

Научная статья

УДК 130.2

doi: 10.47475/1994-2796-2023-480-10-45-54

## ИДЕЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В РУССКОЙ ФИЛОСОФИИ И СОВРЕМЕННАЯ ПРОБЛЕМА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ: ЭТИКО-ФИЛОСОФСКИЙ АНАЛИЗ

Андрей Андреевич Ковалев

Северо-Западный институт управления — филиал РАНХиГС, Санкт-Петербург, Россия, kovalev-aa@ranepa.ru, ORCID 0000-0002-7760-5732

**Аннотация.** Статья посвящена этико-философскому анализу идеи экзистенциального благополучия в русской философии и её роли в разрешении современной проблемы ментальной безопасности. Научная новизна статьи заключается в философском осмыслении современного вопроса о ментальной безопасности средствами этико-философского наследия, связанного с идеей экзистенциального благополучия. Выделяется концепция экзистенциального благополучия в русской философии, имеющая этическую природу. Цель исследования — изучение вклада русской философии в современную дискуссию о ментальной безопасности как важном условии экзистенциального благополучия. В статье рассмотрены несколько подходов (экзистенциальный, феноменологический, этический, философско-антропологический) к исследованию фундаментальных вопросов в контексте изучаемой проблематики. Ядром в исследовании взаимосвязи русской философии и ментальной безопасности как условия достижения экзистенциального благополучия выступает ориентация на нравственные ценности в процессе принятия решений, организации собственной жизни и выстраивании взаимоотношений с окружающей действительностью.

**Ключевые слова:** экзистенциальное благополучие, ментальная безопасность, ментальное здоровье, нравственные ценности, нравственное совершенствование, русская философия

**Для цитирования:** Ковалев А. А. Идея экзистенциального благополучия в русской философии и современная проблема ментального здоровья: этико-философский анализ // Вестник Челябинского государственного университета. 2023. № 10 (480). С. 45–54. doi: 10.47475/1994-2796-2023-480-10-45-54.

Original article

## THE IDEA OF EXISTENTIAL WELL-BEING IN RUSSIAN PHILOSOPHY AND THE MODERN PROBLEM OF MENTAL HEALTH: ETHICAL AND PHILOSOPHICAL ANALYSIS

Andrey A. Kovalev

North-Western Institute of Management — branch of the RANEPa, St. Petersburg, Russia, kovalev-aa@ranepa.ru, ORCID 0000-0002-7760-5732

**Abstract.** The article is devoted to the ethical and philosophical analysis of the idea of existential well-being in Russian philosophy and its role in solving the modern problem of mental security. The scientific novelty of the article lies in the philosophical understanding of the modern issue of mental security by means of the ethical and philosophical heritage associated with the idea of existential well-being. The concept of existential well-being in Russian philosophy, which has an ethical nature, is highlighted. The purpose of the study is to study the contribution of Russian philosophy to the modern discussion about mental security as an important condition for existential well-being. The article considers several approaches (existential, phenomenological, ethical, philosophical and anthropological) to the study of fundamental issues in the context of the studied issues. The core of the study of the relationship between Russian philosophy and mental security as a condition for achieving existential well-being is the orientation towards moral values in the decision-making process, the organization of one's own life and building relationships with the surrounding reality.

**Keywords:** existential well-being, mental security, mental health, moral values, moral improvement, Russian philosophy

**For citation:** Kovalev AA. The idea of existential well-being in Russian philosophy and the modern problem of mental health: ethical and philosophical analysis. *Bulletin of Chelyabinsk State University*. 2023;(10(480):45-54. (In Russ.). doi: 10.47475/1994-2796-2023-480-10-45-54.

### Введение

Русская философия всегда была вовлечена в вопросы духовности, смысла жизни, гражданской идентичности и т. д. Не осталась в стороне и тема ментальности, её атрибутики и экзистенциальных основ жизни. Важность философских размышлений в связи с ментальной безопасностью как условия обеспечения экзистенциальной безопасности возрастает в современном обществе по множеству разных причин, среди которых в том числе высокая технологизация и информатизация человеческой деятельности.

На наш взгляд, отечественная философия в настоящее время может помочь людям в понимании своих собственных ментальных процессов, осознании своих эмоций, поиске внутренней гармонии, достижении психологического благополучия, преодолении экзистенциальных кризисов и духовном совершенствовании. Это важно во избежание таких отрицательных явлений, как депрессия, тревога, агрессия и насилие.

Вклад философии в данную дискуссию заключается в том, что она помогает человеку понять его личные стремления и идеалы, найти свою жизненную позицию, интегрироваться в общество и принять условия жизни. Русские философы всегда подчёркивали, что духовное совершенствование основано на гармонии между человеком и миром/природой, а также между разумом и сердцем и что эта гармония не может быть достигнута без ориентации на определённые нравственные ценности.

