Программа состоит из трех блоков.

I Блок. Философские основания практик себя и/или практик заботы о себе: от античности до современности

Первый блок посвящен истории формирования практик себя и практик заботы о себе — от античности до современности.

О какой «заботе о себе» рассуждает философия, начиная с античных времен и вплоть до наших дней? Речь идет, в первую очередь, о способе установления отношения с самим собой, с собственным «Я». Но что это значит: войти в отношение к самому себе, озаботиться собственным существованием как своей собственной задачей?

Пионером в области исследования практик себя был М. Фуко, наиболее ярко очертивший контуры своей концепции во 2-м и 3-м томе «Истории сексуальности», в небольшом, но ёмком по содержанию курсе лекций, озаглавленном «Герменевтика субъекта» (1982 г.), и ряде интервью, собранных под общим названием «Интеллектуалы и власть». М. Фуко был одним из тех, кто реабилитировал античное понятие *epimeleia heautou* – заботы о себе, επιμέλεια ἑαυτου, римское cura sui. Он предложил ее оригинальное прочтение как способ создания себя как произведения искусства, сформулировав, таким образом, принципы «эстетики существования» посредством определенной «культуры себя».

Мы продемонстрируем в этом блоке, как от платоновской «заботы о себе» через августиновское размышление и до декартовского метода формируется та самая практика субъективации, которая привела к возникновению понятия самотождественного субъекта в XVII в., наследниками которого мы все являемся. От новоевропейского субъекта мы проследуем далее к субъекту травмы, условно – от Декарта до современной феноменологии. Мы проследим историю субъекта Нового времени от его рождения до его декларируемой с середины XX века смерти. После Декарта Я, сознание, самость, человек стало полагаться как некое безусловное начало, как необходимое – более того – условие всякого построения – философского ли, научного ли. Но как всякое начало, как всякий исток оно стало ускользать от собственной тематизации и возможности дескрипции. «Травмированный субъект» – так говорит о нем Рудольф Бернет, представитель новой пост-феноменологии. Он начинает с того, что «уже более столетия субъект умирает и вновь воскресает на сцене философской мысли», и выбирает в качестве отправной точки событие травмы: «быть субъектом – значит быть субъектом потерь самотождественности». Поэтому вопрос, который ведет Р. Бернета через Лакана и Левинаса, звучит так: «На что субъект может опереться, чтобы выжить и ответить в тот момент, когда то представление, которое он сформировал о себе самом, рушится, когда ему не хватает слов о только что пережитом?». Мы попытаемся ответить на этот вопрос, обращаясь к истории практик себя в античности, в эллинизме, в христианстве, и, наконец, в современности.

Особое место занимает вопрос о том, как человек становится собой посредством определенных практик.

Краткая программа I Блока:

1. Духовная практика – практика себя – забота о себе как элементы сложной антропологической практики. Понимание философии как особой формы терапии, врачевания души. Жанр диалога. Майевтика Сократа. Учение о парресии. Техника

«заботы о себе» (epimeleia heautou) в античности. «Познай самого себя!» Забота о себе как практика, необходимая для заботы о других.

2. Забота о себе в эллинистической философии: философия как практика попечения о душе и преобразования образа жизни. Стоическая организация повседневности: самонаблюдение, работа со страстями, контроль над поступками и отношением к внешнему миру. Практики заботы о себе: уединение, чтение, письменные упражнения, внимание к себе и организация времени жизни.
3. Раннехристианская парадигма «заботы о себе». Новое представление о человеке. Восточно-христианская парадигма монашества и аскезы (исихазм). Работа со страстями души. Практика наблюдения за страстями и излечения от них: эллинизм vs. исихазм. Практики субъектности: античная, эллинистическая, христианская как практики «обращения себя».

4. Новоевропейский поворот к ego cogito: явление трансцендентального субъекта. Кризис представлений о человеке в 21 в.: новая субъектность. Как современный человек говорит о себе и своих переживаниях? Кризис персональной идентичности – перманентный кризис современного человека?

Таким образом, историческая линия первого блока проходит от платоновской заботы о себе — через эллинистическую и христианскую работу над собой — к новоевропейскому субъекту и далее к его кризису в современной философии.

