

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«Культура духовного вдосконалення особистості»**

Ступінь освіти	Бакалавр
Освітня програма	Культурологія
Заняття:	14 чверть
Лекції	2 години на тиждень
Практичні	2 години на тиждень
Кількість кредитів ЄКТС	4 (120 годин)
Мова викладання	Українська



Сторінка курсу в СДО НТУ «ДП»: <https://do.nmu.org.ua/course/index.php?categoryid=47>

Кафедра, що викладає	Філософії і педагогіки
----------------------	------------------------



**Викладач:**

Осипов Анатолій Олександрович  
Доктор філософських наук, професор,  
Професор кафедри філософії і педагогіки

**E-mail:** Osypov.a.o@nmu.one

**Консультації:** за окремим розкладом, погодженим зі здобувачами вищої освіти.

лекції та практичні заняття проводяться відповідно до розкладу.

### 1.Анотація до курсу

*«Культура духовного вдосконалення особистості»* – вибіркова дисципліна навчального плану підготовки бакалаврів за освітньою програмою «Культурологія». Розкриває ідеї природи духовності і практик духовного вдосконалення особистості. Надається історико-культурний аналіз духовних практик, починаючи від первісних уявлень до сьогодення. Розглянутий основний механізм духовного зростання через трансформацію психіки людини. Визначені філософсько-антропологічні засади аналізу феномена духовності та культивування духовних практик. Виявлений взаємозв'язок психотерапевтичних і духовних практик та їх визначальна роль у духовному вдосконаленні особистості.

### 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета:** формування у студентів теоретичних уявлень про специфіку духовності та співвідношення її з духовними практиками; розуміння актуальності цього питання для сьогодення.

**Завдання:**

визначити змістовну специфіку питань духовності і духовного вдосконалення;  
розумітися в особливостях духовних практик;  
розвинути навички аналітичного мислення при роботі із першоджерелами; володіти елементами духовного праксису.

**3. Результати навчання:**

- Орієнтуватись в літературі, присвяченій питанням духовності, духовним практикам;
- Аналізувати тексти, присвячені питанням вдосконалення особистості;
- Оперувати основними способами духовного вдосконалення;
- Володіти категоріальним апаратом у сфері духовності.

**4. Структура курсу****ЛЕКЦІЇ****Лекція: 1. Предмет курсу**

Духовність і духовна практика (духовні вправи) як форма активного усвідомленого творення свого внутрішнього світу. Релігія, мистецтво, мораль і духовність. Інтелектуальний аспект духовності. Творче ставлення особистості до свого потенціалу. Наслідування, благоговіння перед світом – безумовні попередні умови формування людини-духовної. Подолання життєвих криз як фактор трансформації психіки людини.

**Лекція: 2. Ідея тотожності Людини і Природи в історії людства.**

Символізм міфологічних уявлень ґрунтується на чуттєво-емоційно-дієвій процедурі ототожнення (наслідування) людини зі світом. Форми встановлення відповідності та взаємозв'язків між людиною і предметами. Наслідування у тотемізмі і шаманських практиках. Містеріальні ритуали ініціацій у стародавньому світі. Чуттєво-образна форма усвідомлення єдності у античному стихійному матеріалізмі. Раціоналістична картина світу та місце у ній людини згідно наукової парадигми XVII-XX століть. Втрата відчуття глибокої єдності природи і людини та її наслідки для сьогодення.

**Лекція: 3. Ритми природи, ритми соціокультурного процесу у вимірі буття особистості.**

Час – фундаментальний вимір буття і категорія духовності. Циклічність ритмічних процесів. Людина і відповідність її життєдіяльності об'єктивному характеру природних ритмів. Тотожність мікро- і макрокосму: добові (циркадні) ритми організму людини та їх зв'язок з процесами Всесвіту. Соціокультурна обумовленість систем літочислення: різновиди календарів та необхідність їх кореляції з природними ритмами. Евристичний потенціал календаря народу майя у встановленні відповідностей між структурою тіла людини, датою її народження, районами земної кулі та галактикою.

