы обыденности. Чаще всего это бытие выступает существованием трагического рождения личности. Потому что рано или поздно, сознательно или подсознательно человек стремится к свободе (Хамитов, 2017).

Если ценностное качество обыденного бытия – это «иметь», то с появлением духовности и выходом в состояние предельного бытия человек переходит в новое качество «быть». Жажда свободы, власти, ведет человека на новые рубежи личностного роста.

Экзистенциальный кризис предельного бытия переживается глубоко и трагично. Человек, находящийся на пределе своих возможностей и не уверенный в результате своих действий может оказаться в тупике. На помощь преодолению экзистенциальных кризисов предельного бытия приходит осознанность. Через осознание своей ценности в мире, человек стремится к целостности и гармоничной жизни. Основным критерием внутренней трансформации является духовность. Для гармонизации необходима внутренняя наполненность и внешняя открытость миру. Экзистенциальный кризис ведет к переоценке прошлых действий и приводит к новому наполнению, а как следствие к трансценденции. Этот не простой процесс подвластен людям сильных духом. Помочь преодолеть кризис личностного роста могут сильные духом личности. Для этого нужен постоянный духовный рост.

Следующим шагом выхода из экзистенциального кризиса, чтобы человек не был замкнут на себе; - необходимо разомкнуть внутреннюю систему и выйти наружу. Гармоничное состояние можно удержать только при взаимодействии с миром. Не задерживаться на пути под названием «Надежда», а смело идти по дороге «Вера».

С точки зрения философии, эффект трансцендирования предполагает выход из замкнутой системы наружу, вследствие чего, создается дополнительный потенциал. Создавая блага кому то, мы автоматически создаем их для себя. Перенаправляя вектор сознания от себя во внешний мир, на короткое время устойчивость может пошатываться, для этого необходима глубинная наполненность благими намерениями и осознание своего предназначения для пользы миру. Синтезируя глубинные экзистенциальные переживания, взаимодействуя с материальным миром во благо мира и эволюции, вырабатывается новый дополнительный потенциал, (прилив сил, воодушевление, вдохновение). Как следствие, происходит расширение сознания во внешнем мире. Для трансформации собственных возможностей необходимо новое погружение в себя. Важным аспектом является не остановиться, не скатиться назад, а войти в новые пределы бытия. Данная трансформация предполагает выход во внешний мир, во благо других живых существ. Если не стать на духовный путь, устремленный благими намерениями, человек неминуемо столкнется с кризисом.

Поскольку новое экзистенциальное измерение человеческого бытия создается волевым импульсом, то изменив привычные стереотипы привязанности, стабильность, человек предельного бытия имея лидерскую стратегию, становится ведомым идеей свободы, волей к власти. Воля к познанию и творчеству делает человека хозяином бытия. Именно творчество, становясь на рельсы вдохновения, может помочь преодолеть новые экзистенциальные рубежи бескризисно.

«Экзистенция разума делает существование рискованным, но не авантюрой» - писал К. Ясперс в работе «Разум и экзистенция» (Ясперс, 2013, с. 311). Именно крепкий разум благодаря духовности позволяет сделать новый прорыв. Неокрепший разум в состоянии невежества и слабым духовным потенциалом впадает в иллюзию и поддается авантюрам.

Путь предельного бытия предусматривает два пути; на основе эгоизма или альтруизма. Человек, желающий славы и величия, выбравший путь эгоизма, направляет свой потенциал в замкнутую систему внутрь себя и как следствие экзистенциальный кризис неминуем.

Второй путь – это направление в сторону альтруизма, тогда человек руководствуется духовными принципами, во благо живущих на Земле и способен двигаться намного дальше.

