

Міністерство освіти та науки України
Національний університет «Острозька академія»
Навчально-науковий інститут соціально-гуманітарного менеджменту
Кафедра філософії та культурного менеджменту

Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня бакалавра
на тему
**«Автодеструкція людини культурної: філософсько-антропологічний
аналіз»**

Виконала студентка IV курсу, групи К-41
напрямку підготовки Культурологія
ОПП Культурологія
Столбецька Регіна Геннадіївна

Керівник:

канд. філос. н., ст. вик.

Шляхова Ольга Анатоліївна

Рецензент:

д. філос. н., доц.

Петрушкевич Марія Стефанівна

Острог, 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	2
РОЗДІЛ I. АВТОДЕСТРУКЦІЯ ЛЮДИНИ КУЛЬТУРНОЇ В ІСТОРИЧНІЙ ТА ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІЙ ПЕРСПЕКТИВІ	7
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ I	16
РОЗДІЛ II. ФОРМОВИЯВИ ТІЛЕСНОЇ АВТОДЕСТРУКЦІЇ	18
2.1 Деструктивні наративи у спорті.	18
2.2 Ставлення до болю і шкідливі тілесні практики у медицині та індустрії краси	23
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ II	31
РОЗДІЛ III. АВТОДЕСТРУКЦІЯ У ПОЗАТІЛЕСНОМУ ВИМІРІ	32
3.1 Страждання у мистецтві як форма соціокультурної автодеструкції.	32
3.2 Деструктивні наративи у соціальних цінностях і ментальне здоров'я.....	37
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ III	45
ВИСНОВКИ	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ	50

ВСТУП

Актуальність теми: «Що не вбиває тебе, робить тебе сильнішим», «Немає болю – немає результату», «Через терен до зірок»: ці та інші схожі популярні вислови об'єднує не лише заряд мотивації, який вони повинні надавати, а й те, що біль у них постає як цінність. Ці слова є виявом культивування болю у сучасній культурі, що призводить до саморуїнації людини у всіх вимірах її буття (тілесному та позатілесному), або ж, іншими словами – до її «автодеструкції».

У Західній культурі здавна існує стійке уявлення про те, що будь-які страждання, які переживає людина, роблять її кращою. Усе, що з нею відбувається, має своє призначення, а отже – біль не буває даремним. Цю ідею дуже просто пояснити та виправдати, якщо дивитись на неї з перспективи гіпотетичної людини, якій довелось страждати. Натомість жодна окремо взята і, що важливо, психічно здорова людина добровільно не стане піддавати себе стражданням, не маючи на це серйозних ідейних/ідеологічних підстав чи шляхетної мети. Тож коли переживати біль все-таки доводиться, людина схильна шукати методи його послаблення. Відтак, культурна ідея про доцільність болю – це один із соціокультурних методів/механізмів, що інтерпретує біль як не випадковість. Він припадає на долю індивіда не просто так, а має вище призначення та трансформує людину в кращий бік. З такою установкою будь-який біль легше прийняти та пережити.

Це переконання про «доцільність болю» є таким-собі ментальним знеболювальним засобом, і як таке, не є проблемою. Проблема в іншому: дане переконання стало настільки поширеним, плюралістичним та часто використовуваним, що трансформувалось у інший, відверто деструктивний наратив – *не можна стати кращою людиною, не страждаючи*. Або ж: *біль і страждання є обов'язковими елементами успіху*. Така соціокультурна

установка, що поволі стає світоглядним принципом, на наш погляд, може призвести до руйнації людини.

Традиція фактично обоження й возвеличення болю на Заході формувалась та укріплювалась століттями. Вона зумовлювала специфіку культурної поведінки західного суспільства різних епох і все ще продовжує визначати її. Цей наратив простежується на різних рівнях культури: від занять спортом до мистецтва. Актуальність дослідження автодеструкції через різні форми і виміри болю зумовлена тим, що вона має великий вплив на формування аксіологічної системи сучасного Західного суспільства загалом, а отже – на життя і світогляд кожного/кожної з нас індивідуально. Відтак у цьому науковому дослідженні ми пропонуємо критично поглянути на цю проблему та проаналізувати її з позиції соціальної філософії, філософської антропології та культурології. Адже це ті галузі знань, у яких тема автодеструкції людини є малодосліджена. Однак наукові пошуки саме в такому фокусі уможливить глибоке розуміння не лише форми, але і змісту болю та автодеструкції в Західній культурі.

Метою роботи є виявлення витоків та причин автодеструкції у Західній культурі; простеження трансформації цього феномену в історичній ретроспективі та аналіз його сучасних формовиявів у кореляції із джерелом походження.

Об'єктом дослідження є деструктивні соціокультурні практики та ідеї у сучасній Західній культурі¹.

¹ Під Західною культурою ми маємо на увазі країни США та країни Західної Європи. Терміни «Західна цивілізація» та «Західна культура» із конкретним географічним означенням ми зустрічаємо праці у відомого соціолога та політолога Самюеля Хантінгтона «Зіткнення цивілізацій» та історика Ніла Фергюсона «Цивілізація. Як Захід став успішним». У їх текстах Західний світ, Західна цивілізація, Західна культура – це сукупність культурних, політичних та економічних ознак, що об'єднує країни Європи та Північної Америки. Таке трактування терміну «Західна культура» ми будемо використовувати у цьому дослідженні.

Зауважимо, що дане дослідження буде побудовано на аналізі виключно Західної культури через призму ідей християнства та Просвітництва. Аналіз автодеструкції у інших культурах потребує окремого дослідження.

Предметом дослідження є специфічне ставлення до болю та автодеструкції у Західній культурі у зв'язку із категоріями-антонімами як-от щастя, краса та успіх; формовияви болю, конкретні практики та їх наслідки у межах сучасної Західної культури у двох вимірах: тілесному та позатілесному.

Резюмуючи додамо: ми досліджуємо, у які способи заперечення болю або його возвеличення призводить до саморуйнації людини Західної культури на різних рівнях. Відповідно до цього, ми ставимо перед собою наступні **завдання**:

- Розкрити сутність поняття «автодеструкція».
- Дослідити зародження та розвиток феномену автодеструкції у історії Західної культури.
- Виявити форми автодеструкції на сучасному етапі у тілесній сфері, зокрема у спорті, медицині та індустрії краси; та у позатілесній сфері, у яку включаємо мистецтво та ментальне здоров'я.
- Проаналізувати зв'язок виявів автодеструкції на сучасному етапі із витоками цього явища.
- Оцінити стан проблеми у наш час та запропонувати можливі варіанти її пропрацювання.

Аналіз джерельної бази: Існують дослідження болю та деструктивних ідей, які панують у конкретних сферах, таких як, наприклад, спорт. Однак комплексного аналізу цього явища через культурологічну оптику наразі немає. Саме тому ми ставимо собі за мету здійснити такий аналіз. Аналізуючи витоки автодеструкції та її природу, ми спиратимемось на філософські ідеї Фрідріха Ніцше про співвідношення болю та щастя, на дослідження болю у Середньовіччі

Естер Коен та на критику ідей Просвітництва Теадора Адорно та Макса Горкгаймера.

Аналізуючи сферу спорту, звертатимемось до ідей баскетболістки Мераї Бертон Нельсон, взятих із її власного досвіду, а також до аналізу шкідливих ідей у спорті Дона Сабо, дослідження Мартіна Родеріка, Івана Вадінгтона та Грехема Паркера та ін. У аналізі індустрії краси та ментального здоров'я ми спираємось переважно на дані Всесвітньої організації здоров'я, а також на дослідження Рональда Кесслера, ідеї Бурдьє, Ваккана та Еріха Фромма. У аналізі деструктивних ідей у мистецтві будемо звертатись до ідей режисера Девіда Лінча про зв'язок страждання і творчості. Ми проаналізуємо наявність деструктивних ідей у візуальному, аудіальному та мультиплікаційному мистецтві, посилаючись на кейс Ван Гога, сучасної артистки Мітскі та американський мультиплікаційний серіал «Кінь Боджек».

Методи дослідження: Дослідження має міждисциплінарний характер. У роботі ми опираємось переважно на генетичний, синхронний та генеалогічний методи. Користуючись генетичним підходом, у першому розділі ми аналізуємо феномен автодеструкції у Західній культурі з моменту його виникнення до сучасності. Ми простежимо, як цей феномен розвивався і видозмінювався від Античності, Середньовіччя, через Просвітництво до нашого часу.

У другому та третьому розділах ми використовуємо синхронний та генеалогічний методи, аби розглянути феномен автодеструкції в єдності історії та сучасності; побачити механізм їх взаємодії, яким є діалог між різними епохами. За допомогою синхронного аналізу ми розглядаємо досліджуване явище з різних ракурсів в межах кінця 20-го та початку 21-го століття, зокрема – аналізуємо вияв автодеструкції у сферах спорту, індустрії краси та медицини, мистецтва та ментального здоров'я. За допомогою ж генеалогічного підходу, ми аналізуватимемо зв'язок між явищем у сучасному вигляді у кожній зі сфер та його витоками.

Оскільки одним із виявів феномену автодеструкції є вплив на ментальне здоров'я людей, що перебувають під впливом панівних наративів культури, у третьому розділі ми будемо звертатись до психоаналізу, зокрема до ідей Еріха Фромма. Також впродовж всього дослідження, аби підкріпити свої спостереження, ми будемо звертатись до соціологічних досліджень та посилались на статистичні дані.

Виявлення причин автодеструкції, її наслідків на сучасному етапі може стати першим кроком до подолання панівних токсичних культурних наративів, чи, принаймні, викликати суспільне обговорення і сприяти тому, що у майбутньому суспільство буде від них позбавлене.

Апробація роботи: Робота пройшла необхідну апробацію у вигляді участі у конференції. Початком дослідження стала доповідь «No pain no gain, або культивация болю у сучасній культурі», яка була представлена на Днях науки НаУОА у 2023 році. Дослідження «Деструктивні тілесні практики у індустрії краси» було представлено на Днях Науки НаУОА у 2024-му році.

Структура роботи: Загальний обсяг роботи становить 55 сторінок. Робота містить три розділи. Список використаних джерел налічує 59 позицій українською та іноземними мовами.

РОЗДІЛ 1. АВТОДЕСТРУКЦІЯ ЛЮДИНИ КУЛЬТУРНОЇ В ІСТОРИЧНІЙ ТА ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІЙ ПЕРСПЕКТИВІ

Витоком автодеструкції є Середньовічна культура, котра поклала початок протиставленню щастя і болю, яке призводить до автодеструкції. Детальніше цю ідею ми розберемо згодом, однак, спершу проаналізуємо Античність, оскільки вона вважається колискою Західної цивілізації. У деяких античних філософів справді можна простежити щось схоже на зв'язок щастя та успіху. Наприклад, Сократ наголошував на тісному зв'язку щастя і моралі: «найщасливіша та людина, яка не має зла в душі» [40, р. 59]. Тут присутнє прагнення до щастя і досконалості та заперечення зла, та цей наратив має інший відтінок, ніж християнська самопожертва для життя з Богом. Навпаки, Сократ говорить, що людина повинна шукати внутрішнє щастя, і вона здатна це зробити. А давньоримський філософ Сенека стверджував, що прагнення до щастя призводить до нездатності людини розрізнити щастя від задоволення. Це хибне уявлення не тільки віддаляє людину від щастя, але й змушує її страждати [58]. Можливо, дослідивши глибше ідеї античних філософів у зв'язку з щастям та болем, можна виявити щось схоже на їх протиставлення, на прагнення до щастя та саморуйнівні тенденції, однак, навіть якщо в добу Античності такі ідеї були присутні, вони ще не були панівними. В релігійній свідомості давніх греків та римлян не була закладена приреченість терпіти біль внаслідок своєї ж поведінки і бажання назавжди позбавитись від болю. Навіть античні боги терпіли біль. Біль був природним, біль не був лише людським тягарем. Явище, про яке йдеться, набуло своїх масштабів та такого великого значення для культури саме завдяки християнству, тому генеалогія у цьому дослідженні буде завжди сходити до нього.

