

Исследовательская программа комплексного изучения человека как методологическое основание системного гедонизма

Пеньков Виктор Евгеньевич,
доктор философских наук, доцент, кафедра информатики, естественнонаучных дисциплин и методик преподавания, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, penkov@bsu.edu.ru

Волочков Илья Владимирович,
соискатель, кафедра менеджмента и маркетинга (МИМ), Пермский национальный исследовательский политехнический университет, me@volochkov.ru

Системный гедонизм представляет собой философское этическое учение, целью которого является повышение продуктивности жизни через систематизацию удовольствий. Рассмотрение данного феномена через призму исследовательской программы комплексного изучения человека, жестким ядром которой является постулат о том, что человек является самоорганизующейся системой, позволяет более четко выявить, с какими качествами личности связана та или иная зависимость, на основе чего определить, на какое полезное удовольствие можно заменить зависимость с минимальными затратами и преобразованиями сознания человека. На основе анализа корреляционной плеяды удовольствий, которая строится на представлении человека как самоорганизующейся системы, имеется возможность выявить ядро плеяды, соответствующее тому удовольствию, которое будет влиять на остальные в наибольшей степени, что позволит максимально эффективно влиять на всю систему удовольствий и повысить продуктивность жизни, что является основной целью системного гедонизма.

Ключевые слова: системный гедонизм, гедонизм, исследовательская программа, человек, самоорганизация.

В настоящее время в российском культурном пространстве происходят кардинальные изменения. После распада СССР коллективистские императивы утратили свою ценность и в социуме возник культурный вакуум, люди потеряли ориентиры развития, утратили цель жизни, оказались в состоянии растерянности. Подобная ситуация в принципе не может быть устойчивой, и поэтому неслучайно на смену коммунистическим идеалам пришли другие императивы, иные нормы поведения и новые ценности.

Как отмечает Ж. Липовецки: «На смену дисциплинарной социализации идет раскрепощение личности, гедонистическая персонализация, связанная с нейтрализацией социального пространства и оживлением сферы частной жизни» [6, 21]. Подобное изменение вектора направленности в современной культуре ведет к тому, что все большее число людей переключается на свою личную жизнь и все меньше думает об общественных ценностях.

Хотим мы того или нет, наш биологический организм периодически требует отдыха и удовольствий. Если редко радоваться жизни, то организм возьмет свое в виде депрессий, лени, болезней и просто упадка сил, что наглядно проявляется в современном обществе: люди стали более агрессивны, невнимательны к окружающим; увеличивается число психических расстройств.

Поэтому неслучайно Т. Ф. Гусакова отмечает, что тема гедонизма, удовольствия, соблазна стала одной из центральных тем современной культуры [3, 60]. По мнению С. М. Мальцевой и О. О. Кубышевой, «стиль жизни 21 века полностью преобразовал традиционный тип культуры, вызвав глобальные перемены в нашем обществе, нравах и в самом человеке. Итогом таких перемен стало возникновение нового типа человека с требовательным вниманием к своему телу и самому себе, такой человек заботится только о своем благополучии» [7, 239-240]. Ю. Ю. Кузьмина говорит об этом еще более категорично: «Гедонизм является неотъемлемой частью человеческой деятельности» [4, 39].

Вместе с тем понятие гедонизма в современной науке носит расплывчатый, размытый характер. «Многие авторы трудов по истории этики... обращаются к принципу гедонизма, рассматривая зачастую его со столь различных точек зрения, что со-

здается впечатление, будто речь в каждом конкретном случае идет о совершенно различных явлениях» [4, 38].

Поэтому весьма актуальной является проблема каким-то образом упорядочить представления об этом феномене, вписать его в общий культурный фон, а также в иерархическую структуру современного социума.

Наиболее эффективным в этом отношении является понятие системного гедонизма (или кайф-менеджмента), который был введен в научный лексикон в 2019 году и представляет собой «философское этическое учение, целью которого является повышение продуктивности жизни через систематизацию удовольствий» [2, 352].