Для выхода из кризисных ситуаций, на помощь приходят психологи, социальные службы, философы. Психологи предлагают гармонизацию физического и психического состояния, для снятия в первую очередь эмоционального напряжения применяя трансформационные техники; Б. Хеллингера, гештальт, арт-терапию... Социальные службы организуют различные агитационные бригады, волонтерские движения и т.д. Люди физически вовлекаются в общественное дело. Роль философии заключается в трансформации сознания путем знаний, творчества, благодаря инсайту и катарсису. Различные подходы имеют цель привести человека к целостности, осознанности, а значит к счастью. Современными мыслителями Р. Пурий и У. Луц в своей книге «Планирование счастливой жизни» пишут: «настоящее счастье возникает на пересечении трех уровней: биологического, социального и духовного» (Пурий, & Луц, 2019, с. 37).

Чем больше система, тем мощнее нужна надсистема и именно философия, как никакая другая наука, имеющая связь с духовным составляющим, готова к решению данных вопросов.

Философская парадигма метаантропологии целостно охватывает все необходимые аспекты бытия. У человека всегда есть выбор: 1. оставаться в замкнутой системе бытия; ограниченном пространстве и хвататься за внешние, временные, удовольствия, идти дальше путем эгоизма и сражаться, бороться, постоянно преодолевая препятствия, демонстрируя себе и миру новые подвиги, доказывая новые возможности или идти путем творчества и знаний

2. держаться «серединного пути»; руководствуясь интуицией, найти тропу своего предназначения, путь ведущий к исполнению своей мечты, желаний без борьбы, насилий, порабощений, а руководствуясь созиданием, творчеством, 3. не останавливаясь на достигнутом продолжая идти вперед, стремясь к объединению сотворчеству, любви. Третий путь, это путь, доступный людям прошедшим два предыдущих.

Искусство жизни заключается в нахождении своей дороги, на протяжении которой человек творит, знает смысл своего предназначения и все что он делает, создает с любовью во имя эволюции, в сотворчестве с единомышленниками. Данный путь не означает легкий путь, но его можно назвать осознанным. Источник воды проходит пороги, наполняясь каплей за каплей, вливается в реку, проходя постоянные трансформации. Вбирая предыдущий опыт, нужно не стоять, а продолжать идти дальше. По мнению современного мыслителя, Тик Нат Хана: «Нам нужно тщательно исследовать непостоянство, неудовлетворительность и безличность (аникку, дукку и анатту) ... В результате такой работы мы обретаем мудрость» (Тик, & Сумедо, 2018). Для постижения мудрости нужна внутренняя трансформация. «Там где разум дает пространство, исчезают иллюзии, проходят упоение и дикость. Существование становится экзистенцией, преданной смыслу в его трансцендентной соотнесенности (Ясперс, 2013, с. 311).

Этот экзистенциальный уровень в метаантропологии определяется как запредельное бытие благодаря волевому стремлению к любви и свободе в ее творческом единстве.

Очень точно обозначил и предложил кратчайший путь к счастью Г. Будда: «Есть удовольствие, и есть блаженство. Минуй первое, чтобы овладеть вторым» (Тик, & Сумедо, 2018). Это наиболее краткий путь к счастью, позволяющий миновать сложные кризисные ситуации для их преодоления. Поскольку удовольствия, слава могут увести в лабиринт иллюзий, а не на путь счастья, то для осознания тупика, верным компасом станет кризис. По мнению С. Кьеркегора: «Экзистенциальный страх дошедший до предела, способен создать человеку встречу со своим истинным Я благодаря которому человек способен сделать новый выбор внутренней свободы в запредельное бытие (Кьеркегор, 2014, с. 6) только преодолев его, человек сможет выйти на нужную дорогу вдохновения, творчества и любви.

Находясь в гармонии с миром и осознавая себя микрокосмосом в макрокосмосе с бесконечными возможностями можно миновать экзистенциальные кризисы. В нашем представлении; осознанность это - корабль, духовность - паруса, океан – это творчество, а воздух – любовь. Живя в гармонии с мирозданием, человек может жить без кризисов, а плавно входить в шлюзы и безболезненно выходить в новые горизонты. Только тот, кто преодолевает кризисы выходит на новый уровень бытия. Кризисы закаляют, развивают, трансформируют.