У контексті Західної культури найбільш значущим витоком автодеструкції є християнство, а доба, яка стала найбільш знаковою для

закріплення цього феномену – Середньовіччя (9-15 століття), оскільки культура європейського Середньовіччя значною мірою будувалась навколо християнства, була апогеєм культивуації болю, самопожертви та страждань. Однак, основне джерело саморуйнації людини полягає не у культивуації болю як такої, а у протиставленні болю та щастя. Культивуація болю – лише один із виявів цього протиставлення, іншим виявом у майбутньому стане повне заперечення болю.

Спершу варто проаналізувати культивуацію болю. Вона походить насамперед від іудео-християнської культурної традиції, саме тут зароджується віра в те, що біль є неминучим, а вміння його терпіти вдосконалює характер та підвищує статус людини. Біль постає важливішим за задоволення, а жертва – необхідністю задля затвердження власної гідності та соціального визнання. Не випадково найпоширенішим релігійним образом у християнстві є побитий і скривавлений Христос, син бога-отця, якого приносять у жертву на хресті, щоб принести спасіння людству.

Вага болю і страждань неодноразово закріплена словом у Святому Письмі. Можемо простежити культивуацію болю, наприклад, у Євангелії від Луки: «Блаженні вбогі, – бо ваше Царство Боже. Блаженні, голодні нині, бо ви насититесь. Блаженні, що плачете нині, бо будете сміятись. (...) Горе ж вам, багатим, бо ви одержали втіху вашу. Горе вам, що ситі нині, бо будете голодувати. Горе вам, що смієтеся нині, бо будете ридати й сумувати» (Євангеліє від Луки, 6, 20-21, 24-25) [54]. Біль у християнстві завжди має вище призначення, біль є шляхетним та фактично обов'язковим для спасіння. Таким чином, християнин може прожити все життя у стражданнях, вірячи у те, що за це отримає винагороду на «небесах», та морально вдосконалиться. Християнин цінує свій біль.

Біль як такий не є негативним явищем, інколи він справді може йти людині на благо, але християнство біль фактично фетишизує. Існує різниця між

тим, щоб віднаходити сенс у болі, який довелось пережити та тим, щоб змушувати себе проходити через біль, аби стати кращою людиною. Віряни, а зокрема монахи та монахині, застосовували болючі практики, щоб почувти Бога. Наприклад, Беатриса Назаретська, фламандська цистеріанська монахиня 13-го століття практикувала дуже суворі аскези, носила пояс із шипами та перетягувала тіло мотузками. За свідченнями монахині, у видіннях їй з'явився Ісус і пронизав її серце вогненною стрілою (навіть контакт із божественним асоціюється із болем – серце, пронизане стрілою). Беатриса писала, що її численні хвороби були благословенням, а її біль був способом випробування та наближення до Бога [13, pp. 37-39].

Зрозуміло, що не всі люди в добу Середньовіччя вели такий аскетичний спосіб життя. Існували свої методи полегшення болю, більше того, біль в Середньовіччі був соціальним феноменом, про нього говорили, його зображували у мистецтві. У цьому плані, у Середньовіччі були навіть більш розвинуті методи суспільного пропрацювання болю, ніж сьогодні, коли кожна людина може почуватись ізольованою, проживаючи біль [12]. Тож монастирська аскеза і стоїцизм не були притаманні кожній пересічній людині, однак вони вважались чеснотами та ідеалом поведінки. Середньовічна людина, так само, як і сучасна, хотіла позбавитись від болю, та, відповідно до наративу Церкви, нездатність полегшити біль тлумачилася як «Божа воля». Бачимо, що у християнському Середньовіччі існувало протиріччя між неминучістю болю, болю як покарання і випробування, глорифікацією болю та неприйняттям болю і прагненням його уникнути.

Деструктивне джерело, яке впливатиме на західну культуру на усіх подальших історичних етапах, у християнському світогляді лежить дещо глибше, ніж у глорифікації болю. Люди все одно прагнули уникнути страждань. У певному сенсі мислення середньовічних людей щодо болю схоже на мислення людей сучасної епохи. Джерело цієї схожості варто шукати у

фундаментальному для європейської культури та її саморуйнівних тенденцій міфі про Едемський сад. У Едемському саду людина була позбавлена болю та страждань, коли ж вона згрішила і була вигнана із саду – біль став для неї покаранням: «До жінки промовив: Помножуючи, помножу терпіння твої та болі вагітності твоєї. Ти в муках родитимеш діти, і до мужа твого пожадання твоє, а він буде панувати над тобою», «Ти в скорботі будеш їсти від неї всі дні свого життя. Тернину й осот вона буде родити тобі, і ти будеш їсти траву польову. У поті свого лица ти їстимеш хліб, аж поки не вернешся в землю, бо з неї ти взятий. Бо ти порошок, і до пороху вернешся» (Буття 3: 16-19) [54]. У цей же момент вигнання людини з раю щастя стало утопічним і таким, що протиставляється болю. Ключовим є саме уявлення про щастя і біль як протилежності. Щастя стає доступним лише у минулому (втрачений рай, золота доба), або у майбутньому (друге пришествя Христа).

У християнстві щастя і страждання постають не природними станами людини. Щастя – в майбутньому і його потрібно заслужити, щастя – це мета, для якої потрібно працювати. Страждання – це метод досягнення мети, випробування для людини, а також покарання. В кожному випадку щастя і страждання є наслідками поведінки індивіда, більше того, одне слідує за іншим, вони не існують поруч, а розташовані в різних частинах історії, що у європейській традиції є лінійною. Цей наратив є основним, адже буде трансформуватись і дійде до сучасного варіанту – заперечення болю взагалі, однак заперечення болю виявляється не менш руйнівним, ніж його фетишизація, оскільки в основі лежатиме все те ж протиставлення.

Християнство закріпило у західній культурі наратив, що біль не може існувати поруч із щастям, а щастя не може існувати поруч із болем. Кінцева мета людини, життя поруч із Богом в раю, описується як повна відсутність болю: « і Бог кожную сльозу з очей їхніх зітре, і не буде вже смерти. Ані смутку, ані крику, ані болю вже не буде, бо перше минулося!» (Об'явлення: 21:4) [54]. Тож

християнство, з однієї сторони, глорифікує біль, пропонуючи усім вірянам наслідувати Ісуса Христа та «нести свій хрест», та, з іншої сторони, закріплює певний страх і неприйняття болю. Біль не є природним, він є покаранням, яке людина мусить покірно терпіти, щоб колись знову від нього позбавитись. Біль – не нормальна і природна частина життя, а наслідок того, що людина згрішила.

Ця нетерпимість болю з історичним та науковим поступом набуває іншого вигляду. Європейська культура розвивається, християнство поступово втрачає свої панівні позиції, однак бачення історії як лінійної, відповідно, як шляху до щастя, залишається. Однак замість віри у потойбічне життя з Богом з'являється віра у Прогрес та безмежну силу людського розуму і науки, що здатна дати людині щастя. Наступним важливим етапом у розвитку феномену людської автодеструкції стало Просвітництво.

Просвітницьку філософію, що лежить в основі гонитви за щастям, сформували Джеремі Бентам і Джон Стюарт Мілль, які стверджували, що метою людських дій має бути принести найбільшу міру щастя найбільшій кількості людей [31; 7]. Джеремі Бентам вважав, що для того, щоб створити шлях до щастя, необхідно усунути всі непотрібні болі і страждання, а Мілль стверджував, що принцип корисності передбачає не тільки збільшення задоволення, але й зменшення болю та страждань. Виходить, що кінцевою метою людини є повна відсутність болю і життя наповнене щастям, точно так само, як кінцевою метою середньовічної людини є блаженне існування у раю, де немає болю.

Німецькі філософи та соціологи, представники Франкфуртської школи, Теодор Адорно та Макс Горкгаймер у спільній праці «Діалектика Просвітництва» (1966 р.) критикують наростання ступеня раціоналізації світу, закладене добою Просвітництва [22]. Вони описують історію людства як історію самозречення та придушення, в основі якої лежить концепція боротьби людей з природою. Люди постійно втягнуті у спроби зберегти себе перед силами

природи. Можна провести паралель між ідеєю автодеструкції як заперечення болю та цією концепцією. Біль, який є природним, заперечується людиною, що хоче панувати над природою та уникнути болю. Унаслідок ідей Просвітництва знання стало технічним, теорії – функціональними, а не такими, що прагнуть до істини. Просвітництво прийшло до систематизації знання, до підведення множинного під єдиний принцип. Цей єдиний принцип є принципом самозбереження. І самозбереження має на меті позбавити людину від будь-яких переживань болю, від страждань. «Просвітництво в широкому значенні слова мало на меті звільнити людину від страху, щоб зробити її володарем. Але освітлена земля сяє світлом тріумфальної поразки» – вдало підмічають автори [22, р.1].

Ідеї Просвітництва мали величезний вплив на Західну культуру і досі є фундаментальними для неї. З кінця 18 століття житлові умови, доходи, безпека, рівень здоров'я та освіти значно покращились. Відповідно до філософії Бентама та Мілля, такий прогрес мав би бути ознакою значно вищого рівня щастя та нижчого рівня страждань. Тим не менш, рівень екзистенційних страждань і психічних розладів не зменшився з політичним, економічним та науковим розвитком. Екзистенціальна терапевтка Еммі ван Дюрцен переконана, що у сучасному західному світі вважається само собою зрозумілим розглядати головну мету людського існування як досягнення найвищого можливого рівня щастя [15, р. 73]. І ця гонитва за щастям стає одним з головних деструктивних елементів. Більше того, вона закріплена навіть на законодавчому рівні. Декларація незалежності Сполучених Штатів від 1776 року проголошує, що всі люди мають «невід'ємне» право на «прагнення до щастя» (Конгрес США, 1776: розділ 2) [14].

З розвитком технологій, появою мережі Інтернет та посиленням глобалізаційних процесів автодеструкція набрала не лише нових форм, а й більших обертів, оскільки почала охоплювати все більшу кількість людей. Межі

західної культури розмиваються, і наративи, які панують у ній, просочуються в інші культури. Тенденція гонити за успіхом і щастям, за досконалістю закріпилась у феноменах масової культури і вже є невід'ємною частиною ментальності сучасної людини. Ідея цієї гонки підкріплюється капіталізмом та консюмеризмом, майбутнє щастя набуває ще й вимірів кар'єрного зросту та збагачення, які дадуть змогу жити з мінімальною кількістю турбот та досягнути омріяного щастя. Цей наратив є не менш шкідливим, ніж християнське возвеличення болю в ім'я Христа і самопожертви задля майбутнього життя в раю. По суті, це інший варіант того самого наративу. Сучасна людина жертвує собою в ім'я успіху. А успіх – це щастя.

Теодор Адорно та Макс Горкхаймер бачили гонку за успіхом як єдиний вимір людського існування їхнього часу, тобто середини 20-го століття: «Індивіди визначають себе тепер лише як речі... успішні чи невдалі. Їх критерієм є самозбереження, успішне або неуспішне пристосування до об'єктивності своєї функції...» [22, pp. 21-22]. Ця думка не втрачає актуальності і в 21-му столітті. Про наслідки гонки за успіхом для самопочуття та ментального здоров'я людини йтиметься пізніше.

Хоч початкова ідея і трансформувалась в повне заперечення болю, поряд з цим досі існують ще середньовічні ідеї про вище призначення та необхідність болю для досягнення щастя. Сучасна культура багатогранна і містить у собі поряд із новими чи видозміненими старими ідеями стереотипи з попередніх епох. Вона не менш парадоксальна, ніж середньовічна культура, яка і возвеличувала, і боялась болю. Сучасна західна культура також, з однієї сторони, фетишизує біль, а з іншої сторони, заперечує біль і вважає можливим позбавитись від нього за допомогою безмежної сили розуму та науки і потенціалу кожного індивіда.

Наслідки впливовості цього наративу та побоювання щодо їх розгортання у майбутньому привернули увагу низки мислителів 20-го століття. Зокрема,

важливим для рефлексії руйнівних тенденцій відкидання болю у модерній західній культурі став антиутопічний роман Олдоса Гакслі «О дивний новий світ!». Письменник описав світ, у якому прагнення до комфортного і щасливого життя стало реалізованим: технології позбавили людину від будь-яких небажаних незручностей, від болю, від переживань. Це світ, у якому всі щасливі, і світ, у якому немає місця мистецтву та індивідуальності, у якому не залишилось майже нічого людського [55].