Цель исследования заключается в изучении вклада русской философии в современную дискуссию о ментальной безопасности как важном условии экзистенциального благополучия. Русская философия раскрывает важные аспекты в рассматриваемом контексте, такие как самосознание, духовность и совершенствование.

На основе сформулированной цели были поставлены следующие задачи:

1. Сопоставление категорий «экзистенциальная безопасность», «экзистенциальное благополучие» и «ментальное здоровье» в контексте их взаимосвязи.

2. Изучение основных понятий и концепций русской философии, связанных с ментальной

безопасностью как условием экзистенциального благополучия.

3. Анализ философских работ, затрагивающих проблемы экзистенциального благополучия и безопасности.

4. Исследование вклада русских философов в развитие представлений о ментальной безопасности, а также подходов, на которые они ориентировались.

Среди русских философов, внёсших вклад в изучение вопросов экзистенциального благополучия и связанной с ним ментальной безопасности, можно выделить Н. А. Булгакова, Н. А. Бердяева, Ф. М. Достоевского, И. А. Ильина, В. С. Соловьёва, Л. Н. Толстого и других. При этом важно в контексте изучения экзистенциального благополучия обеспечить преемственность знаний, а также их адаптируемость к особенностям каждого конкретного периода развития государства и общества.

### Соотношение понятий «экзистенциальное благополучие», «экзистенциальная безопасность», «ментальное здоровье» и их взаимосвязь с русской философской традицией

Ментальное здоровье занимает особое место в современной культуре и является её неотъемлемой частью. При этом под ментальным здоровьем необходимо понимать не только отсутствие психических отклонений и заболеваний у человека, но и в целом гармонию и благополучие его психического и интеллектуального состояния. Современная культура сосредоточена на индивидуализме, актуализирующемся с помощью самореализации и личностного роста; она развивает новые направления жизнедеятельности и творчества (например, цифровую культуру); раскрывает сущность и значение межкультурного диалога под влиянием процессов глобализации; ставит общечеловеческие (глобальные) задачи и определяет пути их решения (например, с помощью формирования экологического сознания); помогает адаптироваться в быстроменяющемся темпе современной жизни и т. д.

Таким образом, функциональная нагрузка современной культуры дополняется необходимостью гармонизации природы человека

(физической, ментальной, духовной, психологической) и поиска его места в социокультурном пространстве. Иными словами, особую актуальность приобретает философское осмысление экзистенциального благополучия человека, стремящегося к экзистенциальной безопасности и нуждающегося в ней. В контексте данного исследования русская философская традиция имеет потенциал стать основанием для возникновения нового знания и новых представлений о культуре личности.

Итак, в рамках настоящей статьи ментальное здоровье рассматривается в контексте более общей категории — экзистенциальной безопасности. Идеи русской философской традиции направлены на нравственное совершенствование человека. Именно поэтому целесообразно с позиции современного научно-философского исследования рассмотреть концепцию экзистенциальной безопасности, которая становится возможной благодаря достижению экзистенциального благополучия, и определить значение русской философии в контексте её изучения.

Под экзистенциальным благополучием необходимо понимать успешный поиск отдельным человеком смысла и цели собственного существования, которые достигаются благодаря преодолению экзистенциальных кризисов и стремлению к самореализации. В условиях современных вызовов, угроз и повышения в контексте этого уровня развития медицины и психологии становится возможным говорить о ментальном здоровье, которое характеризуется как необходимый минимум физического благополучия, а также фундаментальное условие для достижения экзистенциального благополучия. Так формируется ментальная безопасность, которая характеризуется психической устойчивостью, и появляются ресурсы для достижения поставленных целей; принимаются осознанные решения и укрепляется стремление к самореализации без давления извне; появляются психологические инструменты и способы преодоления экзистенциальных кризисов; устанавливается гармония с окружающим миром; происходит становление возможности свободного самовыражения путём развития и познания себя и мира с помощью творчества.

В свою очередь, экзистенциальную безопасность личности можно охарактеризовать как состояние устойчивости и защищённости личности в условиях рисков, угроз и неопределённости современного мира. Здесь укрепление ментального

здоровья (как своеобразной характеристики современного этапа развития цивилизации и необходимого условия благополучной жизни) может способствовать: 1) адаптации к внешнему миру и развитию устойчивости к стрессам; 2) осознанию собственной уникальности с одновременным принятием своих индивидуальных характеристик; 3) развитию способности конструктивного взаимодействия с миром вокруг; 4) преодолению экзистенциального страха неопределённости будущего; 5) нахождению и поддержанию смысла собственной жизни и развитию толерантности к неопределённости окружающего мира.