Стремление к удовольствиям заложено на подсознательном уровне. Если находиться в состоянии осознанности, то можно заметить совершенно очевидное ощущение в теле, которое будто бы говорит: «Дай мне удовольствие!» Организм требует удовольствия ежедневно. Чем больше ты работаешь, чем больше ты тратишь сил, тем больше организм просит развлечений. Организм будто бы просит компенсацию за свое напряжение. И тут возникает досадная ситуация: человек следует вредным зависимостям, на которые посажен. «Фактически можно разделить все удовольствия на две группы: зависимости и полезные удовольствия. Мы заменяем зависимости на полезные удовольствия. И именно полезные удовольствия мы позволяем себе ежедневно и в любых количествах. Более того, мы заставляем себя получать удовольствия и планируем их на каждый день» [2, 357].

Однако здесь возникает вопрос: как понять, какое полезное удовольствие сможет заменить ту или иную зависимость, и как при этом человек будет взаимодействовать с окружающим социумом? С целью получения ответов на поставленные вопросы рассмотрим системный гедонизм в свете исследовательской программы комплексного изучения человека [8], которая строится на основе концепции научно-исследовательских программ И. Лакатоса [5].

Эмпирическим фундаментом для ее построения послужило развитие естествознания XVIII–XIX веков, для которого сформировалась новая структура познавательного процесса. Главную роль при этом стали играть эмпирические закономерности, построение моделей на основе определенной системы принципов и гипотез, переход от идеальных моделей к теориям, которые, в свою очередь, контролируются экспериментом и корректируются с помощью дополнительных гипотез.

Основная идея концепции научно-исследовательских программ состоит в следующем.

Главной структурной единицей в организации научного знания является не отдельная теория, а исследовательская программа, которая позволяет объединять в едином методологическом пространстве несколько различных теорий, каж-

дая из которых описывает отдельные аспекты исследуемого феномена и на основе принципа дополнительности дает возможность представить объект изучения в наиболее полном виде. Это особенно актуально при изучении сложных систем, требующих к исследованию междисциплинарного подхода. Очевиден тот факт, что человек является самой сложной из подобных систем, и для его изучения только такой подход может быть наиболее эффективным.

Структурными компонентами исследовательской программы согласно И. Лакатосу выступают следующие:

- жесткое ядро программы, представляющее собой некий философский принцип, который принимается a priori и не требует экспериментальных подтверждений;
- положительная эвристика, в основе которой лежат определенные методологические подходы, которые в рамках жесткого ядра могут использоваться при изучении конкретных явлений;
- отрицательная эвристика – совокупность подходов, использование которых противоречит постулатам жесткого ядра и не может применяться в данной исследовательской программе;
- пояс защитных гипотез, необходимый для того, чтобы рационально обосновать аномальные явления, которые могут наблюдаться в действительности.

Любопытно отметить, что И. Лакатос создавал методологию исследовательских программ в контексте истории философии и науки, когда смена одних теорий другими не изменяла жесткое ядро программы. Впоследствии данная методология модифицировалась под точные науки, в частности физику, гуманитарные и социальные науки. То есть на сегодняшний день имеются разнообразные версии исследовательских программ для различных объектов реальности, отличающихся как предметом, так и методами исследования. Все это может послужить основанием для создания интегрированной исследовательской программы комплексного изучения человека, которая может выступать философско-методологическим основанием системного гедонизма.

В роли жесткого ядра такой программы выступает постулат о том, что человек является самоорганизующейся системой, включенной в иерархическую структуру более сложных систем – социальной и космической, и при любых условиях должен подчиняться этим системам.

Для системного гедонизма это означает, что человек должен получать удовольствия, но при этом не мешать окружающим делать то же самое. Только при таком условии человек сможет гармонично вписаться в окружающий социум и в результате этого получать еще и дополнительные удовольствия в процессе взаимодействия с последним.

Положительная эвристика предполагает рассмотрение человека через призму законов самоорганизации, что позволяет более четко выявить, как заменить зависимость полезным удовольствием.

Остановимся на этом подробнее.

У любого человека в сознании выстраивается определенная иерархия блоков информации, каждый из которых характеризует отдельные качества личности, ее ценностей, а также ее недостатки и зависимости. Взаимосвязь между информационными блоками характеризует устойчивость всей структуры. Условно можно ввести коэффициент устойчивости как отношение числа связей между блоками к числу максимально возможных связей. Так, например, если всего имеется 6 блоков информации, что соответствует 15 возможным связям, а всего связей 10, то коэффициент устойчивости составит $2/3$.