Німецький філософ Фрідріх Ніцше називає біль і щастя братами, що належать до одного племені [56, с. 28]. Вони існують разом і обидва є невід'ємною частиною життя. Страх страждання – це страх життя як такого. Априорі прагнення до більшого щастя, яке супроводжується прагненням до мінімізації страждань, не має шансів бути втіленим в реальність. Здатність бути щасливим містить здатність бажати життя в його повноті, приймаючи і щастя, і біль. Середньовічна культура, заперечуючи щастя на землі, заперечує життя. Сучасна західна культура, заперечуючи біль, заперечує життя. В цьому і полягає автодеструкція людини культурної.

Під «автодеструкцією людини культурної» ми розуміємо зумисні дії людини, які шкодять їй, призводять до занепаду, та зумовлені не бажанням людини нашкодити собі, а панівними наративами і цінностями певної культури, і в межах цієї культури вважаються нормальними. Зв'язок між цими цінностями і шкодою для людини може бути неусвідомленим. Наприклад, для Західної культури цінністю є щастя, у ній панує наратив про те, що призначенням людини є досягнення щастя будь-якою ціною. Люди, що виховуються у такій культурі сприймають цю ідею, як даність, та можуть притримуватись її у різних сферах свого життя, намагатись довести його до досконалості, що у результаті призводить, навпаки, до краху. Як саме це відбувається, ми детальніше розглянемо у наступних розділах.

Автодеструкція – широке явище, його не можна звести до кількох конкретних практик, які призводять до фізичного занепаду людини. Адже свідомість певною мірою визначає реальність, і занепад фізичний тут насамперед пов'язаний з тим, за якими установками живе людина. В той же час, ці установки можуть впливати на психологічне благополуччя людини. Тому ми розглядаємо автодеструкцію у двох вимірах: тілесному та позатілесному. У розділі, що стосується тілесного виміру автодеструкції, ми аналізуємо, як цінності Західної культури призводять до занепаду фізичного здоров'я, до травм, чи навіть до смерті у сферах спорту та індустрії краси. У розділі ж, що стосується позатілесного виміру, ми розглядаємо, як ці ж цінності призводять до морального занепаду та психологічних проблем.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ I

Основна автодеструктивна ідея Західної культури – це протиставлення щастя і болю. Вона проходить червоною ниткою через історію культури Західної Європи, але бере початок не з доби Античності, а переважно із Середньовіччя. Ключовою ідеєю, що сприяла появі і розвитку автодеструкції є міф про Едемський сад, внаслідок якого біль починають сприймати, як покарання за гріхи, відповідно, як щось ненормальне, як щось, чого в ідеалі, тобто у раю, не повинно бути. З тих пір людина західного типу прагне до ідеалу, який набуває різного вигляду у різні епохи, але принцип залишається тим самим: щастя – це довершеність, яка не може існувати поруч із болем – недоліком. За Ніцше, щастя і біль існують разом і є невід’ємними частинами життя. Страх болю – це страх самого життя. Тож неможливо жити гармонійно і щасливо, заперечуючи якусь частину життя.

Закладені у Середньовіччі ідеї набувають нових вимірів у добру Просвітництва, коли на зміну панівним релігійним цінностям приходять наукові. Замість прагнення до благодаті життя із Богом без болю і страждань, людина прагне позбавити себе від страждань сама, за допомогою знань. Та ідеальний стан залишається перенесеним у майбутнє і теперішнє стає жертвою, яку потрібно для нього принести. Просвітництво сприяло тотальній раціоналізації та підведення усього під єдиний принцип – принцип самозбереження, що має позбавити людину від переживання болю.

У сучасному Західному світі вважається, що головною метою людського існування є досягнення якомога вищого рівня щастя. Гонитва за щастям є одним з головних деструктивних чинників. Майбутнє щастя також набуває виміру кар’єрного зростання і достатку.

Простеживши саморуйнівні тенденції у історії Західної культури, і побачивши, що це все одна і та ж ідея, ми можемо дати визначення

автодеструкції. Автодеструкція людини культурної – це зумисні дії людини, які шкодять їй, і є зумовленими панівними наративами і цінностями культури, та в її межах вважаються нормою. В результаті такі дії призводять до фізичного і ментального занепаду як окремої людини, так і цілого суспільства.

РОЗДІЛ 2. ФОРМОВИЯВИ ТІЛЕСНОЇ АВТОДЕСТРУКЦІЇ

2.1 Деструктивні наративи у спорті.

Почнемо аналізувати теперішню Західну культуру на наявність унаслідуваних середньовічних та просвітницьких деструктивних ідей із, на перший погляд, доволі прозаїчної сфери – занять спортом. У західному світі поширені так звані мотиваційні вислови, на кшталт «немає болю – немає результату», «замовчи і тренуйся». Вони пропагують ідею, що біль неодмінно має супроводити заняття спортом, а чим більше його – тим кращим буде результат. На кожному занятті потрібно переступати через себе, змушувати себе страждати, аби стати здоровими та сильними. Та чи справді необхідно щоразу доводити себе до напівживого стану, щоб отримати якийсь результат? Необхідність критичного дискомфорту у спорті не є обов'язковою. Ідеї, що призводять до шкідливих травм у спорті, перетинаються з ідеями християнства та Просвітництва про успіх, щастя та біль. Серед інших причин культивування болю у спорті можна виділити спортивну етику, патріархальний устрій та капіталізм як панівний суспільно-економічний лад.

Тренування з болем і травмами довгий час було повторюваним явищем у сфері спорту і має назву «playing hurt» (або ж «гра попри біль») [42]. Спорт неминуче пов'язаний із ризиком болю та травм, а в середовищі, де прославляється страждання, спортсменам прямо чи опосередковано завдається фізичної, психічної та соціальної шкоди. Наприклад, медалістку Олімпійських ігор в Атланті 1996 року Келлі Страг похвалили за те, що вона пододала серйозні травми та поставила репутацію своєї країни вище за власне здоров'я. Навпаки, рішення Сімони Байлз відмовитися від участі в Олімпійських іграх у Токіо 2020 року, щоб подбати про своє психічне здоров'я, викликало суперечки щодо того, чи було це егоїстичним та незрілим вчинком з її боку [1].

Поки засоби масової інформації прославляють твердість і терпіння, з багатьох олімпійських спортсменів, які отримують травми протягом своєї кар'єри, видно, що ризик болю та травм може призвести до таких негативних наслідків, як раннє припинення кар'єри, криза ідентичності, низька самооцінка, хронічний біль і довготривала втрата працездатності [38, pp. 46-53].

Тож звідки походить явище «playing hurt» і який вплив на його існування має культурний контекст? Це явище розглядали з різних точок зору. Велика кількість досліджень присвячена соціокультурним нормам (наприклад, самопожертва заради команди), які скеровують спортсменів до шкідливих для здоров'я практик, зокрема Мартін Родерік у праці «The Sociology of Risk, Pain, and Injury: A Comment on the Work of Howard L. Nixon II» [41, pp. 64-79]. У професійному спорті домінує етика ризику. Його цінності жертвності, прагнення до величч, ризику, відмови від обмежень і гри попри больові відчуття відображені в тому, що біль постає нормою, а ризик прославляється. Травми та біль, зокрема, визнаються частиною життя спортсмена, і якщо людина не тренується та не грає, незважаючи на ці проблеми, вона не визнається «справжнім спортсменом».

Найпоширеніші рекламовані історії в елітному спорті – це історії про результати, які несуть приблизно таке повідомлення: «Я люблю свій спорт. Мій спорт – це все в моєму житті. Немає нічого важливішого, ніж мій спорт і мій успіх у ньому». Цей наратив означає, що для досягнення успіху спортсмен повинен бути цілеспрямованим і зосередженим на своєму спорті, виключаючи інші сфери життя. Епіцентром етики ризику є так звана «спортивна мережа», що включає тренерів, товаришів по команді, уболівальників, медичний персонал та інші зацікавлені сторони. Ця мережа транслює культурне повідомлення, яке нормалізує біль і травми [26].

Низка науковців досліджували зв'язок насильства, панівної маскулітності і чоловічої ідентичності, та толерантності до болю і травм. Зокрема, Кевін Янг,

Філіп Уайт і Вільям МакТір у праці «Body Talk: Male Athletes Reflect on Sport, Injury, and Pain» зазначили, що спортсмени-чоловіки, які припиняють тренування або участь у спортивних іграх через травми, можуть бути стигматизовані як менш мужні, особливо якщо травма не вважається серйозною [53]. Частково це пов'язано з тим, що спорт інституціоналізувався як спосіб виховання в хлопцях цінностей, необхідних для зрілості і мужності (конкурентоспроможність, витривалість, бажання перемогти, перевага). Тому визнання свого болю, ставлення здоров'я в пріоритет і припинення занять ставить під удар маскулітність спортсмена. Оскільки грати попри біль і травми є нормою, спортсмени, які припинили займатися спортом через травми, зазнають стигматизації з боку тренерів, колег-спортсменів (спортивна мережа) і, у випадку професійних спортсменів, – керівництва.

Посиллює цю стигму і те, як медіа репрезентує спорт, як возвеличує сильних, агресивних спортсменів, які жертвують своїм тілом заради команди. Хоч зараз медіа уже змінює спосіб репрезентації спорту, зокрема, повідомлення про чутливість до свого тіла почали з'являтися все частіше, що певною мірою завдячено жінкам у спорті. Однак, іти зі спорту все ще дуже складно. Наприклад, коли Енді Мюррей йшов із тенісу у віці лише 31 року через серйозні травми, йому було фізично складно вимовити слова «припинити», «піти зі спорту», це оголошення було для нього надзвичайно емоційно напруженим [4]. Вихід із гри може сприйматись як велика поразка. А поразка неприйнятна у світі, який женеться за успіхом.

Незважаючи на те, що спортивні травми переважно вважаються проблемою чоловічої статі, і чоловіки, і жінки схильні нормалізувати біль і травми, оскільки спорт довгий час був чоловічою сферою і жінки, долучаючись до неї, відчувають той самий тиск. На цій тезі хочемо затримати більше уваги, адже поява жінок у спорті сприяє зміні наявній у ній деструктивній етиці. Як вже було зазначено, у Західній культурі спорт, перш за все, прирівнюється до

маскулінності. Стереотипно заперечення болю у спорті (тобто заняття спортом наперекір больовим відчуттям) є чоловічим атрибутом, ознакою жорсткості та мужності. На противагу цьому визнання існування болю, приділення йому уваги вважається «жіночим». Проте, в останні десятиліття все більше жінок долучаються до спорту, і ідеї, пов'язані з аскетизмом та самобичуванням у спорті, демонструють ознаки змін.

Мерайя Бертон Нельсон, колишня Стенфордська та професійна баскетболістка у своїх наукових працях акцентувала увагу на розширенні прав і можливостей жінок через спорт, та одне із питань, яке вона підняла у праці «Шкода, яку я завдала собі: фізичний інтелект серед спортсменів університету» стосується нехтування чутливістю до власного тіла у заняттях спортом, що є результатом домінування чоловіків у соціальних організаціях, та призводить до спортивних травм. Нельсон пише: «Через тридцять років після закінчення Стенфордського університету я оглядаюся на свій досвід зіркової студентки баскетболістки і дивуюся: чому і як я травмувала обидва коліна настільки серйозно, що тепер не можу спуститись вниз сходами, не кульгаючи? Чи непрацездатність на все життя є неминучим наслідком студентського спорту? Чия відповідальність полягає в тому, щоб спортсмени коледжу навчилися не тільки розтягувати та штовхати своє тіло, але й доглядати за ним? (...) Я закликаю тренерів коледжів і спортивних тренерів відкрито виступати за виховання фізичного інтелекту та довготривале здоров'я своїх спортсменів, навіть якщо така пропаганда призводить до меншої кількості командних перемог» [34, р.1]. Мерайя говорить про «фізичний інтелект» – здатність прислухатися до сигналів свого тіла та реагувати на них, потреба у якій заперечується в умовах патріархату.