Итак, ментальное здоровье как неотъемлемая часть более общей категории «экзистенциальное благополучие» имеет определённую взаимосвязь с русской философией и раскрывается по следующим основаниям. Во-первых, русская философия имеет потенциал стать частью государственной идеологии. Несмотря на конституционный запрет принятия какой-либо одной официальной идеологии, современная Россия и её население всё более тяготеют именно к духовно-религиозной идее, которая активно развивается в контексте происходящих событий. Это актуально, так как философия, в том числе и русская, способна влиять на общественное сознание и мировоззрение, что в условиях экзистенциальных вызовов настоящего времени может лечь в основу формирования идеологии сплочённости и духовного возрождения.

Во-вторых, русская философия может быть вписана в контекст современного образования и воспитания с целью обогащения в целом учебного процесса, формирования критического мышления, изучения культурного наследия и воспитания уважения к национальной истории и традициям, развития междисциплинарного подхода в образовании. При этом необходимо осознавать, что стремление внедрить идеи русской философии в российский образовательный процесс может повлечь за собой ряд сложностей — от необходимости адаптации учебных материалов и методов обучения до преодоления сопротивления со стороны приверженцев западной философской традиции.

В-третьих, опыт русской философии и её подходы могут быть использованы в психотерапевтических практиках. Например, с помощью её идей можно прорабатывать вопросы самооценки и моральных дилемм (с помощью духовности и нравственных ценностей), аспектов межличностной коммуникации (путём обращения

к соборности), экзистенциальных кризисов и дилемм (с опорой на религиозную составляющую).

### **Соотношение русской философии и ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия**

История русской философии имеет свои особенности, связанные с периодами социально-экономического, политического и культурного развития России. Философия в России начала активно развиваться в XVIII в., когда российские авторы исследовали и развивали западноевропейские философские традиции. Одним из наиболее известных русских философов того времени был М. В. Ломоносов.

В XIX в. русская философия пережила свой золотой век. В этот период были основаны самые известные философские школы России: славянофильство, западничество и русский космизм. В этих школах философы исследовали влияние русской культуры, религии и истории на развитие нации.

В XX в., особенно в период советской власти, русская философия подверглась существенным изменениям. Многие философы были вынуждены изменить свои взгляды, чтобы соответствовать политическим требованиям времени. Однако, несмотря на это, многие русские философские идеи и традиции продолжили развиваться и в этот период, и в настоящее время и оказывать влияние на различные области жизнедеятельности, такие как право, политика, психология, наука и технологии.

Экзистенциальное благополучие и ментальная безопасность как условия его достижения занимают важное место в общей системе национальной безопасности государства и общества и означают сохранение физического, психологического и социального благополучия людей в условиях нестабильности и изменений. Ментальная безопасность стала острой проблемой в современной России. Это связано с различными неблагоприятными факторами, такими как экономический кризис, социальные проблемы и ухудшение качества жизни многих граждан.

В России экзистенциальное благополучие становится темой всё более серьёзных обсуждений в рамках научных, культурных и философских традиций. Так, философия призвана помочь ответить на важные вопросы, связанные с привычками, убеждениями и поведением людей в трудных жизненных ситуациях, а также определить вектор духовного развития.

Ментальная безопасность — это понятие, которое означает состояние психического благополучия и способность человека адаптироваться к изменяющимся условиям жизни, сохраняя при этом своё здоровье и психологическую стойкость. При этом в рамках настоящего исследования она рассматривается как важное условие достижения экзистенциального благополучия. Взаимосвязь ментальной безопасности с русской философией основывается на идее гармонии отношений человека с миром, его способности к самоуправлению, преодоления жизненных трудностей, самосовершенствования личности.

Философия — это комплексное учение о мире и человеке, развивающееся на основе рационального мышления и системного подхода. При этом философия направлена на решение вопросов о смысле жизни, целях и ценностях человека, а также о его социальной и духовной связи с миром.

Русская философия, отличающаяся глубоким анализом человеческой души, умением ориентироваться на смысл собственной жизни и духовно расти, является важной составляющей ментального здоровья как условия экзистенциального благополучия. В русской философии достаточно серьёзное место уделено вопросам о смысле жизни, духовности, эмоциональности, психологии, морали и социальной справедливости. Например, философские лекции и публикации русских мыслителей Л. Н. Толстого [14], Н. А. Бердяева [4], П. А. Флоренского [15], С. Л. Франка [16], Н. К. Рериха [12] и многих других помогают людям лучше понимать себя, открывать для себя смысл и цель жизни, задумываться о нравственных и духовных проблемах.

Отечественная философия не разделяет разум и душу, напротив, она объединяет разум и чувства. Такой подход позволяет человеку лучше понимать своё внутреннее состояние, собственные эмоции и стремления, что, в свою очередь, способствует укреплению ментального здоровья.

В отечественной философии существует концепция «русской души», которая описывает определённые черты характера русского народа, такие как самоотверженность, жертвенность, смирение и духовность. Эти качества можно рассматривать как проявление экзистенциального благополучия, поскольку они помогают человеку сохранять гармонию внутри себя и стремиться к сбалансированности в отношении к окружающему миру.