**Лекція: 4. Трансформація психіки – головна форма вдосконалення особистості**

Ставлення до проблеми життя і смерті у культурах стародавнього Сходу і стародавнього Заходу. Тема життя і смерті у трансформаційних процесах духовного вдосконалення особистості. Символізм життя і смерті у Єгипетській книзі мертвих та Тибетській книзі мертвих та їх духовний вимір. «Дванадцять ключів мудрості» за Василем Валентином. Духовний аспект феноменів «життя після смерті» і клінічної смерті.

**Лекція: 5. Духовні практики в культурі стародавнього Китаю та стародавньої Індії**

Ритуальний характер словодії у конфуціанстві та її онто-магічна природа. Практики «внутрішньої алхімії» за допомогою психофізичних вправ у даосизмі. Дихальна гімнастика впливу на тіло йоґина задля створення у ньому «безсмертного зародку», а у подальшому – «безсмертного» тіла. Енергія *ци* як інструмент здійснення алхімічних процедур. Духовна практика класичної йоґи в Індії. Загальні положення йоґи; класифікація йоґи.. Мантри, мандали, янтри – інструментарій вдосконалення особистості в індійській традиції духовності.

### **Лекція: 6. Практика себе в античній культурі**

Живий Космос: відчуття злиття з оточуючим середовищем, із Всесвітом. Турбота про себе як правило філософського життя і античної моралі: сукупність практик. Особистість і сенс життя в епоху еллінізму.

Філософія – повсякденне виявлення своїх недосконалостей, терапія (лікування) потягів, бажань, необґрунтованих страхів задля глибинного перетворення буття особистості. Пперелік духовних вправ за Філоном Олександрійським.

### **Лекція: 7. Практики єднання людини з Богом у християнстві та ісламі.**

Віра як феномен досвіду духовної практики. Практики досягнення стану душевного спокою, милосердя, мужності, терпіння, чистоти життя на шляху до з'єднання з Богом за Іоанном Лествичником. Ісихастське вчення про молитву. Чотиритижнева структура «духовних вправ» І. Лойоли – символічна історія наближення людини до Христа. Суфійські практики налаштування тіла людини на Бога шляхом культивування дервішських танців. Злиття «розуму» суфія із «світовим розумом». Формування волі суфія шляхом культивування спеціальних духовних практик.

### **Лекція 8. Синтез східної і західної духовних традицій пізнання себе наприкінці XIX-XX століть**

*Віра, інтуїція, почуття, мислення: у пошуках завершеності людини-духовної.* Теософія у творчості О.П. Блаватської як синтез науки, релігії і філософії. Феномен цілісності Джідду Крішнамурті у духовній традиції. Ядро духовності у філософії йоги Свами Вівекананди. Життя як підґрунтя синтезу йоги за Шри Ауробиндо.

### **Лекція 9. Самопізнання і гармонізація особистості у практиках сучасності**

Психотерапевтичні практики як форма усвідомлення й організації внутрішньо-підсвідомого досвіду особистості. Арт-терапія – найбільш м'яка форма роботи над змістом підсвідомого шляхом здійснення спонтанного руху (танцтерапія), зображення (малюнок), створення і відтворення тексту (казкотерапія, бібліотерапія) тощо. Усунення емоційно-м'язових блоків та психосоматичних проблем у тілесно-орієнтованій психотерапії. Трансперсональна психологія про практики культивування змінених станів психіки і розширення свідомості. Практикуми акторської майстерності для збагачення творчого потенціалу і збільшення форм самореалізації особистості.

### **Лекція 10.**

#### **Відображення внутрішнього світу людини в астрологічному символізмі**

*Чи існує така концепція, яка була б настільки універсальною, що охоплювала б собою усі концепції: вже існуючі, ще нестворені, і саму себе?* Символізм – найбільш загальний спосіб розуміння світу і усвідомлення єдності людини з ним. Психологія, вдосконалення особистості і астрологія. Побудова ближнього космосу та її відображення у структурі психіки людини. Динаміка розгортання психічних процесів та ритми сонячної системи і Всесвіту. Астрологічна карта народження – базовий паттерн сутнісних сил людини чи будь-якого об'єкта дійсності. Поява такого об'єкта у просторово-часовому континуумі земного існування задає загальну стратегію його само здійснення. Гуманістична спрямованість астрологічного символізму і свобода вибору людини-духовної у процесі її вдосконалення.