Лорен Флешман, професійна спортсменка з бігу, у своїй книзі «Good girl», рефлексуючи над своїм шляхом у спорті, говорить про «культуру поступливості», що призводить до відмежування від себе, від сигналів свого тіла

про голод, втому та біль, яка присутня у спорті. Зрештою Флешман дійшла до висновку, що будь-яке «прагнення до досконалості має бути зосереджене на моментах радості, інакше воно не було б того вартим». «Для мене біг став даром не через те, що його культура так часто прославляла страждання, а попри це. Змагання та тренування навчили мене, що певний біль є неминучим, якщо ти хочеш досягти успіху як елітний спортсмен, але ми не повинні гнатися за цим. Замість цього ми повинні бігти для насолоди» [50].

Культивація болю у спорті сьогодні також тісно пов'язана із капіталізмом. Суспільство – це поле битви, де люди борються за те, щоб отримати більше капіталу та досягти вищих позицій, використовуючи стратегії наступності (дотримання існуючої структури інтересів) або стратегії підриву (реконструкція встановленої ієрархії) [8]. Капітал – це накопичена праця, яка володіє суспільною енергією. П'єр Бурдьє класифікує капітал на економічні, соціальні та культурні форми. Важливим є культурний контекст. Бурдьє говорить про поле – багатовимірне соціальне середовище зі своєю унікальною логікою. Оскільки вартість капіталу може змінюватися залежно від логіки поля, ті, хто хоче отримати прибуток, повинні розглядати домінуючу логіку як правило, сформоване разом з історією поля. В полі західної культури домінуючими є ієрархія та прагнення до досконалості, успіху, самодисципліна та перевага розуму над тілом. Так само у полі конкретних видів спорту є свої домінуючі цінності і правила, яких спортсмен мусить дотримуватись, щоб досягти успіху.

Подібно до закону збереження енергії, отримання прибутку в одній сфері часто передбачає оплату ціни в іншій. Для елітних спортсменів тіло є необхідним ресурсом, яким необхідно керувати, щоб забезпечити успіх, але воно не завжди є пріоритетним. У елітному спорті травма може загрожувати економічній цінності спортсмена і професійній безпеці тренерів. Здоров'я – це та ціна, яку платять за спортивний успіх.

Бачимо, що спорт цілком спрямований на майбутнє – на розвиток, на перемогу, нехтує тілом у теперішньому. Жертовність є однією з основних цінностей спорту. Крім того, в спорті яскраво виражена притаманна сучасності культура ризику, поведінка спортсменів підлягає патріархальним нормам маскулінності, а стратегії розвитку спортсменів підлягають капіталістичному суспільному ладу. Здоровішим, менш деструктивним підходом до спорту, був би той, за якого людина знаходила б для себе щось хороше і приємне прямо під час занять, на противагу перенесенню всього задоволення на майбутній момент перемоги і тріумфу.

2.2 Ставлення до болю і шкідливі тілесні практики у медицині та індустрії краси.

Інша сфера, що підпала під вплив деструктивних цінностей Західної культури, як не дивно, – медицина. Андрій Сем'янків – лікар, автор блогу MED Goblin, понад 14 років працював в анестезіології та інтенсивній терапії. У своїй книзі «Медицина доказова і не дуже», де Андрій розвінчує медичні стереотипи та міфи, він згадує про надмірне використання уколів як лікарського засобу, коли у більшості випадків їх можна замінити пігулками, не втрачаючи жодного відсотку дієвості. У багатьох випадках, коли прописують уколи, вони взагалі не потрібні. «Внутрішньом'язове введення рідко має переваги порівняно з пероральним. Але воно болючіше й дорожче у 3-5 разів. Внутрішньовенно препарати треба застосовувати щодо дуже тяжких пацієнтів, коли на кону виживання або коли пацієнт не може засвоїти пероральні форми» [57, с. 195-199]. Невідомо, звідки у лікарів та пацієнтів ця дивна тяга до уколів. Автор допускає, що це частково пояснюється фінансовою вигодою, яку отримують лікарі. Та у західному контексті, чи не пов'язане надмірне використання уколів із переконанням у тому, що, чим більше страждань зазнає людина, тим кращий

результат отримує? Люди надають перевагу уколам та терплять біль із думкою, що він є ознакою ефективності. Так, інколи ліки справді є неприємними, і лікування потрібно перетерпіти, щоб стало краще. Та біль є обов'язковим далеко не завжди, і не є показником ефективності лікування.

Наближеною до сфери медицини є індустрія краси, особливо ті її складові, які включають хірургічне втручання. Існує давня і добре відома фраза «краса – це біль» або «краса потребує жертв». На жаль, ці вислови досі є частиною ментальності у багатьох країнах Заходу. Відсилаючись до витоків культури болю можемо провести паралель з основною автодеструктивною ідеєю західної культури – протиставленням болю і щастя. У цьому випадку, замість щастя будемо розглядати красу. Сучасна краса – це переважно не щось, з чим народжуються. Поняття краси регулюється соціальними нормами, і щоб досягнути цієї норми необхідно докласти чимало зусиль, пройти через низку «б'юті-процедур». Так, краса, по суті, є утопічною, перенесеною в майбутнє, так само, як щастя та успіх.

Перш ніж розглядати руйнівні наслідки індустрії краси, варто розглянути співвідношення болю та краси як таких. Біль є темою, до якої часто звертаються у вивченні естетики та людського досвіду. Філософ Джон Дьюї припускає, що прекрасний світ потребує болю та страждань, оскільки тихих задоволень недостатньо: «Ми уявляємо із задоволенням Нірвану та однорідну небесну блаженність лише тому, що вони проектується на тлі нашого сучасного світу напруги та конфліктів. Оскільки справжній світ (...) є комбінацією (...) розривів та з'єднань, досвід живої істоти може мати естетичну якість» [16, р.17]. Тобто задоволення можливе лише тому, що існує біль. Так само, краса існує, тому що існує потворність і біль. Вона існує у порівнянні з ними. Роальд Гофман стверджує, що красу можна знайти в моменти напруги: «Краса (...) знаходиться, вразлива, на якомусь напруженому краю, де (...) порядок та хаос протистоять» [21, р.4]. Дослідження краси та наших уявлень про красу неможливе без

обговорення болю. Так само, як щастя і страждання співіснують, співіснують біль з красою. І те, й інше, є природною частиною життя. До того ж, досвід болю, емоційного або фізичного, може робити нас більш чутливими до краси. Прагнення ж до абсолютної краси, до досконалості, а отже, до повної відсутності потворності і болю, парадоксально призводить до потворності та болю. Сучасна індустрія краси переповнена практиками і випадками страждань і шкоди здоров'ю.

Коли говоримо про людську красу, маємо на увазі набір характеристик, які роблять когось естетично приємним для ока. Не всі мають однакові вподобання і стандарти для того, що вони вважають візуально привабливим. Однак західна культура встановлює свої стандарти для всіх. Зараз стандарти краси та тренди швидко змінюються, що робить їх важкими до відстеження, а тим паче, для досягнення. Це гонка, яка ніколи не закінчується. Шлях до краси – це сізіфова праця.

Можна заперечити і сказати, що прагнення до досконалості не є поганим, і вдосконалення свого тіла не є автодеструктивним. Справді, модель росту і розвитку – не погана річ, іноді навіть корисна. Однак, в західній культурі вона набуває деструктивних вимірів у сфері краси. Чи корисними є змінні уявлення, залежить від того, наскільки реалістичним є втілення мети. Ідеали жіночої краси, представлені в ЗМІ, – це переважно молоді, худі, відфотошоплені «ідеальні» ікони, з тілами недосяжними для більшості жінок. Деякі впливові люди та знаменитості заохочують шкідливі звички, які можуть здаватися їм нормальними. Сім'я Кардашьян, одні з найвпливовіших знаменитостей в індустрії краси, хизуються нереалістичними формами тіла. Деякі люди докладають зусиль, щоб досягти такої ж форми тіла природним шляхом, навіть якщо такі пропорції тіла неприродні.

Страждають не тільки послідовники, а і самі знаменитості. Наприклад, у відомої моделі Ізабель Каро є історія про нервову анорексію, спричинена тиском

модельної індустрії у Франції [59]. Її історія трагічна, і це лише одна з багатьох історій про смертельні випадки через розлади харчової поведінки, для яких тиск стосовно зовнішності відіграє одну з ключових ролей.

З кожним днем цінність зовнішності зростає у візуальній та віртуальній культурі. Зовнішність – сучасна візитна картка. Відповідно, збільшується зацікавленість у процедурах краси та підвищуються мінімальні стандарти. Якщо поточні тенденції продовжуватимуться, і зовнішність буде мати дедалі більше значення, тоді деструктивні наслідки, ймовірно, стануть загальними. Проблему деструкції через індустрію краси тоді можна сформулювати як проблему громадського здоров'я.

Розглянемо конкретні групи ризиків, спричинені індустрією краси. Перша та найочевидніша проблема в основному стосується безпеки проведення інвазивних процедур. Клієнти наражаються на процедури високого ризику, коли процедури виконуються фахівцями, які не пройшли належної підготовки, використовують неперевірені продукти та не мають достатньої інформації чи достатньо надійного процесу отримання згоди клієнтів. Це занепокоєння підсилюється скандалами та зростаючою громадською тривогою. Наприклад, скандал з компанією Poly Implant Prothese (PIP) 2010 року виник тоді, коли грудні імпланти виготовлялися з силікону, призначеного не для медичного використання, а для промислового [19]. Подібні скандали трапляються і з нехірургічними процедурами. Регулярно трапляються жахливі історії про введення ін'єкцій та наповнювачів, ускладнення після яких включають інфекції, утворення грудочок, блокування судин кровообігу, відмирання тканин, алергічні реакції, тривале набрякання та синці, і навіть сліпоту [24, р. 24].

Друга проблема стосується гендерної нерівності та впливу б'юті-процедур на становище жінок. Ця критика виникла в рамках радикального феміністського мислення другої хвилі. Наприклад, Андреа Дворкін наводить у приклад феномен бриття ніг як екстремальну, але типову практику краси, що

служує для сексуалізації, фізичного обмеження і фізичної шкоди жінкам; вона закріплює за жінками становище «прикрас, сексуальних іграшок, сексуальних конструктів» [17, р. 106]. Дворкін стверджує, що косметичні практики, як правило, спрямовані на те, щоб зробити жінок «жінками» і показати, що жінки відрізняються від чоловіків і підпорядковуються їм. Більше того, те, що вони болісні, не є випадковим, а «вчить важливому уроку: немає занадто великої ціни, ніякого занадто огидного процесу, ніякої операції, яка була б занадто болючою для жінок, які хочуть бути красивими» [17, р. 115].

Клер Чемберс наводить подібний аргумент, але в межах ліберального напряму. Вона стверджує, що косметичні процедури, такі як вибіркоче збільшення грудей, шкідливі, оскільки вони порушують основну ліберальну цінність рівності. За словами Чемберс, хоча вибір окремої жінки може бути вільним від бажань будь-якого конкретного чоловіка, вона не є і не може бути вільною від обмежень патріархальних норм. Щоб проілюструвати це, вона порівнює встановлення грудних і колінних імплантатів, підкреслюючи їх культурний зміст: «Навіщо хтось хотів би проводити операцію з введенням важких та небезпечних чужорідних об'єктів у своє тіло, якщо б не було соціального значення або соціального виграшу від цієї практики? Жінка, яка хотіла б мати імплантати грудей в такому суспільстві, була б схожа на того, хто хотів би мати косметичні імплантати колін» [11, р. 40]. Чемберс стверджує, що жіночий вибір процедур краси може бути раціональним, але лише за несправедливих обставин. Згідно з її аналізом, окремі жінки зазнають шкоди, коли вони застосовують ризиковані, дорогі та болючі практики, щоб відповідати дискримінаційним і шкідливим соціальним нормам. Вона ставить питання, чи можуть навіть найбільш інформовані згоди бути по-справжньому агентивними, оскільки «гендерна нерівність так глибоко вкорінена в соціальні норми, що індивідуальний вільний вибір не може її перемогти» [11, р. 8].