Русская философия обращается к идеалу справедливости и моральных ценностей, что также

является важной составляющей экзистенциального благополучия. В этом контексте можно упомянуть понятия терпимости, сострадания и справедливости, которые играют ключевую роль в поддержании баланса человеческого существования.

Тем самым экзистенциальное благополучие личности представляет собой значимую часть современной культуры, а ментальное здоровье как важная составляющая такого благополучия является условием его достижения.

Русская философия, к которой обращается автор в настоящем исследовании, рассматривает изучаемые вопросы с точки зрения нравственно-религиозного подхода, подразумевающего совершенствование души и духовное развитие в рамках религиозного бытия. Тем самым можно выделить несколько аспектов, которые раскрывают роль русской философии в контексте экзистенциального благополучия, актуализирующегося в условиях экзистенциальной безопасности. Итак, русская философия:

- обращается к духовности, то есть позволяет понять и осмыслить нравственные ценности;
- раскрывает вопросы социокультурной динамики, позволяя отдельному человеку найти своё место в обществе;
- помогает человеку осознать самого себя принимающим собственное тело и разум;
- развивает идею соборности, способствующую формированию здоровых межличностных отношений внутри общества;
- поддерживает процессы саморефлексии и познания себя;
- помогает достичь состояния внутреннего баланса путём достижения гармонии с природой.

#### **Вклад отечественных философов в дискуссию о ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия**

Одной из наиболее значимых фигур в истории русской философии является *Фёдор Михайлович Достоевский*. Он был известен своим проницательным подходом к анализу человеческой психологии и ментальной безопасности [9].

В своих трудах Достоевский исследовал все аспекты человеческой личности, включая её тёмные стороны. Он показывал, что человек может быть чем-то большим и светлым, но также и одновременно подверженным своим страстям, эмоциям и желаниям. Достоевский считал, что человек не может бесконечно долго скрывать свои истинные чувства и желания и что в результате они

непрерывно проявятся на поверхности. Именно поэтому его герои сталкивались с множеством моральных и психологических проблем [6].

Достоевский был глубоко заинтересован в изучении проблем экзистенциального благополучия. Он показывал, что человеческий разум может быть поколеблен, особенно при воздействии на него негативных факторов внешней среды. Он отмечал, что душевные страдания, которые испытывают его герои, зачастую связаны со сложной жизненной ситуацией или социальным окружением. Например, в «Преступлении и наказании» [8] Раскольников переживает психический кризис из-за бедности и социальной несправедливости.

Достоевский также исследовал психологические механизмы, которые приводят к преступности и нарушению общественного порядка. В своих произведениях он показывал, как расстройство психики может привести к принятию неправильных решений. В «Преступлении и наказании» и «Братьях Карамазовых» Достоевский анализировал психологию убийцы и похитителя, которые не могут справиться со своими эмоциями и желаниями [7].

С другой стороны, философ также исследовал путь к исцелению психики и повышению уровня экзистенциального благополучия и ментальной безопасности. Через своих героев он показывал, что человек должен преодолеть свои слабости и справиться со своими внутренними демонами. Это затрагивает не только аспекты личности, но также моральных и этических вопросов. В своих произведениях Достоевский выделял значимость развития веры и духовности как средства повышения экзистенциальной безопасности и борьбы с внутренними страстями.

*Владимир Сергеевич Соловьёв* был выдающимся русским мыслителем, философом, богословом, писателем и публицистом, считавшим Бога и мудрость высшей ценностью в жизни человека. Его учение о Божественной Софии как главном источнике мудрости и духовной гармонии имеет важное значение для понимания социальной роли религии и её связи с экзистенциальным благополучием [13].

По мнению Соловьёва, мир и человек были созданы Богом из любви и для любви. Божественная София (Мудрость Божия) является высшим проявлением любви Бога к миру и человеку, передаёт Божественное Его слово и дарует людям мудрость и духовную гармонию. Соловьёв утверждал, что все науки и искусства

должны основываться на мудрости, которая приводит к единству истины, добра и красоты. Также он придавал большое значение роли общества и межличностных отношений, которые должны быть основаны на щедрости и чистоте сердца.

Учение Соловьёва о Божественной Софии имеет большое значение для достижения экзистенциального благополучия, так как оно нацелено на достижение гармонии внутри человека, а также на мирное сосуществование в обществе. Мудрость, которую дарует Божественная София, помогает человеку относиться к миру с уважением, любовью и умиротворением, что существенно влияет на его психологическое состояние.

Символическое изображение отечественным мыслителем Божественной Софии приводит к пониманию того, что истина и мудрость находятся внутри человека и что он сам способен найти путь к Богу и к гармонии в своей жизни. Это учение даёт надежду на то, что каждый человек может найти свой путь к ментальной безопасности, основанный на вере, любви и щедрости.