Силу зависимости человека от какого-либо фактора можно оценить по количеству связей с другими блоками в сознании человека. Кроме того, это даст возможность качественно определить, что наиболее сильно влияет на ту или иную зависимость и насколько безболезненно ее можно убрать, не рискуя разрушить всю структуру и сохранив психологическую устойчивость. Если зависимость человека имеет малое число связей, от нее можно относительно легко избавиться; в противном же случае зависимость необходимо чем-то заменить. Иначе удаление одного блока информации приведет к разрушению большого числа связей и резкому снижению коэффициента устойчивости системы.

Автор идеи системного гедонизма И. В. Волочков выделяет восемь групп полезных удовольствий:

- для тела,
- общение,
- для взрослых,
- разные мелочи,
- хобби и спорт,
- благотворительность,
- активный отдых,
- туризм.

Все одни имеют много различных вариаций, что позволяет любому человеку, исходя из своих потребностей, выделить для себя именно те варианты, которые для него будут наиболее приемлемыми, и создать свое, индивидуальное «Меню удовольствий».

Анализируя связи блока информации, отвечающего за зависимости человека, можно найти из полезных удовольствий именно те, которые наиболее полно впишутся в структуру сознания и наиболее эффективно смогут заменить зависимость (или вредное удовольствие). Завершая анализ различных полезных удовольствий, можно констатировать: «Жизнь крайне многообразна и интересна, но это многообразие не систематизируется и поэтому не используется. Учение о системном гедонизме (кайф-менеджменте) предполагает активно пробовать новые варианты удовольствий при условии, что они тебе не вредят» [2, 362].

При рассмотрении человека как самоорганизующейся системы подобную систематизацию про-

вести крайне легко, а построение корреляционных плеяд позволит сделать этот процесс более наглядным.

В заключение остановимся еще на одном аспекте системного гедонизма, который в рамках исследовательской программы комплексного изучения человека позволит выявить главные блоки информации, отвечающие за полезные удовольствия.

Здесь уже необходимо построить корреляционную плеяду удовольствий на более низком уровне структурной организации сознания независимо от других элементов. Затем оценить их по 10-балльной шкале и выявить зависимости между ними. Тот элемент структуры, который будет максимально связан с другими элементами, назовем ядром корреляционной плеяды. Причем совершенно не обязательно, чтобы он сам оценивался высоко, – главное, чтобы он оказывал влияние на возможно большее число полезных удовольствий. Тогда, воздействуя только на один элемент, мы сможем получить максимально возможное качество жизни.

При этом необходимо соблюдать 11 правил системного гедонизма:

1. Каждый день необходимо получить от одного до трех полезных удовольствий, выбранных из персонального «Меню удовольствий».

2. Преврати все сферы жизни в источник полезных удовольствий. Будь с собой честен. Работай в удовольствие, учись в удовольствие, общайся в удовольствие.

3. Держи «Меню удовольствий» на видном месте и постоянно его перечитывай.

4. Дополняй «Меню удовольствий» новыми пунктами. Пробуй все, чего еще не пробовал, и ищи новые полезные удовольствия.

5. Удовольствия должны делать жизнь лучше, а не хуже. Остерегайся вредных зависимостей. Избегай людей, которые склоняют тебя к вредным зависимостям. Постепенно замени все вредные зависимости полезными удовольствиями.

6. Улучшай здоровье. Чем лучше твоё здоровье, тем больше удовольствия ты можешь получить.

7. В момент удовольствия забудь обо всем. Есть только текущий момент удовольствия, и все. Сконцентрируйся на ощущениях, визуальных образах и звуках.

8. В момент удовольствия удерживай в голове цель – получить максимум приятных ощущений.

9. Получай удовольствия только в реальном мире. Исключи все виды виртуальных развлечений.

10. Откажись от электронных устройств во время получения удовольствий. Отключи телефон, выключи компьютер. Ничего не должно тебя отвлекать.

11. Строй отношения с людьми на основе совместного гедонизма, и ты получишь ключ к их сердцам. Совместное удовольствие быстро сблизит тебя с любым человеком.

Таким образом, придерживаясь данных правил, возможно запустить вектор комплексного саморазвития человека и, как следствие, повышение качества его жизни.