Наступна проблема, менш очевидна, – це ризик для самих працівниць та працівників у індустрії краси. Не лише для хірургів, а й для перукарів, майстрів манікюру та косметологів. Переважно рівень кваліфікації таких робітників не вважається настільки ж експертним, як у медичних фахівців, хоча у багатьох випадках потрібне спеціальне навчання та акредитація для використання певних продуктів або обладнання. Працівники у сфері краси набагато менше вважаються професіоналами, ніж медики, і класифікуються як постачальники послуг низького рівня, внаслідок цього вони опиняються у вразливому, менш захищеному становищі. Хірурги теж можуть опинитися у такому положенні, наприклад, хірурги з країн з низьким рівнем доходу, які укладають контракти з компаніями з косметичної хірургії, що запрошуюють їх виконувати серії операцій протягом коротких періодів часу [39]. У цих випадках хірурги мало контролюють, над ким виконується операція, оскільки він або вона не зустрічаються з клієнтом заздалегідь. Крім того, навіть найдосвідченіші та професійні хірурги можуть відчувати тиск, щоб задовольнити бажання своїх клієнтів.

Майстри манікюру зазнають фізичної шкоди від роботи з токсичними речовинами щоденно і від вдихання пилу, що утворюється при шліфуванні акрилових нігтів. Газета The New York Times опублікувала дослідження умов праці майстрів манікюру, які працювали у Нью-Йорку влітку 2015 року. «Деякі хімічні речовини в засобах для манікюру відомі своєю здатністю викликати рак, інші пов'язані з аномальним розвитком плода, викиднями та іншою шкодою для репродуктивного здоров'я», що робить цю роботу ризикованою [35]. Подібні ризики існують не лише для майстрів манікюру, є докази, що перукарі також піддаються ризикам від частого контакту з токсичними речовинами [45].

Остання проблема, яку можна виділити, має соціальне забарвлення і стосується тих людей, які відрізняються, не входять в ту норму, що вважається красою. Мінімальні стандарти краси зростають, а разом з цим зростає тиск і

кількість людей, які їм не відповідають. Наприклад, майже за одне покоління видиме волосся на тілі перетворилося з прийнятної чи сексуальної на неприйнятну та ганебну. Ще одна звичка, яка колись була випадковою чи необов'язковою, але тепер очікується, що вона відповідатиме мінімальним стандартам краси (особливо для жінок, але все частіше й для чоловіків), – це фарбування волосся. Більшість жінок фарбують волосся після певного віку. Крім того, зростання кількості манікюрних салонів говорить про те, що манікюр може стати наступною практикою, яка перейде до розряду обов'язкових процедур. В певних контекстах і демографічних групах мінімальні стандарти виходять далеко за рамки цих. Вже зараз в деяких колах ботокс та наповнювачі вважаються обов'язковими, а негіддане лікуванню та старіюче обличчя вважається відхиленням [23]. До того ж, хоча косметична хірургія і залишається винятком у більшості груп, вона стає все більш бажаною та нормалізованою. Поступове підвищення мінімальних стандартів і посилення тиску на досягнення максимальних стандартів призводить до звуження діапазону «нормальності».

Невтручання у свою зовнішність стає помітним і незвичним, а з часом – навіть аномальним. Незважаючи на те, що вимоги до краси нав'язуються суспільними нормами та очікуваннями, а не примусово, список косметичних практик, які вважаються базовими, продовжує зростати та ставати все більш витонченим, вимогливим. Підвищення мінімальних стандартів краси зрештою торкається кожного. Невідповідність стандартам стає неприйнятною, свідчить про відсутність поваги до себе та інших, або про хворобу чи стрес.

Цілком логічно, що збільшення залученості до практик краси є фактором, що сприяє культурі, в якій стандарти краси продовжують зростати, «нормальності» стає все важче досягти, а зовнішня краса стає все більш важливою. І можливі наслідки цих тенденцій дуже насторожують. Уявлення про тіло вже вважається третім за величиною та найшкідливішим викликом для молоді у Великій Британії [46, р. 4].

Поширеність негативного образу тіла становить значну проблему для громадського здоров'я через його негативний фізичний і психологічний вплив, і загалом підвищена увага до краси, участь у практиках краси та вищі мінімальні стандарти призводять до значної шкоди. Нам шкодить утворення токсичного середовища, де зовнішність є визначальним фактором, косметична хірургія нормалізується, а краса займає центральне місце в ідентичності та є показником особистого успіху чи невдачі.

Тож в індустрії краси та частково у сфері медицини проявляється та сама деструктивна ідея, що переносить красу у майбутнє і перетворює життя на гонитву за нею. Краса – це щось таке, до чого потрібно йти, рівень, для досягнення якого потрібно приносити жертви. Але всі тіла не можуть бути вписані в один стандарт, а намагання повністю позбавитись від недоліків, навпаки, до них і призводить. Прагнення до ідеальної зовнішності є руйнівним настільки, що може вважатись загрозою для громадського здоров'я.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ II

У сучасній Західній культурі успіх має першорядне значення і вимагає жертв. Ми побачили, що цей наратив має шкідливий вплив на фізичне здоров'я людей у сферах спорту та індустрії краси. Спорт поєднує ідеї християнської та просвітницької культур, він повністю зосереджений на майбутньому, ігнорує тіло та його обмеження і заперечує сьогодення. Жертвність є однією з основних цінностей спорту. Крім того, спорт артикулює культуру ризику, притаманну сучасності, де поведінка спортсменів підпорядковується нормам патріархальної маскулінності, а стратегії зростання спортсменів – капіталістичному суспільному порядку. Ми бачимо прямий зв'язок між культурним контекстом і цими деструктивними наративами та шкодою для здоров'я спортсменів і спортсменок. Здоровіший і менш деструктивний підхід до спорту полягає в тому, щоб знаходити щось хороше і приємне для себе під час занять, а не відкладати задоволення на момент перемоги чи тріумфу. А завдяки зростаючій присутності жінок у спорті поволі руйнується стигма маскулінності. Вони показують, що прислухатися до свого тіла – це добре, це не ознака слабкості. До того ж, завдяки науковим дослідженням і виявленим негативним наслідкам гри попри біль, спорт поступово стає більш безпечним видом діяльності.

Подібне деструктивне мислення ми виявили в індустрії краси та деяких галузях медицини. Наратив про те, що краса вимагає жертв, з часом був спростований. Краса спричиняє проблеми зі здоров'ям на рівні, який вважається загрозою для громадського здоров'я. Зрештою, найкрасивіше тіло - це здорове тіло. Всі тіла не можуть відповідати одному стандарту, а спроби повністю усунути недоліки частіше призводять лише до появи нових недоліків. Прагнення до ідеальної зовнішності є деструктивним настільки ж, як прагнення до успіху у спорті.

РОЗДІЛ 3. АВТОДЕСТРУКЦІЯ У ПОЗАТІЛЕСНОМУ ВИМІРІ

3.1 Страждання у мистецтві як форма соціокультурної автодеструкції.

Наступний на черзі всіма обожнюваний образ страждаючого митця. Лише з печалі породжується мистецтво, чи не так? А що, як справді не так? Аби продемонструвати суперечність цього образу, проаналізуємо випадок Вінсента Ван Гога, одного із найбільш знакових митців кінця 19-го століття, що підпадає під шаблонну категорію «божевільних геніїв». Це не сучасний митець, але розглянемо його, аби деконструювати цей троп. Вінсент страждав на тривалі епізоди депресії, тривожність, і, можливо, біполярний розлад [48]. Словом, настраждався він вдосталь, та чи стали ці страждання передумовою його творчого генія? Чи із болу він черпав свої сили та натхнення?

У книзі «Catching the Big Fish: Meditation, Consciousness, and Creativity», присвяченій розвитку творчого потенціалу, видатний режисер Девід Лінч пише: «Тут люди можуть привести Вінсента ван Гога як приклад художника, який зробив величезну роботу незважаючи на або завдяки своїм стражданням. Я вважаю, що ван Гог був би ще більш продуктивним і ще величнішим, якби він не був так обмежений речами, які його мучили. Я не думаю, що саме біль зробив його таким великим – я вважаю, що його живопис приніс йому все щастя, яке він мав» [10]. Найвідоміша картина Ван Гога, «Зоряна ніч», була написана, коли митець перебував у притулку для психічно хворих. Прийнято вважати, що він написав її у найгіршому стані, і певною мірою завдяки йому. А що, як переглянути ситуацію? Ван Гог перебував на лікуванні, коли написав цю картину. Можна припустити, що він зробив це, коли йому стало краще. Травмований геній – не означає геній завдяки травмованості.

Це лише припущення, але є і вагоміші аргументи на користь цієї думки. Поглянувши на листи Ван Гога до свого брата, Тео, ми можемо побачити, що він не обожнював свої травми та не вважав свою творчість їх наслідком. «Я так злюсь на себе, тому що не можу робити те, що хотів би, і в таку мить відчуваєш, ніби ти лежиш зі зв'язаними руками й ногами на дні глибокої темної криниці, абсолютно безпорадний» – пише художник під час одного з депресивних епізодів [48]. Чи схоже це на те, що біль допомагав митцю творити та вдосконалював його? Точно навпаки, біль заважав йому. Депресія – це стан, коли людина не хоче і не може нічого робити, ніщо не приносить їй задоволення, цей розлад не може стати стимулом до творчості. Принаймні, в той момент, коли людина переживає депресію. Лише коли вона одужає, за допомогою творчості вона може рефлексувати над своїм минулим станом. Та якби не було болю і депресії, митець рефлексував би над чимось іншим.

А про свої творчі пориви Вінсент писав так: «Це моє прагнення, що засноване менше на гніві, ніж на любові, засноване більше на спокої, ніж на пристрасті. Це правда, що я часто перебуваю у стані найбільшого нещастя, але все ж у мені живе спокійна чиста гармонія і музика. У найбідніших будинках, у найбрудніших кутках я бачу малюнки та картини. І з непереборною силою мій розум тягнеться до цих речей. Повірте, іноді я щиро сміюся, бо люди підозрюють мене у всіляких шкодах і безглуздях, у яких не винна жодна волосина з моєї голови – я, який насправді не хто інший, як друг природи, навчання, праці, і особливо людей» [48]. Ван Гог творить не завдяки болю, а всупереч йому. Спокій, який він зберігає у собі, допомагає йому продовжувати. На жаль, художник програв у боротьбі із своїм болем. Одними з останніх слів Вінсента, що завершив життя самогубством, були: «*La tristesse durera toujours*» – «Печаль триватиме вічно» [49]. Він не зміг перемогти свій біль, і біль забрав його життя, разом із здатністю творити.

Біль може бути стимулом до творчості для митця, як і все інше, що відбувається у його житті. Та між рефлексією над болем і культивацією чи фетишизацією болю дуже тонка грань. Коли митець намагається зумисне завдати собі болю, коли прив'язується до болю і вбачає його джерелом своєї творчості – тоді це фетишизація болю. Це задоволення близьке до мазохізму, яке людина відчуває від страждань, які вона проживає та вважає прекрасними. Культура, яка популяризує образ божевільного генія та травмованого митця, пропагуючи думку, що біль є джерелом творчості, однозначно підштовхує людство до фетишизації болю.

Повернемось до Девіда Лінча. У своїй книзі від звертається до теми травмованого митця і розвіює міф необхідності травми для мистецтва. Навіть для «темного» мистецтва. Фільми Девіда Лінча надзвичайно темні і тривожні, а сам режисер – людина, що рішуче пропагує медитацію, щастя та мир. Лінч пояснює, що митець не повинен особисто страждати, йому просто потрібно розуміти страждання. «Чим більше митець страждає, тим менш творчим він буде. Ймовірніше, що він не буде насолоджуватися своєю роботою і менш ймовірно, що він зможе створити справжню велику роботу» [9].

Можна навести багато прикладів сучасних митців, творчість яких пронизана темою страждань. І можна цілком виправдано припустити, що їх творчість би не зникла, якби вони не страждали. Вони б знайшли іншу тему. Або аналізували б тематику страждань, спостерігаючи за нею, просто розуміючи її. Історія творчості Мітські є дуже показовою для цієї тези. Інді-співачка Мітські є однією з таких, що підпадають під троп страждаючого митця. Її творчість справді пов'язана із стражданнями, за допомогою музики Мітські рефлексує над болючим досвідом і виражає свої почуття. Однак у передостанньому альбомі «Laurel Hell» у пісні «Working for the knife» мисткиня розповідає, що через це її творчість є деструктивною для неї. У пісні звучать слова:

«Я думала, що закінчу до двадцяти,
Тепер у двадцять-дев'ять дорога попереду виглядає такою ж.
Хоча, можливо, до тридцяти я побачу спосіб змінити те,
Що я живу для ножа.
Я завжди думала, вибір був за мною.
І я була права, але я вибрала хибно.
Я починаю день з брехні і закінчую правдою,
Що я вмираю для ножа» [32].