*Николай Александрович Бердяев* — русский философ, писатель и мыслитель, оказавший огромное влияние на мировую философию и культуру XX в. Его концепция свободы и творчества — одно из ключевых понятий его философского учения.

Согласно Бердяеву, свобода — это не просто отсутствие внешних ограничений и препятствий, но и внутреннее состояние, которое произрастает из глубины души и определяет нашу жизнь [3. С. 61]. Она не зависит от обстоятельств, но связана с нашим творческим потенциалом и способностью к самореализации. Свобода является неотъемлемой частью экзистенциального благополучия, так как она позволяет человеку преодолевать трудности, действовать в соответствии с имманентно присущими ему ценностями и верованиями, а также сохранять психологическое равновесие.

Кроме того, Бердяев считал, что творчество — это проявление свободы, которая позволяет человеку создавать, развиваться и проявлять свои уникальные способности. Он говорил о том, что творчество может быть как индивидуальным, так и коллективным и что оно является духовным источником развития человечества.

Концепция свободы и творчества Бердяева является значимой для экзистенциального благополучия, так как она помогает людям понимать их внутренние ценности, мотивации и стремления

и, следовательно, позволяет создавать гармоничный баланс между личностью с её набором определённых характеристик и внешней средой.

Нельзя не отметить вклад великого представителя русской философской традиции *Льва Николаевича Толстого* [14] в развитие философских взглядов на совершенствование личности. Он отмечал, что только с помощью строгого соблюдения моральных принципов возможно достижение истинного душевного спокойствия. Тем самым экзистенциальное благополучие становится возможным благодаря самопознанию, успех которого нередко зависит от прохождения внутреннего личностного кризиса, спровоцированного несоответствием внутренних идеалов и принципов внешнего мира.

Лев Николаевич был убеждён, что преодоление экзистенциального кризиса становится возможным благодаря отказу от материальных благ, аскетизму и стремлению к духовному совершенствованию. При этом философ всегда выступал за единение с природой, близость к которой он считал основным источником умиротворения и внутренней гармонии. Толстой был убеждён, что сила личного примера является лучшей побудительной силой для людей повышать уровень собственного духовного развития. Ведь он и сам в межличностной коммуникации проявлял чувство сострадания и эмпатию, с их помощью Толстой пытался бороться с одиночеством и изоляцией, усиливающимися в обществе, а насилие в его понимании рассматривалось как главный враг благополучия и безопасности социальной жизни.

Взгляды выдающегося русского философа *Льва Платоновича Карсавина* [10] также могут обогатить современное знание об экзистенциальном благополучии и способах его достижения. Для него в первую очередь культура и искусство были основным средством обогащения внутреннего мира человека. То есть творчество способно уберечь человека от негативных последствий экзистенциальных травм и кризисов, ведь именно таким образом людям доступно самовыражение и самопознание.

По мнению философа, приверженность к религии и её практикам способствует достижению внутренней гармонии и умиротворения в условиях неопределённости и социокультурных рисков, а понимание и осознание времени и его принципов способствуют достижению человеком уравновешенности и устойчивости в меняющейся реальности.

Как и Л. Н. Толстой, Л. П. Карсавин считал, что взаимная поддержка, утешение, сочувствие играют важную роль в процессе межличностного взаимодействия, а понимание культурно-исторических процессов помогает личности не только приобщиться к культурному наследию и лучше понимать историю своей страны, но и найти собственное место в историческом процессе. Ведь историческая динамика может привести к сложностям восприятия, экзистенциальным кризисам, угрожающим экзистенциальной безопасности. Поэтому повышение устойчивости и адаптивности личности в меняющемся мире может способствовать нахождению экзистенциального смысла, постановке цели в жизни и её достижению.

### **Роль русской философии в повышении уровня ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия**

Философия изучает фундаментальные вопросы о жизни, человеческом бытии, смысле существования и т. д. Многие люди обращаются к философии, чтобы понять себя, свои проблемы и найти приемлемые жизненные решения. Так, в рамках философии существует несколько подходов к преодолению экзистенциальных и ментальных проблем, которые будут рассмотрены далее в рамках настоящего исследования.

*Экзистенциальная философия* сосредоточена на поиске смысла существования человека и предполагает, что каждый человек имеет индивидуальный путь и цель в жизни. Этот подход фокусируется на том, чтобы помочь человеку осознать свои истинные ценности и желаемую цель. Осознание человеком своей жизненной цели помогает ему принимать важные решения, которые в итоге приведут его к успеху и счастью.