Рассмотрение системного гедонизма через призму исследовательской программы комплексного изучения человека, жестким ядром которой является постулат о том, что человек является самоорганизующейся системой, позволяет:

– во-первых, более четко выявить, с какими качествами личности связана та или иная зависимость, на основе чего определить, на какое полезное удовольствие можно заменить зависимость с минимальными затратами и преобразованиями сознания человека;

– во-вторых, на основе анализа корреляционной плеяды удовольствий имеется возможность выявить ядро плеяды, соответствующее тому удовольствию, которое будет влиять на остальные в наибольшей степени, что позволит максимально эффективно влиять на всю систему удовольствий и повысить продуктивность жизни, что является основной целью системного гедонизма.

Литература

1. Батуева А. Ц. Человек в мире гедонизма // Учиться быть человеком По итогам XXIV Всемирного философского конгресса: материалы научно-философского семинара, посвященного Всемирному Дню Философии. Улан-Удэ, 2018. С. 65-76.

2. Волочков И. В. Дневник Реалиста: книга про деньги, отношения и смысл жизни. М.: Арт.Экспресс, 2019. 384 с.

3. Гусакова Т. Ф. Гедонизм как вектор современной культуры // Вестник Тюменского государственного университета. 2006. № 2. С. 60-69.

4. Кузьмина Ю. Ю. Понятие гедонизма: историко-культурный и содержательный аспекты // Вестник Алтайской академии экономики и права. 2009. № 13. С. 38-39.

5. Лакатос И. Фальсификации и методологии научно-исследовательских программ // Избранные произведения по философии и методологии науки. – М.: Академический проект: Трикста, 2008. – С. 279-475.

6. Липовецки Ж. Эра пустоты. Эссе о современном индивидуализме. СПб.: Владимир Даль. 2001. – 336 с.

7. Мальцева С. М., Кубышева О. О. Гедонистический образ жизни в современном обществе потребления // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования, № 8 (34), 2018. С. 237-241.

8. Пеньков В. Е. Чудеса исцеления: мифы и реальность // Современные проблемы науки и образования. – М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2018. – Том III. – С. 10-11.

The research program of complex studying man as a methodological basis of systemic hedonism

Penkov V.E., Volochkov I.V.

Belgorod state national research University, Perm national research Polytechnic University

Systemic hedonism is a philosophical ethical doctrine aimed at increasing life productivity via pleasure systematization. Examining this phenomenon through the prism of a research program for the comprehensive study of man, the rigid core of which is the postulate that a person is a self-organizing system, we can more clearly identify what personality traits a particular relationship is based on, and hence determine what useful pleasure can replace dependence with the least possible costs and transformations of human consciousness. Based on the analysis of the correlation pleiad of pleasures, which is based on the idea of a person as a self-organizing system, it is possible to identify the pleiad nucleus which corresponds to the pleasure that will affect the others the most, which will most effectively influence the entire pleasure system and increase the productivity of life, which is the main goal of systemic hedonism.

Keywords: systemic hedonism, hedonism, research program, person, self-organization.

References

1. Batueva A. Ts. A man in the world of hedonism // Learning to be a man According to the results of the XXIV World Philosophical Congress: materials of a scientific and philosophical seminar dedicated to World Philosophy Day. Ulan-Ude, 2018. S. 65-76.
2. Volochkov IV The Realist's Diary: a book about money, relationships and the meaning of life. M.: Art.Express, 2019. 384 s.
3. Gusakova T. F. Hedonism as a vector of modern culture // Bulletin of the Tyumen State University. 2006. No. 2. S. 60-69.
4. Kuzmina Yu. Yu. The concept of hedonism: historical, cultural and substantial aspects // Bulletin of the Altai Academy of Economics and Law. 2009. No. 13. S. 38-39.
5. Lakatos I. Falsification and methodology of research programs // Selected works on the philosophy and methodology of science. - M.: Academic project: Triksta, 2008. -- S. 279-475.
6. Lipovetsky J. Era of emptiness. An essay on contemporary individualism. SPb.: Vladimir Dal. 2001. -- 336 p.
7. Maltseva S. M., Kubysheva O. O. Hedonistic lifestyle in a modern consumer society // Innovative economy: prospects for development and improvement, No. 8 (34), 2018. P. 237-241.
8. Penkov V. Ye. Miracles of healing: myths and reality // Modern problems of science and education. - M.: Publishing House of the Academy of Natural Sciences, 2018. - Volume III. - С. 10-11.