У цьому тексті «ніж» виступає метафорою творчості, яка поволі її знищує. Саме через те, що співачка опрацьовувала свої страждання у піснях, на цьому базувалась уся її кар'єра, відповідно, щоб жити далі, їй потрібно страждати далі, і писати пісні про ці страждання. Очевидно, що такий шлях поволі знищив би її. Цей альбом мав бути останнім. Однак, восени 2023-го року з'явився новий альбом, «The land is inhospitable and so are we», наповнений новими сенсами і темами. Тут вже чуємо більше про любов, менше про біль, і це наразі її найбільш успішний альбом. Пісня «My love all mine» наразі є її найбільш прослуховуваною працею. Це надзвичайно життєствердна і надихаюча пісня про те, що нам нічого не належить в цьому світі, окрім любові, яку ми носимо в собі. Все змінюється, минає, а любов залишається, і ніхто не може її в нас забрати.

Взимку 2024-го року на своїй сторінці у Instagram Мітські написала пост, що ілюструє, як змінилось її сприйняття творчості: «Я працювала з хореографкою Монікою Мірабіле (..). Вона сказала, що веселощі можуть означати лише те, що ти повністю залучений у те, що робиш. Це не обов'язково має означати вечірки, відпочинок або те, що зовні виглядає, як «веселощі», натомість це може означати просто бути зосередженим і радісно бути присутнім у цьому моменті.

Це мене справді вразило, тому що мої останні кілька років музики та виступів стосувалися дисоціації, відчуження та відштовхування світу. Я не шкодую про це, оскільки мені було дуже боляче, і це було те, що мені на той момент було потрібно, щоб вилікувати та захистити своє серце.

Але тепер, коли я стала старшою, сильнішою, добрішою, досвідченішою та впевненішою у собі, у мене є більше простору для гри; я нарешті почуваюсь готовою веселитися!» [33]. Так співачка спростовує інтерпретацію власної творчості виключно як творчості страждаючої жінки.

Культивація болю і образ страждаючого митця все ще присутні у Західній культурі, однак, з'являється критичне ставлення до неї. Гарно відрефлексована культивування болю у американському анімаційному трагікомедійному серіалі «Кінь Боджек» (2014-2019 рр.). Важлива персонажка серіалу – Даєн, молода жінка, письменниця, журналістка. Даєн походить із неблагополучної сім'ї, вона довго була нещасною і боролась із ментальними захворюваннями. Наприкінці серіалу Даєн нарешті вдалось стати щасливою. Тепер вона успішна та відома, має люблячого хлопця. У такому стані вона хоче написати мемуари та розповісти світові, як складно їй було досягнути того, що вона зараз має, аби довести, що у всіх її страждань був сенс: вони зробили її тою, ким вона є зараз. Та кожного разу, коли Даєн сідає за роботу, вона не може нічого написати. Ця стагнація триває місяцями, аж поки одного разу замість того, щоб витратити час дарма, вона пробує написати будь-що, що прийде в голову, і створює підлітковий детектив про дівчинку, яка розслідує злочини у супермаркеті. Це зовсім не те, чого хотіла Даєн, надто несерйозно, надто просто і весело. Та менеджерка письменниці одразу продає книгу, і та здобуває великий успіх. І ось Даєн зустрічається із менеджеркою і говорить про те, що не хоче видавати цю книгу чи писати продовження. Вона все ще хоче написати мемуари. Між персонажками відбувається одна із ключових розмов за увесь серіал:

- Якщо я не напишу їх зараз, то вже ніколи.

- То не пиши їх!

- Але я маю.

- Навіщо?

- Якщо я їх не напишу, це означає, що усі травми, які я отримала – це не «хороші травми» («good damage»). Це просто травми. І я нічого з них не отримала, і усі ці роки, що я була жалюгідною, були ні до чого. Я могла би бути щасливою увесь цей час і писати книжки про дівчат детективовок і бути веселою і популярною, мати хороших батьків, це те, що ти хочеш сказати? Для чого було це все?» [2].

Це сильне повідомлення. Даєн не могла змиритись з тим, що у болю немає вищого сенсу, і він не має призначення у її житті. Намагаючись взяти із нього хоч щось, вона перебувала у застої і була нездатна рухатись далі. Лише відпустивши свій біль і прийнявши той факт, що нічого з нього не отримала, Даєн почала розвиватись далі. Біль не зробив її особливою, біль не дав їй нічого. Не існує «хороших травм», існують просто травми, і іноді їх сенс лише у тому, що вони лікуються, а біль закінчується. Так мультсеріал досить вдало ставить під сумнів культурну традицію, що тривала століттями.

Бачимо, що у мистецтві біль часто возвеличується та фетишизується. Найбільшим виявом автодеструкції тут виступає образ страждаючого митця, що є надзвичайно шкідливим для самих митців. Попри вкоріненість такого підходу до мистецтва, зараз з'являється розуміння, що біль не є необхідністю для митця, а навіть навпаки, шкодить йому. І люди мистецтва своїм прикладом доводять, що особисте проживання болю абсолютно не є необхідним для творчості.

3.2 Деструктивні наративи у соціальних цінностях і ментальне здоров'я

Мільйони американців та громадян інших країн Заходу щороку відчують симптоми психічних розладів, і кількість людей, які потребують допомоги, постійно зростає. Згідно з Forbes, 23,1% дорослих у США відчули симптоми психічного розладу у 2022 році, 6% дорослих у США пережили серйозний психічний розлад у 2022 році, серед яких часто зустрічається біполярний розлад, серйозний розлад тривожності чи розлад харчування [30]. Ми переконані, що для ментального здоров'я важливий культурний контекст, і теперішні тенденції до його погіршення можна пояснити деструктивними ідеями Західної культури.

Епідеміологічне дослідження глобальної поширеності психічних розладів було проведене Рональдом Кесслером та іншими в рамках Ініціативи Світового дослідження психічного здоров'я [25]. Це дослідження відкрило можливість порівняти поширеність психічних розладів у різних країнах. Якби психічні розлади мали однакове значення в різних культурах і були б переважно ендогенними та генетично детермінованими процесами, можна було б очікувати подібні показники поширеності психічних розладів у різних країнах у великих вибірках. Однак результати дослідження показали протилежне. 47,4% і 39,3% населення США та Нової Зеландії, відповідно, мають історію психічних розладів, це одні з найбільших показників у світі. Значно менші показники у країнах Африки, та деяких країнах Азії. Японія, наприклад, має один із найменших показників поширеності ментальних захворювань. Це наводить на висновок, що нерівномірність проблем з ментальним здоров'ям культурно зумовлена.

З часів Просвітництва західна культура успадкувала, розвинула і озброїлася ідеалами наукового знання та індивідуальних свобод. Цей проєкт Просвітництва створив людей, занурених у науковий об'єктивізм і матеріалізм. Просвітництво спричинило важливу і незаперечну еволюцію цивілізації, однак почуття спільноти в Західній культурі було погіршене. Відчуття відірваності від

соціального світу, брак приналежності призводять до почуття відчуженості. У суспільствах, які наголошують на досягненнях, прибутку, конкуренції та індивідуалізмі, самотність як явище зростає. Клінічні докази підтверджують цю точку зору: самотність розглядається як проблема громадського психічного здоров'я [27].

У західних суспільствах також зростає інтерес до гедоністичного щастя, прагнення до негайного задоволення та споживацтва. Хоча в прагненні до задоволення немає нічого поганого, покладання виключно на гедоністичне щастя як життєву стратегію виявилось нежиттєздатним у довгостроковій перспективі. Це призводить до поверхневого і мимовільного задоволення, залишаючи людей постійно незадоволеними і занепокоєними пошуком наступного джерела насолоди.

Негативний вплив гонитви за щастям на ментальне здоров'я і зокрема його зв'язок із почуттям самотності був експериментально доведений у дослідженні «The pursuit of happiness can be lonely», здійсненому університетами Берклі, Денверу та ін. [28]. Основна теза дослідження полягає у тому, що прагнення до особистих благ може пошкодити зв'язки з іншими, і оскільки щастя в західному контексті зазвичай визначається в термінах особистих позитивних почуттів, таких як особистий успіх, прагнення до щастя може пошкодити зв'язки людей з іншими і призвести до самотності. До дослідження залучили 320 дорослих осіб. У першому досліді людям давали опитувальники, де фіксувалось, наскільки важливим для них є щастя і його досягнення. Учасники вели особисті щоденники, у яких записували найбільш стресову подію дня і наскільки самотніми вони почувались під час неї. Було виявлено, що чим більше учасники цінували щастя, тим більше вони відчували самотність під час найбільш стресової події дня.

У другому експерименті учасникам показували фільми про прагнення до щастя у двох різних контекстах, а дослідники оцінювали рівень самотності, про

який учасники повідомляли самі, і гормональну реакцію, відому як чутливу до самотності (рівень прогестерону в слині), щоб надати додаткові докази. Учасникам сказали, що дослідження стосується «телевізійних програм». Щоб нейтралізувати та вирівняти емоційний стан учасників, сесія розпочалася з двохвилинного фільму, який не мав жодного емоційного впливу. Потім учасники оцінювали, наскільки самотніми вони почувались, і у них брали зразки слини. Тоді учасників випадковим чином розділили на дві групи, залежно від того, було для них щастя цінністю, чи ні. Учасники групи, що цінувала щастя, читали вигадану газетну статтю про переваги щастя. Учасники другої контрольної групи читали ту саму статтю, за винятком того, що слово «щастя» було замінене на «точне судження». Таким чином, в обох умовах перед учасниками ставилася мета самовдосконалення. Потім усі учасники переглянули 35-хвилинний фільм про спілкування та близькість. Учасники оцінювали, наскільки самотніми вони себе відчувають, а також свої позитивні та негативні почуття, після чого у них знову брали зразки слини. Перший аналіз показав, що група, яка цінувала щастя, почувалася більш самотньою, ніж контрольна група; другий аналіз, гормональний, показав, що група, яка цінувала щастя, виробляла менше прогестерону, ніж друга контрольна група.

Результати цього дослідження підтвердили ідею про те, що коли люди надмірно стурбовані своїм особистим зростанням і щастям, будь то самооцінка, успіх, чи щось інше, вони стають більш егоцентричними і менш зацікавленими в інших, що сприяє посиленню почуття самотності. Таким чином, бажання бути щасливим іноді може мати протилежний ефект.

Про проблеми із ментальним здоров'ям у західному суспільстві не можна говорити, оминаючи його панівний суспільно-економічний лад – капіталізм. Останні оцінки Всесвітньої організації охорони здоров'я свідчать, що більше ніж триста мільйонів людей по всьому світу страждають від депресії, а у країнах з монополістично-капіталістичною системою, психічні розлади є провідною

причиною скорочення тривалості життя поза серцево-судинними захворюваннями та раком. У Європейському союзі 27 відсотків дорослого населення віком від вісімнадцяти до шістдесяти п'яти років, як стверджується, мають проблеми з психічним здоров'ям [51]. Звісно, це давно хвилює науковців, але в капіталістичних суспільствах біологічні пояснення домінують у розумінні психічного здоров'я, пронизуючи як професійну практику, так і суспільну свідомість. Хоча вони можуть дати певне уявлення про зниження психічного благополуччя в окремих випадках, біологічна інтерпретація навряд чи буде достатньою сама по собі. Очевидним є існування соціальних і культурних патернів, які пояснюють, чому проблеми психічного здоров'я не можна звести до біологічного детермінізму.