## **ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ**

### **1. Символічне і мисленнєве у розумінні єдності світу і людини**

Міфологічні уявлення про походження з частин тіла антропоморфної пра-істоти окремих елементів навколишнього світу (упанішади). Походження стихій із фізіологічних функцій первісної міфологічної істоти. Абстрактно-мисленнєва форма усвідомлення єдності людини і природи в античному ідеалізмі та неоплатонізмі. Віра в божественний світ та міметичний символізм розгорнутих процедур релігійного ритуалу.

## 2 Людина і час.

Ритм як універсальний код еволюції дійсності. Антропоморфний характер одиниць виміру часу. Річний ритм, чотири пори року. місячний ритм, семиденний ритм, ритм зміни дня і ночі – основні фрактальні одиниці, які поєднують усі рівні буття. Юліанський і григоріанський календарі та проблема їх співвіднесеності із циклами Місяця і Сонця.

## 3. Трансформація внутрішнього світу людини.

Духовна практика як вмирання Еґо і відродження особистості на більш високому – духовному рівні антропо-буття. Роль стародавніх містерій у вихованні духовної особистості. Структура і функції ініціативних процедур трансформації особистості у містеріях стародавнього Єгипту та стародавньої Греції. Етапи трансформаційного процесу в алхімічному діянні як загальний алгоритм проходження духовної аскези.

## 4. Культури стародавнього Сходу у практиці енергій.

Ритуальні практики поваги до старших у конфуціанстві як форма досягнення соціальної гармонії. Даоська йога: пізнай себе і ти пізнаєш світ. Практика асан, пранаями, медитацій як спосіб опанування енергіями Всесвіту

## 5. Практика життя у давньоримську епоху

Філософія як життєвий вибір, пережитий досвід, а не теоретичні розмірковування. Духовні вправи і антична філософія. Стоїки про філософію як мистецтво жити, яке стосується не лише пізнання, але й усіх аспектів буття людини. Увага – фундаментальна установка стоїка: Сенека, Епіктет, Марк Аврелій.

## 6. Духовна практика у християнській традиції

Методи християнської духовної терапії: навіювання, роздуми, самозаглиблення у пошуках Бога тощо. Психотерапевтична функція практики сповіді як усвідомлення людиною своїх вад (гріхів) й очищення від них. Церковна літургія – канон богослужіння, алгоритм дій, закарбований на небесних скрижалях. Практика і феноменологія молитви – акту єдності волі, потягу до Всевишнього і злиття з Ним та творення духовного рівня антропо-буття.

## 7. Практики традицій духовності у ХХ столітті

Мудрість жити: «методики і вправи життя» О. М. Айванхова. Духовна практика Г. Гурджиєва як освідомлення «Я є зараз»: пам'ятай себе завжди і усюди. Антропософія Р. Штайнера та практика духовності особистісного і соціального життя в усіх його проявах, Практична езотерика за Штайнером – основні умови самостійного досягнення пізнання вищих світів. Агні-йога: життєвий і творчий шлях О.І. і М. К. Реріхів на теренах мистецтва духовно-художнього творення себе і дійсності.

## 8. Психотерапевтичні і духовні практики: спільне і відмінність

Гештальт-терапія – спосіб опанування емоціями і виявлення негативного глибинного досвіду минулого у стані «тут і зараз». Психодрама – евристика себе і творче опанування психічних ресурсів у вирішенні проблем повсякденності. Символдрама – усвідомлення особливостей характеру особистості, спираючись на структуру і характер образів, що виникають під час «прогулянки» суб'єкта по власному психічному «полю».