Одним из русских философов, который ориентировался на экзистенциальный подход в своих трудах применительно к вопросам ментальной безопасности, был Л. И. Шестов [18]. Он считал, что человеческое существование связано с постоянным стремлением к свободе и непредсказуемости, что может приводить к чувству бессмысленности и неопределённости. Шестов выдвигал идею о том, что человеку нужно раскрыть своё индивидуальное бытие, взглянуть на мир через свои убеждения и желания, и тогда он сможет обрести свободу и уверенность в себе [11. С. 126].

Мыслитель также рассматривал тему экзистенциального страха и бессмысленности жизни. Он подчёркивал, что человек безумен и абсурден и что у него нет никаких обоснованных

причин для надежды и уверенности в будущем. Свои мысли Шестов изложил в книге «Афины и Иерусалим» [17], где исследуется не только механизм возникновения страха, но и пути его преодоления.

Другим русским философом, который применял экзистенциальный подход, являлся Н. А. Бердяев [2]. Он утверждал, что жизнь человека имеет глубокий смысл, который может быть открыт только через личный опыт и поиск истины. Бердяев считал, что этическое поведение и культура могут помочь человеку понять своё место в мире и сохранить в жизни ментальный баланс.

*Феноменологическая философия* направлена на исследование человеческой субъективности и опыта. В этом подходе экзистенциальные и ментальные проблемы рассматриваются как проявления субъективного человеческого опыта и изучение человеком самого себя, а также как выражение этого мира через чувства и восприятия. Для преодоления ментальных проблем, согласно феноменологическому подходу, необходимо заняться созерцательным наблюдением и саморефлексией (самопознанием), осознать собственные чувства и восприятие мира, а затем приступить к поиску решений, которые учитывают индивидуальные потребности и предпочтения человека.

Феноменологический подход как философская методология основывается на изучении явлений на основе впечатлений, которые они оставляют в сознании наблюдателя. Так, Н. А. Бердяев [1] в контексте вопросов ментальной безопасности занимался исследованием психических расстройств и ошибок, которые могут возникнуть в процессе духовного поиска и попытках найти своё место в мире. Он призывал к познанию и осознанию того, что человек постоянно ищет свободу и смысл своей жизни и что это необходимо для достижения экзистенциального благополучия с обязательным обеспечением ментальной безопасности, условием его достижения.

*Этический подход* рассматривает вопросы о том, каким образом человек должен вести себя в мире и какие действия являются морально допустимыми и правильными. Этический подход к преодолению экзистенциальных проблем подразумевает изучение нравственных и моральных принципов, которые призваны помочь человеку принимать рациональные решения и совершать осознанные поступки, которые могут уменьшить страдание и сделать жизнь более счастливой.

Согласно этическому подходу ментальная безопасность является частью этики и морали

и должна быть рассмотрена в этом контексте. Этический подход к экзистенциальному благополучию ориентируется на защиту личности в различных сферах жизни, включая психическое и эмоциональное благополучие. Данная концепция в контексте рассматриваемой проблематики так или иначе прослеживается в творчестве всех представителей русской философии.

Применительно к реалиям современного времени уместно говорить, например, об актуальности этического подхода применительно к разработкам программ компьютерных приложений, которые должны быть не только функциональными, но и не должны причинять вреда пользователям. Разработчики должны обязательно учитывать этические принципы, такие как уважение к человеческой жизни, конфиденциальность информации, право на личную жизнь и т. д.

*Философско-антропологический подход* к преодолению экзистенциальных проблем глубоко сосредоточен на понимании человеческой природы, особенно на том, что делает человека уникальным и вызывает у него эмоциональные и психологические сложности. Этот подход включает в себя изучение того, как люди воспринимают мир и принимают решения, а также как эти решения влияют на их эмоции и поведение.

Философско-антропологический подход является одним из актуальных направлений в современной философии. Он базируется на исследовании человека как социального и психологического существа, которое живёт в условиях современного общества и сталкивается с множеством факторов, влияющих на его психическое состояние.

В рамках рассматриваемого подхода анализируются не только внешние факторы, но и внутренние механизмы, влияющие на формирование личности и её психического состояния. Так, здесь нередко авторы обращаются к проблеме кризиса современного общества и его влияния на психическое состояние человека, а в условиях постоянного стресса и переутомления важно обеспечить ментальную безопасность и сохранить психическое здоровье. Этому могут способствовать формирование интеллектуального капитала, опора на рациональный подход в процессе принятия решений, достижение эмоциональной стабильности и преодоление негативных эмоций.

Таким образом, красной нитью в исследовании взаимосвязи русской философии и ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия проходит ориентация на нрав-

ственные ценности в процессе принятия решений, организации собственной жизни и выстраивания взаимоотношений с окружающей действительностью. Также русские философы обращают внимание на личную ответственность человека за собственное экзистенциальное благополучие. Ведь то, насколько человек сможет гармонично и сбалансированно сосуществовать с миром вокруг, насколько он перестанет зависеть от случайных внешних условий и обстоятельств, будет определять уровень его экзистенциального благополучия и безопасности, выраженного в стойкости и умении противостоять проблемам и угрозам внешнего мира.