У книзі «Монопольний капіталізм» Пол Баран і Пол Свізі обговорюють вплив капіталізму на психологічне благополуччя. Автори вважають, що лише щаслива меншість вважає свою роботу приємною, а для більшості вона є абсолютно незадовільним досвідом. Дозвілля часто не приносить жодної розради, оскільки люди намагаються уникнути роботи за будь-яку ціну. Дозвілля майже завжди є синонімом неробства [5]. Бажання нічого не робити знайшло своє відображення в масовій культурі: телебачення, кіно та соціальні мережі викликають стан пасивної насолоди і не вимагають інтелектуальних зусиль. Крім того, метою як роботи, так і дозвілля здебільшого є збільшення споживання. Споживчі товари є усталеним показником соціального престижу, а споживання – засобом вираження соціального статусу індивіда. Однак споживання зрештою призводить до незадоволення. Це пов'язано з тим, що бажання замінити старі товари новими перетворює підтримку соціального статусу на нескінченну гонитву за недосяжними стандартами. Результатом є суспільство, що характеризується порожнечою та деградацією. Потенційною реальністю, як вказували автори на момент виходу праці у 1966 році, є продовження цих тенденцій і зростання протиріччя між примусом системи та

нагальними потребами людства, що призводить до поширення все більш тяжких психічних розладів. Сучасне капіталістичне суспільство продовжує характеризуватися несумісністю між безжалісною гонитвою капіталізму за прибутком, з одного боку, і насущними потребами людей, з іншого. В результаті підриваються умови, необхідні для оптимального психічного здоров'я, і суспільство страждає від неврозів і навіть більш серйозних психічних проблем.

Пол Баран також звертався до психоаналізу. На початку 1930-х років він працював в Інституті соціальних досліджень у Франкфурті і перебував під безпосереднім впливом робіт Еріха Фромма та Герберта Маркузе. У цих широких рамках, в аналізі Барана та Свізі, суперечність між капіталізмом та людськими бажаннями виникає насамперед через придушення людської енергії. Саме Фромм, серед інших, незалежно розробив марксистську психоаналітичну позицію для розуміння психічного здоров'я в епоху монополістичного капіталізму. На основі марксизму Фромм розробив теорію про те, що свідомість людини формується під впливом капіталістичної організації, а несвідомі імпульси придушуються або спрямовуються в русло соціально прийнятної поведінки. Хоча сам Маркс не був засновником формальної психології, Фромм вважав, що її основи лежать в концепції відчуження. Для Маркса відчуження – це фізичний і психічний вплив капіталізму на людей. Його сутність вказує на відчуження, яке люди відчувають від самих себе і від навколишнього світу, в тому числі від своїх однолітків [37, р. 131]. Особливе значення відчуження для розуміння психічного здоров'я полягає в тому, щоб показати розрив між людським існуванням і людською сутністю, який виникає при капіталізмі. Цей принцип пронизує психоаналітичну систему Фромма і підтримує ідею про те, що під впливом капіталізму люди стають відірваними від власної сутності.

Щоб зрозуміти, що таке людська природа, Фромм виділив п'ять ключових рис людського стану: спорідненість, творчість, почуття вкоріненості та приналежності, самосвідомість та розвиток структур для розуміння світу та

власного досвіду [20, pp. 28-60]. Він стверджував, що психічне благополуччя досягається тоді, коли людина розвивається до повної зрілості відповідно до характеристик і законів людської природи, а психічна хвороба виникає за невдачі такого розвитку. За Фроммом, психічне здоров'я нерозривно пов'язане із задоволенням унікальних людських потреб. На думку Фромма, витoki проблем психічного здоров'я лежать у способі виробництва та відповідних політичних і соціальних структурах, організація яких перешкоджає повному задоволенню цих потреб. В умовах капіталізму повна реалізація людського духу стикається з перешкодами. Фромм стверджував, що якщо одна з базових потреб не задовольняється, результатом є божевілля, а якщо вона задовольняється, але незадовільним чином, результатом є невроз.

Що робити, аби не дійти до глобального божевілля? Один з перспективних підходів до покращення ситуації – зосередитися на науково обґрунтованих дослідженнях, які надають об'єктивні висновки щодо стратегій щасливого життя. Наприклад, Гарвардське дослідження щастя дає цінну інформацію про фактори, які сприяють довгому та щасливому життю [3]. Поширення результатів таких досліджень серед широкої громадськості може заохотити людей визнавати проблеми у власному житті та вносити зміни, не нав'язуючи при цьому нормативних правил. Крім того, такі ініціативи, як курс «Наука про благополуччя» Єльського університету, стали дуже популярними, підкреслюючи прагнення людей отримати рекомендації щодо того, як жити більш осмисленим і задоволеним життям [47]. Подібні курси можна проводити в школах, а не лише в університетах, щоб надати практичні інструменти та науково обґрунтовані методи для покращення психічного благополуччя.

Отже, сучасний суспільно-економічний стан, зосереджений на успішності та прибутку, значно ускладнює гармонійне існування особистості. Єдиний спосіб зупинити це – зміна парадигми. Перші кроки до цього вже зроблені. Принаймні, тема стає все більш актуальною як у засобах масової інформації, так

і в наукових дослідженнях. Однак, щоб змінити таку міцну парадигму, яка має давнє коріння і постійно підживлюється, знадобляться величезні зусилля і багато часу.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ III

Проаналізувавши саморуйнівні тенденції у мистецтві та закономірності щодо погіршення ментального здоров'я, ми побачили, що вони також пов'язані з автодеструктивними цінностями Західної культури. У мистецтві страждання оспівується так само, як і в християнстві. Подібно до того, як середньовічні монахи вдавалися до болісних практик, щоб почути голос Бога, художники досі піддають себе стражданням, щоб почути «голос музи». Страждання возвеличується і фетишизується. Образ страждаючого митця тисне на артистів, та, на щастя, з посиленням критики та рефлексії зростає розуміння того, що біль не є необхідним для митців, а навпаки – шкідливим. Важливий внесок у спростування думки про необхідність страждань у мистецтві зробив Девід Лінч. І митці власними прикладами доводять, що біль не є ані необхідним, ані цінним для мистецтва.

Не така перспективна ситуація із загальним станом ментального здоров'я. Автодеструктивне мислення Західної культури, що протиставляє біль і щастя, що зосереджена на успішності як головній цілі людини, проявляється на ментальному рівні і є вкрай шкідливим для здоров'я, що доведено статистикою і науковими дослідженнями. З точки зору психоаналізу, сучасне суспільно-економічне середовище ускладнює або навіть унеможлиблює гармонійне існування людини. Вплив панівних наративів Західної культури на психологічне здоров'я є дуже значним і становить загрозу для здоров'я населення. Наразі не спостерігається тенденції до покращення ситуації. Єдиний спосіб зупинити це – змінити парадигму. Перші кроки до цього вже зроблено. Принаймні, тема стає все більш актуальною як у ЗМІ, так і в наукових дослідженнях. Однак зміна такої міцної парадигми, що вкоренилася за багато століть і постійно підживлюється, потребуватиме величезних зусиль і багато часу.

ВИСНОВКИ

Проаналізувавши витoki феномену автодеструкції у Західній культурі, ми дійшли висновку, що він абсолютно не новий, його джерело полягає у протиставленні щастя та болю, яке бере початок у біблійному міфi про Едемський сад. Цей міф робить щастя неможливим у теперішньому, воно існує лише у минулому і у майбутньому у вигляді Раю. При цьому Рай описується, як місце, де біль цілком відсутній. У Західній культурі закріплюється ідея про те, що біль і щастя протилежні, коли ж природно вони постійно співіснують. Ця ідея може набувати різного вигляду і призводити до різних наслідків і поведінки, як до жертвності і возвеличення болю, так і до намагання його повністю уникнути. В кожному випадку суть залишається тою самою, і вона є токсичною для культури.

У добу Просвітництва ця ідея виходить за межі релігійності. Філософія доби лежить в основі подальшого прагнення до щастя і була сформована Джеремі Бентамом і Джоном Стюартом Міллем, які стверджували, що метою людської діяльності має бути принесення як можна більшого щастя як можна більшій кількості людей. Джеремі Бентам вважав, що для того, щоб прокласти шлях до щастя, необхідно усунути весь непотрібний біль і страждання. Подібно до того, як кінцевою метою людини в Середньовіччі було блаженне існування в Раю без болю, так і в добу Просвітництва кінцевою метою людини є життя вільне від болю і наповнене щастям.

Ця ідея є шкідливою, про що зазначили зокрема Теодор Адорно і Макс Горкгаймер, які переконані, що в результаті Просвітництва знання стало технічним, а теорія – функціональною, а не пошуком істини. Просвітництво систематизувало знання і почало приписувати множинність єдиному принципу, принципу самозбереження. А самозбереження має на меті врятувати людину від

усіх болючих переживань і страждань. Після Просвітництва у Західній культурі вкоренились прагнення до успіху, щастя і досконалості.

Ми виявили деструктивний вплив ідей, закладених Середньовіччям і Просвітництвом на різних рівнях у нашу добу. На фізичному рівні у сфері спорту спрямованість на майбутню перемогу призводить до завдання травм своєму тілу спортсменом у теперішньому. Жертовність – одна з основних цінностей спорту. Спорт також артикулює культуру ризику, притаманну сучасності, де поведінка спортсменів підпорядковується патріархальним нормам маскулінності, а стратегії зростання спортсменів – капіталістичному суспільному порядку. Спорт неминуче тягне за собою ризики болю і травм, а в середовищі, яке прославляє страждання, спортсмени прямо і опосередковано піддаються фізичній, психічній і соціальній шкоді, що доведено, як соціологічними дослідженнями, так і автобіографічними оповідями багатьох спортсменок і спортсменів, серед яких ми згадували про Мераю Бергон Нельсон, Лорен Флешман та Енді Мюррея.

Сучасна індустрія краси також рясніє прикладами шкоди для здоров'я. Поширеність негативного образу тіла є серйозною проблемою для громадського здоров'я через його негативні фізичні та психологічні наслідки. Суспільство страждає від створення токсичного середовища, в якому зовнішність є вирішальним фактором, косметична хірургія є нормальним явищем, а краса є одним із головних показників успішності. У індустрії краси ми виділили кілька головних проблем. Серед них безпека інвазивних процедур, які проводяться з високим ступенем ризику, та фахівцями, які не мають належної підготовки. Це також проблема гендерної нерівності та впливу застосування косметичних процедур на жінок, за якими таким чином закріплюється підпорядковане становище. Інша проблема – ризик для самих працівників індустрії краси. І остання – тиск на людей, які не відповідають нормам краси, які постійно

зростають. Все це зумовлено прагненням до досконалості у Західній культурі і намагання позбавитись від будь-яких недоліків.

На рівні ж позатілесному, у мистецтві, автодеструкція проявляється у образі «страждаючого митця» або «божевільного генія», суть якого полягає у тому, що необхідною жертвою для створення чогось прекрасного є страждання і травматичний досвід у житті, що роблять людину більш наповненою і цікавою. Спираючись на доволі прогресивні ідеї Девіда Лінча, ми проаналізували кейс Ван Гога і побачили, що він сам насправді не вважав свої страждання корисними для творчості, навпаки, творчість була єдиним, що звільняло його від страждань. Біль може існувати у мистецтві, може бути його предметом, однак, коли художник навмисно намагається завдати собі болю і бачить у ньому джерело творчості, це вже фетишизація болю. Девід Лінч пояснює, що митцям не потрібно страждати особисто, їм просто потрібно розуміти страждання. А травми, навпаки, можуть гальмувати творчий процес. Серед сучасних митців ми проаналізували кар'єру співачки Мітскі, яка своїм прикладом показала, що страждання не є необхідним для створення мистецтва.

І, звісно ж, перебування у культурному контексті з такими панівними ідеями не може не позначитись на ментальному здоров'ї. Спираючись на епідеміологічне дослідження глобальної поширеності психічних розладів, здійснене Рональдом Кесслером та його колегами, яке показало нерівномірність психічних розладів у світі, ми спробували пояснити запенад ментального здоров'я у країнах Заходу деструктивними культурними наративами. У Західній культурі зростає самотність через її акцент на досягненнях, прибуту та індивідуальному успіху. Самотність розглядається як громадська проблема психічного здоров'я. Негативний вплив гонитви за щастям на психічне здоров'я, зокрема на самотність, було експериментально доведено в дослідженні «The pursuit of happiness can be lonely», проведеному університетами Берклі, Денвера та ін. А з точки зору психоаналізу, сучасне соціально-економічне середовище

ускладнює або навіть унеможлиблює гармонійне життя людей, про що писав Еріх Фромм, тож вплив цього середовища на психологічне здоров'я є величезним і становить загрозу для здоров'я населення.