Войти в отношение к самому себе, озаботиться собственным существованием как своей собственной задачей не означает редукции этой задачи к технэ, к набору определенных правил, выполнение которых гарантирует субъекту его собственное бытие. Однако в наше время имеет место техническая интерпретация заботы о себе, которая породила новую, так называемую «тренинговую культуру», во многом определяющую сегодня стиль заботы о себе. В чем же тогда состоит экзистенциальный вызов заботы? Требует ли забота от нас смелости и мужества: смелости быть частью чего-то большего, чем ты сам, и мужества «пользоваться своим умом» (И. Кант) без руководства со стороны кого-то другого? Готовы ли мы иметь решимость следовать логике заботы?...

Работа с философскими текстами в этом блоке будет постоянно сопровождаться философскими упражнениями, письменной рефлексией и практикумами.

Итоговая письменная работа по I Блоку (эссе).

Итоговая работа представляет собой философское эссе, в котором участник должен самостоятельно исследовать одну из проблем, рассмотренных в I блоке, опираясь на философские тексты и показывая, как философская идея становится практикой работы человека с самим собой. Тема выбирается самостоятельно из предложенного списка (возможно предложить свою тему).

II Блок. Теория и практика философского консультирования

Во втором блоке историко-философская перспектива переходит в пространство современной философской практики.

Участники обратятся к конкретным формам философской практики: философскому консультированию, сократическому диалогу, философскому партнерству, и посмотрят, как «философская болезнь» (А. Хельцхей-Кунц) может лечиться философскими

методами, представляющими собой подобие античных практик заботы о себе, «собирания себя» в условиях безликих структур повседневности.

Философская практика представляет собой практику заботы о себе, что можно интерпретировать в свете двух аспектов, во-первых, как практику самопознания, во-вторых, как практику самотрансформации.

Первый аспект предполагает умение осуществлять философскую рефлексию и философское созерцание тех душевных состояний, которые наиболее интенсивно свидетельствуют о столкновении с основными экзистенциальными данностями (страхом смерти, социальной изоляции, свободы и бессмысленности жизни).

Второй аспект предполагает практику философского образа жизни, что создает необходимые условия для изменения своего целеполагания, принятия решений и совершении поступков. Это те программы «минимум» и «максимум», которые можно вырабатывать, исходя из осознания философских оснований своего мировоззрения.

Философская практика – это направление современной философии, использующее философствование как средство для постановки, анализа и решения мировоззренческих проблем, которые определяются, исходя из духовных запросов клиента.

Задача философа-практика – поднять частные проблемы клиента на философский уровень, осуществить вместе с ним философскую рефлексию над этими проблемами с целью расширения границ мировоззрения клиента. Как правило, для философской рефлексии используются фрагменты философских произведений. В отличие от психотерапии в анализе личности клиента философская практика опирается на онтологические принципы экзистенциальной философии, а не биомедицинские или психометрические характеристики.

Кроме того, сама процедура консультирования предполагает работу с философскими категориями, в свете которых и происходит осмысление мировоззренческих проблем клиента. В отличие от академической философии философская практика занимается не изучением философских теорий или систем, а практическим применением определенных процедур философствования – духовных упражнений (П. Адо), акцентирующих внимание на самопознании клиента, способствующих расширению границ (трансформации) его мировоззрения.

Философская практика получила институциональный статус в 1982 году, когда была создана первая Международная ассоциация философской практики (IGPP) Германии, Австрии и Швейцарии под руководством Г. Ахенбаха. В настоящее время ассоциации философов-практиков существуют почти во всех регионах мира.

Наибольшее распространение получили несколько форм философской практики: философское консультирование, сократический диалог, философское партнерство.

Философское консультирование – это форма индивидуальной или групповой работы, представляющая собой серию встреч, организуемых и направляемых философом-консультантом. Как правило, материалом для работы служат те или иные философские тексты, помогающие клиенту осуществить необходимую рефлексию над конкретными и частными проявлениями своей «философской болезни» (А. Хельцхей-Кунц).

Словосочетание «философская болезнь» – это не метафора, это реальное состояние человеческого существования в мире повседневности, характеризующаяся острой чувствительностью к «зову бытия» (М. Хайдеггер), сопряженного со страхом смерти, социальной изоляции, свободы и бессмысленности жизни. Таким образом, «философская болезнь» лечится философскими методами, представляющими собой подобие античных практик заботы о себе, «собирания себя» в условиях безликих структур повседневности.