Приверженность моральным и этическим нормам и правилам — это прежде всего самоконтроль и уважение к окружающим, это предсказуемость поведения и его общественное одобрение [5. С. 135]. Русская философия учит бороться с эгоизмом, направлять собственную энергию на общее благо, не подчиняться страстям и сиюминутным желаниям. Такие осознанные и контролируемые самоограничения помогают психике адаптироваться к непредсказуемому, несправедливому и изменчивому миру, они позволяют человеку осознавать несовершенства мироздания и быть готовым терпеть неудачи и преодолевать трудности, которые могут возникнуть на его жизненном пути. При этом русская философия также позволяет этот путь отыскать и держаться тех принципов, на которых он базируется. Таким образом, такая самодисциплина и готовность к возможным трудностям повышает адаптационные возможности современного человека и устанавливает оптимальный для успешной и счастливой жизни уровень толерантности к неопределённости, чтобы способствовать достижению экзистенциального благополучия.

### **Заключение**

Настоящее исследование проведено с целью выявления теоретического потенциала русской философии для анализа и решения проблем ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия. В результате исследования были сделаны следующие выводы:

1. Русская философия имеет богатую традицию мышления о человеке, его месте в мире, нравственных и социальных ценностях, способах и путях духовного роста и самосовершенствования. Эти идеи стали отправной точкой для анализа современных проблем экзистенциального благополучия.

2. Одной из ключевых идей русской философии является идея о человеке как о духовно-нравственном существе, духовная жизнь которого связана с миром высших ценностей.

3. Русская философия показывает, что современные проблемы ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия связаны с кризисом нравственности и духовности в обществе, с потерей высших ценностей и идеалов.

4. Русская философия акцентирует внимание на значении культуры и образования в формировании экзистенциального благополучия личности. Культурное наследие и образование содействуют формированию этических и моральных принципов, необходимых для профилактики экзистенциальных кризисов и ментальных расстройств.

5. Русская философия показывает, что экзистенциальное благополучие личности связано с её самоопределением и самореализацией, оно не может быть обеспечено только правовыми, медицинскими и социальными мерами.

Вклад русской философии в дискуссию о ментальной безопасности как условия экзистенциального благополучия может быть продолжен путём исследования научных работ современных российских философов. В связи с изменениями в обществе, растущим уровнем стресса и неопределённости важно продолжать исследования в данной области и разрабатывать новые подходы и стратегии, основанные на философских принципах.

Кроме того, перспективным направлением исследований является изучение вклада русской

литературы в область экзистенциального благополучия. Многие произведения, созданные русскими писателями, содержат ценности и идеи, которые могут применяться для создания общественно-государственных программ с целью обеспечения экзистенциальной стабильности и развития личности.

Таким образом, русская философия изучает и раскрывает пути нравственного совершенствования личности, которое необходимо для достижения экзистенциального благополучия и решения проблем экзистенциальной безопасности. В русской философской традиции объясняется и обосновывается важность духовного развития человека, что способно в контексте изучения экзистенциального благополучия обеспечить безопасность личности. Подобная устойчивость позволяет человеку в любых кризисных ситуациях оставаться верным общечеловеческим ценностям и нравственным идеалам, делает общество более стабильным, а условия жизни более предсказуемыми. Ответственная за своё нравственное совершенствование личность формирует безопасные и справедливые межличностные связи, воспитывает в самой себе добродетели и показывает достойный пример молодому поколению. Именно в этом контексте русская философская традиция способна обеспечить преемственность необходимого современному поколению россиян знания, способствующего повышению уровня экзистенциального благополучия.

### **Список источников**

1. Бердяев Н. А. Философия свободного духа. М. : Республика, 1994. 479 с.
2. Бердяев Н. А. Философия свободы. Истоки и смысл русского коммунизма. М. : Сварог и К, 1997. 413 с.
3. Бердяев Н. А. Философия свободы. Смысл творчества. М. : Правда, 1989. 607 с.
4. Бердяев Н. А. Царство Духа и царство Кесаря. М. : Республика, 1995. 382 с.
5. Губанов Н. И., Губанов Н. Н. Ментальные ответы на возникновение рисков в современном обществе // Вестник славянских культур. 2019. Т. 54. С. 127–139.
6. Достоевский Ф. М. Бесы. М. : Эксмо, 2003. 603 с.
7. Достоевский Ф. М. Братья Карамазовы. М. : Эксмо, 2006. 830 с.
8. Достоевский Ф. М. Преступление и наказание. М. : Дрофа, 2008. 607 с.
9. Дубовицкая Н. С. Человек — центр философских размышлений Ф. М. Достоевского // Вестник Университета. 2013. № 13. С. 198–202.
10. Карсавин Л. П. Малые сочинения. СПб. : Алетейя, 1994. 531 с.
11. Постнов С. В. К проблеме особенностей экзистенциальной философии Л. И. Шестова // Вестник ВГУ. Серия: философия. 2018. № 3. С. 124–128.
12. Рерих Н. К. Светлые врата (о воспитании). Новосибирск : Сиб. Рерих. общ-во, 1996. 48 с.
13. Соловьёв В. С. Чтения о богочеловечестве: Духовные основы жизни; Оправдание добра. Минск : Харвест, 1999. 910 с.