Після виявлення такого масштабного та всеохопного деструктивного впливу культури Заходу на людей, логічно постає питання: як можна це змінити і чи можна взагалі? Автодеструктивна ідея про протилежність щастя і болю є частиною Західної парадигми і зрушити її не так просто. Однак, є кроки, які можна зробити. Одним із підходів до поліпшення ситуації є зосередження на науково обґрунтованих дослідженнях та поширення їх результатів серед широкої громадськості. Це може заохотити людей визнавати проблеми у власному житті та вносити у нього зміни. У навчальних закладах можна пропонувати курси, які надавали б практичні інструменти та науково обґрунтовані методи для покращення психічного благополуччя та здорового підходу до життя.

Також, на нашу думку, доцільним буде дослідити ставлення до болю і щастя у інших культурах, аби побачити, чи мають вони здоровіший підхід, або ж, навпаки, виявити, що деструктивне джерело у них наявне в інших ідеях. До того ж, ми проаналізували лише кілька життєвих сфер Західної культури, пов'язаних із болем та травмами, можна продовжити аналіз і у інших сферах. Це є напрямком для подальшого дослідження тематики.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. A Texas Deputy Attorney General Called Simone Biles a ‘National Embarrassment.’ His Boss Publicly Disagreed. The Washington Post: веб-сайт. URL: <https://www.washingtonpost.com/nation/2021/07/29/texas-deputy-attorney-general-simone-biles/> (дата звернення: 20.01.2024).
2. Alison Brie: Diane Nguen. IMDb: веб-сайт. URL: <https://www.imdb.com/title/tt11028166/characters/nm1555340> (дата звернення: 08.05.2023).
3. An 85-year Harvard study found the No. 1 thing that makes us happy in life: It helps us ‘live longer’. CNBS: веб-сайт. URL: <https://www.cnbcs.com/2023/02/10/85-year-harvard-study-found-the-secret-to-a-long-happy-and-successful-life.html> (дата звернення: 23.03.2024).
4. Andy Murray: breaking away from sport’s ‘no pain, no gain’ culture. SBS Sport: веб-сайт. URL: <https://www.sbs.com.au/sport/article/andy-murray-breaking-away-from-sports-no-pain-no-gain-culture/as47gzhnu> (дата звернення: 3.01.2024).
5. Baran, P., & Sweezy, P. (1966). Monopoly Capital. New York: Monthly Review Press. 285.
6. Bastian, B., Jetten, J., & Ferris, L. J. Pain as social glue: shared pain increases cooperation. Psychol Sci, 2014, 25(11), 2079–2085.
7. Bentham, J. (1973) An Introduction to the Principles of Moral Legislation. Hafner Pub. Co.
8. Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. In J. G. Richardson (Ed.), Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education (pp. 241–258). Westport, CT: Greenwood Publishing Group.

9. Catching the Big Fish – David Lynch on Creativity and Cinema. Athenarium: веб-сайт. URL: <https://athenarium.com/catching-the-big-fish-david-lynch/> (дата звернення: 30.03.2024).
10. Catching the Big Fish Quotes. Goodreads: веб-сайт. URL: <https://www.goodreads.com/work/quotes/1120870-catching-the-big-fish-meditation-consciousness-and-creativity> (дата звернення: 30.03.2024).
11. Chambers, C. (2008). Sex, Culture and Justice: The Limits of Choice. University Park, PA: The Pennsylvania State University Press.
12. Cohen, E. (2010). The modulated scream: pain in late medieval culture. London: University of Chicago Press Ltd.
13. De Ganck, R. (1991). The life of beatrice of nazareth, introduction. In The life of beatrice of nazareth: Volume 50. Cistercian fathers series, 50. Minnesota, US: Liturgical Press.
14. Declaration of Independence: a transcription. National Archives: веб-сайт. URL: <https://www.archives.gov/founding-docs/declaration-transcript> (дата звернення: 20.01.2024).
15. Deurzen, E. (2008). Psychotherapy and the Quest for Happiness. London: Sage.
16. Dewey, J. (1980). The Live Creature. Art as Experience. (Original work published 1934). New York: Perigee.
17. Dworkin, A. (1974). Women Hating. New York: E. P. Dutton.
18. Ferguson, I. (2017). Politics of the Mind: Marxism and Mental Distress. London: Bookmarks.
19. French PIP breast implants: an ongoing global health scandal. France24: веб-сайт. URL: <https://www.france24.com/en/20180929-french-pip-breast-implants-scandal> (дата звернення: 30.03.2024).
20. Fromm, E. (2002). The Sane Society. London: Routledge.

21. Hoffmann, R. (Preface). (Issue on Aesthetics and Visualization). *Thoughts on Aesthetics and visualization in Chemistry*. Hyle.
22. Horkheimer, M., Adorno, T. W., & Schmid Noerr, G. (2002). *Dialectic of Enlightenment: Philosophical Fragments*. (E. Jephcott, Trans.). Stanford: Stanford University Press.
23. Kay, Karen. “Is Cosmetic Surgery the new acceptable face of womanhood.” *The Guardian*: веб-сайт. URL: <http://www.theguardian.com/lifeandstyle/2015/jun/28/cosmetic-surgery-normal-acceptable-face-womanhood>. (дата звернення: 30.03.2024).
24. Keogh, B. (2013). *Review of the regulation of cosmetic interventions*. London: Department of Health.
25. Kessler, R. C., Angermeyer, M., Anthony, J. C., Graaf, R., Demyttenaere, K., Gasquet, I., et al. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization’s World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry*.
26. Malcolm, D. (2006). Unprofessional Practice? The Status and Power of Sport Physicians. *Sociology of Sport Journal*, 23(4), 376–395.
27. Mann, F., Wang, J., Pearce, E., Ma, R., Schlieff, M., Lloyd-Evans, B., et al. (2022). Loneliness and the onset of new mental health problems in the general population. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*.
28. Mauss, I. B., Savino, N. S., Anderson, C. L., Weisbuch, M., Tamir, M., & Laudenslager, M. L. (2012). The pursuit of happiness can be lonely. *Emotion*, 12(5), 908–912.
29. Mental health by numbers. NAMI: веб-сайт. URL: <https://www.nami.org/mhstats> (дата звернення: 23.03.2024).
30. Mental health statistics and facts. Forbes: веб-сайт. URL: <https://www.forbes.com/health/mind/mental-health-statistics/> (дата звернення: 23.03.2024).

31. Mill, J.S. (2002). *Utilitarianism*. Hackett Publishing Co, Inc.
32. Mitski. Working for the knife lyrics. Genius: веб-сайт. URL: <https://genius.com/Mitski-working-for-the-knife-lyrics> (дата звернення: 23.03.2024).
33. Mitskileaks: онлайн-джерело. URL: https://www.instagram.com/p/C1fT98XOauC/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWF1ZA== (дата звернення 15.04.2024).
34. Nelson, M. B. (2009). The Damage I Have Done to Myself: Physical Intelligence Among College Athletes. *Journal of Intercollegiate Sport*, 2(1), 127–144.
35. Nir, Sarah Maslin “Perfect Nails, Poisoned Workers.” *The New York Times*: веб-сайт. URL: <http://www.nytimes.com/2015/05/11/nyregion/nail-salon-workers-in-nyc-face-hazardous-chemicals.html> (дата звернення: 30.03.2024).
36. Nixon, H. L. (1993). Accepting the risks of pain and injury in sport: Mediated cultural influences on playing hurt. *Sociology of Sport Journal*, 10(2), 183–196.
37. Ollman, B. (1977). *Alienation: Marx’s Conception of Man in a Capitalist Society*. Cambridge: Cambridge University Press.
38. Palmer, D., Cooper, D. J., Emery, C., Batt, M. E., Engebretsen, L., Scammell, B. E., Schamasch, P., et al. (2021). Self-Reported Sports Injuries and Later-Life Health Status in 3357 Retired Olympians from 131 Countries: A Cross-Sectional Survey among Those Competing in the Games between London 1948 and PyeongChang 2018. *British Journal of Sports Medicine*, 55(1), 46–53.
39. Plastic Surgeons Flying In From Abroad ‘Pose Risk’. Sky News: веб-сайт. URL: <https://news.sky.com/story/plastic-surgeons-flying-in-from-abroad-pose-risk-10456700> (дата звернення: 30.03.2024).
40. Plato. (2004). *Gorgias*. Translated by Walter Hamilton. London: Penguin Classics.

41. Roderick, M. (1998). The Sociology of Risk, Pain, and Injury: A Comment on the Work of Howard L. Nixon II. *Sociology of Sport Journal*, 15(1), 64–79.
42. Roderick, M., Waddington, I., & Parker, G. (2000). Playing hurt: Managing injuries in English professional football. *International Review for the Sociology of Sport*, 35(2), 165–180.
43. Sabo, D. (2009). Sports Injury, the Pain Principle, and the Promise of Reform. *Journal of Intercollegiate Sport*, 2(1), 145–152.
44. Safai, P. (2003). Healing the body in the “culture of risk”: Examining the negotiation of treatment between sport medicine clinicians and injured athletes in Canadian intercollegiate sports. *Sociology of Sport Journal*, 20, 127–146.
45. Takkouche, Bahi, Carlos Regueira-Méndez, and Agustín Montes-Martínez. (2009). «Risk of cancer among hairdressers and related workers: a meta-analysis». *International Journal of Epidemiology* 38 (6), 1512-1531.
46. The Challenge of being Young in Modern Britain. YMCA: веб-сайт. URL: <http://www.ymca.co.uk/campaigns/world-of-good> (дата звернення: 30.03.2024).
47. The Science of well-being. Yale online: веб-сайт. URL: <https://online.yale.edu/courses/science-well-being> (дата звернення: 23.03.2024).
48. Van Gogh and mental illness. The Marginalian: веб-сайт. URL: <https://www.themarginalian.org/2014/06/05/van-gogh-and-mental-illness/> (дата звернення: 6.04.2023).
49. Vinsent Van Gogh: La tristesse durera toujours. Ferrarsundfiels: веб-сайт. URL: <https://ferrarsundfields.de/2022/09/13/vincent-van-gogh-la-tristesse-durera-toujours/> (дата звернення: 08.04.2023).
50. When good pain turns into bad pain. The Atlantic: веб-сайт. URL: <https://www.theatlantic.com/books/archive/2023/01/lauren-fleshman-good-for-a-girl-book-sports/672740/> (дата звернення: 25.01.2024).

51. World Health Organization, Data and Resources: онлайн-джерело.
URL: <http://euro.who.int/en> (дата звернення: 08.04.2023).
52. Young, K. (2012). *Sport, Violence and Society*. New York: Routledge.
53. Young, K., White, P., & McTeer, W. (1994). Body talk: Male athletes reflect on sport, injury, and pain. *Sociology of Sport Journal*, 11(2), 175–194.
54. Біблія. YouVersion: веб-сайт. URL: <https://www.bible.com/uk/bible/186/GEN.1.UBIЮ> (дата звернення: 20.01.2024).
55. Гакслі, О. (2022). *Який чудесний світ новий!* (3-тє вид.). Київ: Форс Україна.
56. Ніцше, Ф. (2021). *Так казав Заратустра. Жадання влади.* (Пер. Онишко А., Таращук П.). Тернопіль: Навчальна книга; Богдан. 352 с.
57. Сем'янків А. *Медицина доказова і не дуже.* Віхола, 2021.
58. Сенека, Л. А. (2007). *Діалоги.* Переклад з латинської А. Содомора. Київ: Основи. С. 123-173.
59. Французька модель-символ боротьби з анорексією померла. DW: веб-сайт. URL: <https://www.dw.com/uk/%D1%84%D1%80%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%83%D0%B7%D1%8C%D0%BA%D0%B0-%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C-%D1%81%D0%B8%D0%BC%D0%B2%D0%BE%D0%BB-%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D1%8C%D0%B1%D0%B8-%D0%B7-%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%96%D1%94%D1%8E-%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%BB%D0%B0/a-14743768> (дата звернення: 30.03.2024).