## 9. Відображення внутрішнього світу людини у астрологічному символізмі

Символізм – найбільш загальний спосіб розуміння світу і усвідомлення єдності людини з ним. Психологія, вдосконалення особистості і астрологія. Побудова ближнього космосу та її відображення у структурі психіки людини. Динаміка розгортання психічних процесів та ритми сонячної системи і Всесвіту. Астрологічна карта народження – базовий паттерн сутнісних сил людини чи будь-якого об'єкта дійсності.

## 10. Обговорення книги І. Лойоли «Духовні вправи»

## 5. Технічне обладнання та/або програмне забезпечення

На лекційних заняттях обов'язково мати з собою гаджети зі стільниковим інтернетом. Активованій акаунт університетської пошти (student.i.p.@nmu.one) на Офіс 365

## 6. Система оцінювання та вимоги

**6.1. Навчальні досягнення здобувачів вищої освіти за результатами вивчення курсу оцінюватимуться за шкалою, що наведена нижче:**

Рейтингова	Інституційна
90...100	відмінно / Excellent
74...89	добре / Good
60...73	задовільно / Satisfactory
0...59	незадовільно / Fail

**6.2.** Здобувачі вищої освіти можуть отримати **підсумкову оцінку** з навчальної дисципліни на підставі поточного оцінювання знань за умови, якщо набрана кількість балів з поточного опитування та самостійної роботи складає не менше 60 балів.

Максимальне оцінювання:

Теоретична частина	Практична частина		Разом
	При своєчасному складанні	При несвоєчасному складанні	
30	70	30	100

<b>Підсумкове оцінювання (якщо студент набрав менше 60 балів та/або прагне поліпшити оцінку)</b>	Диференційований залік відбувається у письмовій формі, складається з 20 тестових запитань, 1 відкритого запитання. Правильна відповідь на запитання тесту оцінюється у 4 бали. Правильна відповідь на відкрите запитання оцінюється у 20 балів. Відкриті запитання оцінюються шляхом співставлення з еталонними відповідями. Максимальна кількість балів за диференційований залік: 100
--------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 6.3 Критерії оцінювання теоретичної частини (разом 30 балів).

Теоретична частина оцінюється за результатами опитування, яке містить 3 питання, кожне з яких оцінюється 10 балів

У разі використання технології дистанційної освіти усне опитування за темами контрольної роботи може проводитися усно з використанням інструментів Office 365 та Zoom.

Правильна відповідь **кожного питання** оцінюється 10 балами, а саме:

- **9-10 балів** – відповідь правильна, точна;
- **7-8 балів** – відповідь правильна, складає 80%;
- **5-6 балів** – відповідь не повна, складає 50%;
- **4-2 бали** – відповідь складає 20-40%;
- **1 бал** – відповідь неправильна повністю;
- **0 балів** – відповіді немає.

### 6.4 Критерії оцінювання практичної частини (разом 70 балів)

Практична робота передбачає виконання індивідуального завдання та опанування тем практичних занять. Правильна відповідь, або виконане індивідуальне завдання оцінюється максимально 10 балів за означеним вище критерієм. В індивідуальній роботі передбачено оцінювання елементів дослідницьких підходів (аналізу, синтезу, логічної аргументації, узагальнення, реферування та анотування першоджерел тощо).

Індивідуальні завдання оцінюються експертно, спираючись на компетентнісні характеристики, визначені НРК для бакалаврського рівня вищої освіти.

## **7. Політика курсу**

### **7.1. Політика щодо академічної доброчесності**

Політика щодо академічної доброчесності регламентується "Положенням про систему запобігання та виявлення плагіату у Національному технічному університеті "Дніпровська політехніка". <http://surl.li/alvis>

У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація) робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. Викладач зобов'язаний у такому випадку видати інше індивідуальне завдання.

### **7.2. Комунікаційна політика**

Усі письмові запитання до викладача щодо навчальної дисципліни можуть надсилатися на персональну корпоративну електронну пошту, на платформу Teams та на вайбер викладача.