Сократический диалог. В основу этой формы философской практики положены принципы работы с внутренней и внешней речью. Поскольку внешняя речь человека в силу ее автоматичности не всегда соответствует тому, о чем он думает, во-первых, те или иные высказывания человека могут вообще не выражать никакой мысли, а целиком и полностью относиться к проявлениям его эмоционального состояния; во-вторых, зачастую человек прибегает к внешней речи с целью замаскировать, скрыть реальные мысли о себе, об окружающих или о ситуации, невольно вводя в заблуждение себя и других. Поэтому задачей философа-практика является «примирить» собеседника с его собственной речью (О. Бренифье), т.е. открыть для него рефлексивный план анализа своих речевых высказываний для обнаружения тех скрытых мыслей, которые маскирует внешняя речь.

Данная философская практика оказывается эффективной как для прояснения смысла понятий, используемых во внешней речи, так и для прояснения смысла проблем, возникающих в тех или иных ситуациях, мешающих человеку в решении определенных жизненных задач. Разоблачая автоматизмы эмоций, речи и действий, человек получает возможность осознания периметра (Р. Лахав) своей «платоновской пещеры», а также возможность выхода из нее на новый уровень, как мышления, так и мировоззрения в целом.

Философское партнерство. Эта форма философской практики представляет собой группу партнеров, осуществляющих совместное философское созерцание тех или иных аспектов мировоззренческих проблем методом феноменологической редукции. Главное условие философского партнерства – глубокое сосредоточение на том «чистом» опыте, который можно получить, исходя из медитативного состояния, выносящего «за скобки» все автоматизмы мысли и речи внешнего повседневного опыта.

Концентрация на этом опыте осуществляется методом медленного чтения фрагментов тех или иных философских текстов, содержащих в себе законченные идеи по созерцаемой проблеме. Высказывание собственных идей осуществляется в унисон с прочитанным текстом, выделяются его главные понятия, из которых совместными усилиями группы конструируется общая «карта идей» (Р. Лахав), дополняемая концептами или образами, возникающими в пространстве «чистого» опыта каждого участника группы. Целью групповой работы является коллективная помощь в прояснении философских идей за счет совместным усилий. Работа членов группы напоминает действия музыкантов в едином оркестре.

Краткая программа II Блока:

1. Основы философского мышления. Что нового, уникального открывает философствование для самопознания, как практика философствования изменяет образ жизни. Истоки философствования, определяющие специфику философского мышления: удивление (то, что вызывает вопрос), сомнение (то, что служит критической проверке убеждений), осознание себя в пограничной ситуации (то, что

вызывает вопрос о самом себе), поиск коммуникации (мысль о том каков я для Другого), новый взгляд на себя с позиции Другого (то, что вызывает удивление). Какими способами осуществляется философствование на примере работы с теми или иными мировоззренческими проблемами. Как философское мышление способствует освобождению человека и как распоряжаться этой свободой.

2. Основные правила философского консультирования (Герд Ахенбах): как определять философские основания для любой жизненной проблемы и как помочь человеку обнаружить в себе лучшие личностные качества. Философское консультирование как терапия для здравомыслящих (Лу Маринофф): метод PEACE – проблема (*problem*) – эмоция (*emotion*) – анализ (*analysis*) – созерцание (*contemplation*) – равновесие (*equilibrium*); как подготовить философский «концептуальный прорыв» (переосмысление проблемы). Философское консультирование как работа с периметром «платоновской пещеры» (Ран Лахав): исследование ландшафта философского (мировоззренческого) периметра человека, обнаружение пределов и границ, поиск выхода; особенности трансформативного состояния индивида.

3. Эмоции как «окна интуиции» (Александр Фатич): эмпатический метод философского консультирования; субстанциальные эмоции и эмоции отношений; «философические чувства»: как чувства, обретая универсальность, становятся философскими. Философское консультирование на основе синтеза «радикальной» и «умеренной» философии (Лидия Амир). Абстрактное мышление как терапевтический инструмент философствования; сочетание абстрактного мышления с субъективной рефлексией; эпистемические добродетели: взаимосвязь интеллекта и морали. Философское консультирование и терапия, базирующаяся на логике (Logic-Based Therapy and Consultation) (Элиот Коэн). Исследование рассуждений и логических структур, создающих эмоциональное состояние человека; способы изменения эмоционального состояния с сопутствующим нахождением новых смыслов жизни.