Философия как никакая другая наука, базируясь на духовных ценностях, может помочь преодолеть экзистенциальные кризисы и указать нужный вектор бытия направленный в сторону счастья.

Выводы

В контексте данного мультиметодологического подхода счастье в разных экзистенциальных измерениях человеческого бытия имеет свой «вкус» и зависят от мировоззрения человека. Счастье для человека обыденного бытия достигается гедонистическим путем; благодаря фрагментарным удовлетворениям за счет материальных и телесных потребностей. Удовольствия зависят от «других», создавая зависимые и со-зависимые отношения. Страх собственной неуверенности, неудовлетворенность своих материально-телесных потребностей, (реализация себя как личность, в профессии, в семье, в жизни) являются основными причинами экзистенциальных кризисов данного бытия. Отчаяние носит поверхностный характер без глубины проживания и легкой трансформации. Надежда на кого-то является путеводной звездой их жизни.

Экзистенциальный кризис людей обыденного бытия позволяет осознать замкнутость на себе, понять подмены понятия счастья за счет временных, материальных удовольствий, а так же состояние безволия, ощущение ведомого, зависимого от других. Обыватель не способен к глубокому отчаянию, его первичное желание, замереть, уйти в прошлое и только сильный страх, потрясение, создают условия для отчаяния с глубинным переживанием, ведущее на более высокий уровень осознанности.

Преодолеть данный кризис этого уровня позволяет духовный, личностный рост, критическое мышление, сострадание, воля к внутренней свободе, стремление к гармонии, нахождение цели в жизни.

Счастье для человека предельного бытия достигается двумя путями; путем личностного роста за счет волевых усилий к свободе и путем знания и творчества. С появлением духовности и выходом в состояние предельного бытия человек из ценностного качества «иметь», переходит в новое, духовное качество «быть». Благодаря духовному росту, осознанности, высокому напряжению, глубина экзистенциальных переживаний увеличивается. Отчаяние данного уровня позволяет встретиться с собственным Я. Экзистенциальный страх ведет к отчаянию позволяющее более глубинно познать самого себя. Погружения внутрь себя – это путь к преодолению экзистенциального кризиса.

Экзистенциальные кризисы людей предельного бытия выводят человека в осознание нового видения окружающего мира. Надежда сменяется верой. Несчастье порождает видеть плохое, но преодолевая невзгоды, чем счастливее становится человек, тем больше хорошего он видит в себе и других.

Парадокс заключается в том, что легкое, поверхностное переживание может привести человека к отчаянию, жалости к себе, в неверие своих

сил, а глубокое отчаяние к духовной трансформации личности. Именно глубокий экзистенциальный кризис может привести к духовности и истинному познанию себя.

Переживания на пределе, касающиеся личностного уровня, приводят к экзистенциальному кризису людей нового уровня бытия. Экзистенциальный кризис предельного бытия – это духовный уровень осознанности. Преодолеть кризис этого уровня позволяет не только высокий уровень духовности, а воля к внутренней свободе, стремление к гармонии. Вектор сознания перенаправляется от себя в мир; желание получить жизненные блага для других. Даруя другим, человек получает сам. Духовный рост ведет к целостному, гармоничному развитию и зависит только от самого человека. Решение кризисных ситуаций является трансформацией личности; осознанность, пробуждение, нахождение своего истинного Я. «Не познав горя, не осознаешь счастья», – говорит народная мудрость. Счастье находится на личностном уровне познания себя в

новом качестве. Преодолев эти два экзистенциальных уровня, человек может выйти навстречу Абсолюту.

Счастье для человека за пределами бытия связано с идеей целостности, гармонии и включенности в мировой Божественный порядок. Бытие данного уровня говорит о преодолении не только экзистенциальных кризисов, но и трансценденции предшествующих уровней бытия. Идя путем надежды, веры, приходим к любви. Экзистенциальный кризис за пределами бытия приводит к осознанной жизни без борьбы, конкуренции, насилия, разделения, войны, а также к осознанности самого бытия. Благодаря прохождению экзистенциальных кризисов человек имеет возможность осознать себя как личность и жить в состоянии сотворчества и любви. Достижение самореализации, сотворчества в гармонии и любви – это и есть счастье. Любой экзистенциальный кризис, это дверь для прохождения новой трансформации. Открыть ее решает каждый для себя усилием собственной воли.