### **7.3. Політика щодо перескладання**

Роботи, які надано викладачеві для перевірки із порушенням термінів, оцінюються нижчими балами. Перескладання відбувається із дозволу декана у разі поважної причини (наприклад, хвороба).

### **7.4 Політика щодо оскарження оцінювання**

Якщо здобувач вищої освіти не згоден з оцінюванням, він має право опротестувати виставлену оцінку у встановленому порядку.

### **7.5. Відвідування занять**

Для здобувачів вищої освіти відвідування занять є обов'язковим. Причиною невідвідування занять є хвороба, участь в університетських заходах, навчання за індивідуальним графіком та академічна мобільність, що задокументовано. Про причину відсутності здобувач вищої освіти має повідомити викладача особисто або через старосту та самостійно надолужити

пропущений матеріал. У разі міжнародної мобільності навчання може відбуватись в онлайн режимі.

## **8. Рекомендована література**

### **Основна**

1. Воронюк О.Л. Філософія. Підручник. К., Медицина. – 2018. – 216 с.
2. Губерський Л. Філософія. Підручник. К., Фоліо. – 2017. – 621 с.
3. Лузан А. Вступ до філософії. – Вид.: Центр навчальної літератури. – 2019. – 136 с.
4. Осипов А.О. Онтологія духовності. Монографія. У 2-х кн., Миколаїв: Вид-во МДГУ ім. Петра Могили, 2008р. – Кн.1. – 240 с. ; Кн.2.– . – 232 с.
5. Осипов А.О. Філософія. Навчально-методичний посібник для студентів денної та заочної форм навчання. Дніпропетровськ, 2014. – 60 с.
6. Петрушенко В. Філософія. Підручник. – Львів: Львівська політехніка. – 596 с.
7. Св. Ігнатій Лойола. Духовні вправи. – Світоч. – 2021. – 248 с.
8. Симоненко С, Сулим О., Шмиголь М. Основи філософії. Вид.: Центр навчальної літератури. – 2019. – 412 с.
9. Симоненко С, Сулим О., Шмиголь М. Практикум з дисципліни «Філософія». – Вид.: Центр навчальної літератури. – 2017. – 136 с.
10. Тюріна Т. Г. Виховання духовності студентської молоді у ноосферному вимірі: монографія. – Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2017. 284 с.

### **Додаткова**

1. Афанов А. П. Філософія : навчальний посібник для студентів нефілософських спеціальностей / А. П. Афанов. – Маріуполь : ПДТУ, 2014. – 175 с.
2. Борозенець Т.А., Гаврилюк Т.В. Б 83 Релігієзнавство: навч. посіб. / Т.А. Борозенець, Т.В. Гаврилюк // За ред. І.Ф.Надольного. – К., 2013.– 185 с.
3. Генрі Ноумен. Духовне формування. Вид.: Народ. – 2016. – 216 с.
4. .Етика та естетика: навчально-методичний посібник (у схемах і таблицях) / за наук. ред. проф. В. С. Бліхара. Львів: ПП «Арал», 2018. – 204 с.
5. Етика та естетика: навчальний посібник для семінарських занять та самостійної роботи студентів фармацевтичних факультетів / І. Г. Утюж, Н. В. Спиця, М. О. Мегрелішвілі. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2019. – 81 с.
6. Кислюк К.В., Кучер О.М. Релігієзнавство: Підручник для студентів. – К., 2005. – 636 с.
7. Петрушенко В.Л., Савельєв В.П., Сурмай І.М., та ін. ПЗ12 Етика та естетика: Навчальний посібник / За ред. В.Л.Петрушенко. – Львів: Видавництво “Новий світ – 2000”, 2020. – 304 с.
8. Сам як інший. – К.: Дух і літера. – 2000. – 458 с.
9. Тюріна Т. Духовна педагогіка: витоки, сутність та перспективи розвитку: монографія. – Львів: СПОЛОМ, 2005. 276 с.
10. Юзеф Августин, Моцина Слуп. Як погодитися із власним життям? – Світоч. – 2021. – 104 с.