4. Философское консультирование Оскара Бренифье: тождество мышления и речи. Чтение мышления и психолингвистический анализ речи: тестирование гипотез, перформативная диагностика, стратегия интервенций, проблематизация; умение мыслить вместе с консультацией. Философское консультирование, базирующееся на проприоцепции мышления (мышление в действии) (Мария Тиллманнс). Явный и неявный мыслительный процесс; создание ситуации апории как порождения и стимулирования мысли; основные характеристики мышления в действии. Философское консультирование для людей в сложных жизненных ситуациях (Хосе Барриентос): философская практика в тюрьмах, в работе с неблагополучными детьми и пожилыми людьми. Практика неостоицизма: философия как образ жизни, опыт и путешествие.

Таким образом, в этом блоке будет проведен сравнительный анализ основных современных методик философской практики, их теоретических оснований, целей, способов организации работы и возможностей применения. Особое внимание будет уделено конкретным авторским методикам и их практическому освоению. Участники смогут не только узнать о различных подходах, но и увидеть, как устроена работа философа-практика изнутри.

Итоговая письменная работа по II Блоку (эссе).

Эссе представляет собой рефлексию над одной или несколькими моделями философского консультирования, с акцентом на «плюсы» и «минусы», возможности

использования в индивидуальной и групповой работе, предполагающее собственное авторское видение в сочетании с уже наработанными методиками и опытом практической работы.

Живые мастер-классы ведущих представителей философской практики

Особая часть программы — мастер-классы ведущих представителей современной философской практики, которые согласились принять участие в программе:

Герд Ахенбах, Оскар Бренифье, Ран Лахав, Хосе Барриентос, Мария Тиллманнс, Лидия Амир, Александар Фатич, Лу Маринофф, Эллиот Коэн.

Мастер-классы не выделяются в отдельный блок, а встраиваются в разные этапы программы в соответствии с изучаемым материалом. Это позволяет участникам познакомиться с различными направлениями философской практики непосредственно через работу их ведущих представителей: увидеть метод в действии, принять участие в практической работе, задать вопросы и исследовать собственный опыт взаимодействия с методом.

Таким образом, участники получают возможность познакомиться с широким спектром современных подходов к философской практике не только через тексты и лекции, но и через живую демонстрацию и практическое участие.

Такое соединение академического изучения философии, систематической практической подготовки и живых мастер-классов представителей различных направлений создает **уникальный международный формат программы**.

III Блок. Разбор случаев применения методик философского консультирования

Третий, заключительный блок, посвящен практическому применению философского инструментария.

Если первые два блока отвечают на вопросы «как формировалась практика работы человека с собой?» и «какие формы философской практики существуют сегодня?», то третий блок ставит вопрос: «как работать с конкретной человеческой ситуацией?»

Участникам будет предложено методом погружения «изнутри» в ту или иную методику философской практики или посредством сочетания нескольких методик исследовать возможности их применения в консультативной, терапевтической и супервизорской деятельности.

Основой работы станут конкретные консультативные ситуации и кейсы. Будет рассматриваться не только содержание проблемы клиента, но и сам процесс философского консультирования: каким образом из жизненной ситуации возникает философский вопрос, как определяется предмет работы, как выбирается философский текст или упражнение, как строится диалог и каким образом происходит изменение перспективы клиента.

Участники будут учиться:

- анализировать консультативную ситуацию;

- формулировать философскую проблему, стоящую за частным запросом;
- выбирать соответствующий философский инструментарий;
- работать с философским текстом в консультировании;
- использовать философские упражнения;
- сочетать различные методики;
- анализировать ход консультативного диалога;
- видеть возможности и ограничения философского подхода;
- обсуждать собственную практику в группе.

Особое значение приобретает здесь практика философского консультирования как пространства совместного исследования, в котором философ не подменяет клиента в поиске ответа, но создает условия для самостоятельного философского мышления.

Письменные работы участников, практические задания и консультативные кейсы становятся предметом совместного обсуждения. Таким образом, третий блок завершает движение от философского текста и истории практик себя к самостоятельной практической работе.

Итоговая заключительная письменная работа

Детальный разбор диалога или кейса (случая из консультативной практики) на предмет использования методик философского консультирования, ведения сократического диалога, работы с философскими текстами и т.д. Критическая рефлексия по поводу собственной философской практики (консультирования): над чем стоит подумать, что стоит исправить, на какие инсайты стоит обратить внимание. Как философская практика (консультирование) расширяет поле исследовательской работы. Как в ходе совместной работы проявляет себя терапевтический и развивающий эффект философствования.