БІБЛІОГРАФІЧНІ ПОСИЛАННЯ

- Базилевич А. Як можна підвищити рівень гармонії щастя? Щастя та сучасне суспільство: зб. матеріалів I міжнар. наук.-практ. конф. Львів: СПОЛОМ 2020. С. 30.
- Бердяев Н. Смысл творчества М.: АСТ, 2018. 200 с.
- Кьеркегор С. Болезнь к смерти. Пер. с дат. Н.В. Исаевой, & С.А. Исаева, М.: Академ. проект, 2-е изд. Сер. Философские технологии. 2014. 160 с.
- Кьеркегор С. Страх и трепет. Понятие страха. Пер. с дат. Изд. 2-е, дополн. и исправл. М.: Культурная революция, 2010. 488 с.
- Маркузе Г. Эрос и цивилизация. Одномерный человек: Исследование идеологии развитого индустриального общества. Пер. с англ., послесл., примеч. А. Юдина. М.: АСТ, 2002. 526 с.
- Мэрфи Д. Духовная сила человека. пер. с англ. Л. А. Бабук. — Минск: Попурри, 2014. 144 с.
- Ницше Ф. Человеческое, слишком человеческое: Книга для свободных умов. Пер. с нем. С. Франка. СПб: Азбука Аттикус, 2018. 384 с.
- Пурий Р., Луц У. Планування щасливого життя. Львів: Літопис, 2019. С. 37.
- Сартр Ж. П. Бытие и ничто: Опыт феноменологической онтологии. Пер. с фр., предисл., примеч. В. И. Колядко. М.: Республика, 2000. 639 с.
- Серая Л. Можно ли постичь любовь без одиночества? Людина. Екзистенція. Культура. Підхід філософської антропології як метаантропології : зб. наук. праць. Київ: КНТ, 2020. С.132 – 138.
- Серая Л. Щастя в філософії Сходу і Заходу: метаантропологічний підхід. Щастя та сучасне суспільство : зб. матеріалів II міжнар. наук.-практ. конф. Львів: СПОЛОМ. 2021. С. 68 – 74.
- Тик Нат Хан, Сумедо А. Счастье внутренней тишины. Пер. А. Архипова. ИПЛ, 2018. 192 с.
- Фромм Е. Мати чи бути? Пер. з англ. К.: Укр. Письменник, 2010. 222 с.
- Фромм Э. Бегство от свободы. Пер. с англ. Г. Швейника. М.: Прогресс, 2012. 220с.
- Хамитов Н. Философия: бытие, человек, мир. От метафизики к метаантропологии. Курс лекций, 4-е издание, исправленное и дополненное. К.: КНТ, 2017. 268с.
- Хамитов Н. Философская антропология: словарь. К.: КНТ, 2016. 472 с.
- Шопенгауэр А. Две основные проблемы этики: Афоризмы житейской мудрости: Сборник. Пер. с нем. Мн.: ООО Попурри, 1999. 592с.
- Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. 1999. URL: <https://geshtaltart.dp.ua/news/library/irvin-jalom-ekzistententsialnaja-psixoterapija.html>.
- Ясперс К. Разум и экзистенция., пер. А. К. Судакова. М.: «Канон +» РООИ «Реабилитация», 2013. 336с.