14. Толстой Л. Н. Путь жизни. М. : Республика, 1993. 430 с.
15. Флоренский П. А. Статьи и исследования по истории и философии искусства и археологии. М. : Мысль, 2000. 446 с.
16. Франк С. Л. Смысл жизни. М. : АСТ, 2004. 157 с.
17. Шестов Л. И. Афины и Иерусалим. М. : АСТ : Фолио, 2001. 394 с.
18. Шестов Л. И. Начала и концы : соч. : в 2 т. Томск : Водолей, 1996. Т. 2. 332 с.

### Referenses

1. Berdyaev NA. *Filosofiya svobodnogo dukha*. Moscow, Respublika Publ.; 1994. 479 p. (In Russ.).
2. Berdyaev NA. *Filosofiya svobody. Istoki i smysl russkogo kommunizma*. Moscow, Svarog i K Publ.; 1997. 413 p. (In Russ.).
3. Berdyaev NA. *Filosofiya svobody. Smysl tvorchestva*. Moscow, Pravda Publ.; 1989. 607 p. (In Russ.).
4. Berdyaev NA. *Tsarstvo Dukha i tsarstvo Kesarya*. Moscow, Respublika Publ.; 1995. 382 p. (In Russ.).
5. Gubanov NI, Gubanov NN. Mental'nye otvety na vzniknovenie riskov v sovremennom obshchestve = Mental responses to the emergence of risks in modern society. *Vestnik slavyanskikh kultur = Bulletin of Slavic Cultures*. 2019;54:127-139. (In Russ.).
6. Dostoevsky FM. *Besy*. Moscow, Eksmo Publ.; 2003. 603 p. (In Russ.).
7. Dostoevsky FM. *Brat'ya Karamazovy*. Moscow, Eksmo Publ.; 2006. 830 p. (In Russ.).
8. Dostoevsky FM. *Prestuplenie i nakazanie*. Moscow, Drofa Publ.; 2008. 607 p. (In Russ.).
9. Dubovitskaya NS. Chelovek — tsentr filosofskikh razmyshleniy F. M. Dostoevskogo = The person as the center of FM Dostoevsky's philosophical reflections. *Vestnik Universiteta = University Bulletin*. 2013;(13):198-202. (In Russ.).
10. Karsavin LP. *Malye sochineniya*. St. Petersburg, Aletya Publ.; 1994. 531 p. (In Russ.).
11. Postnov SV. K probleme osobennostey ekzistentsial'noy filosofii L. I. Shestova = On the problem of peculiarities of LI Shestov's existential philosophy. *Vestnik VGU. Seriya: filosofiya = VGU Bulletin. Philosophy Series*. 2018;(3):124-128. (In Russ.).
12. Rerikh NK. *Svetlye vrata (o vospitanii)*. Novosibirsk; 1996. 48 p. (In Russ.).
13. Soloviev VS. *Chteniya o bogochelovechestve: Dukhovnye osnovy zhizni; Opravdanie dobra*. Minsk, Kharvest Publ.; 1999. 910 p. (In Russ.).
14. Tolstoy LN. *Put' zhizni*. Moscow, Respublika Publ.; 1993. 430 p. (In Russ.).
15. Florenskiy PA. *Stat'i i issledovaniya po istorii i filosofii iskusstva i arkheologii*. Moscow, Mysl' Publ.; 2000. 446 p. (In Russ.).
16. Frank SL. *Smysl zhizni*. Moscow, AST Publ.; 2004. 157 p. (In Russ.).
17. Shestov LI. *Afiny i Ierusalim*. Moscow, AST: Folio Publ.; 2001. 394 p. (In Russ.).
18. Shestov LI. *Nachala i kontsy: Sochineniya v 2 tomah*. Tomsk, Vodoley Publ.; 1996. Vol. 2. 332 p. (In Russ.).

### Информация об авторе

**А. А. Ковалев** — кандидат политических наук, доцент, доцент кафедры государственного и муниципального управления.

### Information about the author

**A. A. Kovalev** — Candidate of Political Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of State and Municipal Administration

*Статья поступила в редакцию 28.09.2023; одобрена после рецензирования 14.10.2023; принята к публикации 15.10.2023.*

*The article was submitted 28.09.2023; approved after reviewing 14.10.2023; accepted for publication 15.10.2023.*

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

The author declares no conflicts of interests.