REFERENCES

- Bazilevich, A. (2020). Yak mozhna pidvyshchyty riven' harmoniv shchastya? [How can you increase the level of happiness hormones?]. Shchastya ta suchasne suspil'stvo: zb. materialiv I mizhnar. nauk.-prakt. konf. Lviv, SPOLOM.
- Berdyayev, N. (2018). Smysl tvorchestva [The meaning of creativity]. M.: AST.
- Fromm, E. (2010). Maty' chy' buty'? [To Have or to Be?]. Per. s angl. K.: Ukr. Pys'mennyk.
- Fromm, E. (2012). Begstvo ot svobody [Escape from Freedom]. Per. s angl. G. Shvejnika. M.: Progress.
- Jaspers, K. (2013). Razum i ekzistenciya [Mind and Existence]. Per. A. K. Sudakova. M.: "Canon +" ROOI «Rehabilitation».
- Khamitov, N. (2016). Filosofska yaantropologiya: slovar' [Philosophical Anthropology: a Dictionary]. K.: KNT.
- Khamitov, N. (2017). Filosofiya: bytie, chelovek, mir. Ot metafiziki k metaantropologii [Philosophy: Being, Man, World. From Metaphysics to Metaanthropology]. Kurs lekcij. Kyiv.
- K'yerkegor, S. (2010). Strakh i trepet. Ponyatiye strakha [Fear and trembling. Concept of fear]. Per. s dat.- Izd. 2-ye, dopoln. i ispravl. M.: Kul'turnaya revolyutsiya.
- K'yerkegor, S. (2014). Bolezn' k smerti [Disease to death]. Per. s dat. N.V. Isayeva, S.A. Isayeva. M.: Akadem. proyekt, 2-ye izd. Ser. Filosofskiye tekhnologii.
- Marcuse, G. (2002). Yeros y' cy'vy'ly'zacy'ya. Odnomernuj chelovek: Y'ssledovany'ey'deology'y' razvy'togo y'ndustry'al'nogo obshhestva [Eros and Civilization. One-Dimensional Man: A Study of the Ideology of a Developed Industrial Society]. Per. c angl., poslesl., primech. A. Judina. M.: AST.
- Merfi, D. (2014). Duhovnaya sila cheloveka [Spiritual Strength of Man]. Per. s angl. L. A. Babuk. Minsk: Popurri.
- Nietzsche, F. (2018). Chelovecheskoye, slishkom chelovecheskoye: Kniga dlya svobodnykh umov [Human, too Human: A book for free minds]. Per. s nem. S. Frank. St. Petersburg: Azbuka Atticus.
- Pury, R., & Lush, U. (2019). Planuvannya shchaslivogo zhittya [Planning a Happy Life]. Lviv: Litopis.
- Sartar, J. P. (2000). Bytie I nichto. Opyt fenomenologicheskoy ontologii cheloveka [Being and nothing: Experience of phenomenological ontology]. Per. s fr., predisl., primech. V. I. Kolyadko. M.: Respublika.
- Schopenhauer, A. (1999). Dve osnovnye problem etiki; Aforizmy zhitejskoj mudrosti: Sbornik [Two Main Problems of Ethics; Aphorisms of Worldly Wisdom: Collection]. Per. s nem. Mn.: Papurri LLC.
- Seraya, L. (2020). Mozhno li postich' lyubov' bez odinochestva? [Is it Possible to Comprehend Love without Loneliness?]. Lyudyna. Ekzystentsiya. Kul'tura. Pidkhdid filosofs'koyi antropolohiyi yak metaantropolohiyi: zb. nauk. prats'. Kiev: KNT, 132-138.
- Seraya, L. (2021). Shchastya v filosofii Skhodu i Zahodu: metaantropologichnij pidhid [Happiness in Philosophy of the Descent and Sunset: - a Metaanthropological Approach]. Shchastya ta suchasne suspil'stvo : zb. materialiv II mizhnar. nauk.-prakt. konf. Lviv: SPOLOM, 68-74.
- Thick, N. K., & Sumedo, A. (2012). Schast'e v nutrennej tishiny [Happiness of Inner Silence]. Per. A. Arkhipova. IPL. 2018.
- Yalom, I. (1999). Ekzistencial'naya psihoterapiya [Existential Psychotherapy]. Retrieved from <https://geshtaltart.dp.ua/news/library/irvin-jalom-ekzistentent-sialnaja-psixoterapija.html>.