

Філософія

УДК 141.319.8:165.74 + 17.024.4:165.62

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.21807063>

**Філософія ефективної дії: від логоцентричного «штурму» до нелінійного
іманентного самоздійснення**

Городиська Ольга Миколаївна

кандидат філософських наук, доцент,
завідувачка кафедри філософії Національного технічного університету
«Харківський політехнічний інститут», Харків, Україна,
<https://orcid.org/0000-0001-7665-2185>

Прийнято: 21.05.2026 | Опубліковано: 30.05.2026

Анотація: *Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та концептуалізація філософії ефективної дії в умовах нелінійного, екологізованого соціокультурного простору шляхом інтеграції категорій досвіду, реальності й тілесності у парадигму іманентного самоздійснення людини. **Методи.** Методологічну основу роботи становить міждисциплінарний підхід, який поєднує інструменти постструктуралістської онтології, феноменології тілесності та крос-культурної компаративістики. Зокрема, використано метод деконструкції для аналізу класичних праксеологій; онтологічний аналіз нелінійності соціокультурного простору; соматичний підхід для осмислення тілесного досвіду як простору опору зовнішньому кодуванню; а також компаративістський метод для переосмислення інструментальної ефективності через аналіз моделей непрямой дієвості та людиновимірних*

практик самоскладання. **Результати.** У межах дослідження здійснено поняттєву експлікацію категорій «ефективність» та «нелінійність» в екоософському контексті. Концептуалізовано авторську конструкцію «іманентне самоздійснення» як дієву альтернативу антропологічному вигоранню та руйнівному волюнтаристському «штурму». Обґрунтовано онтологічний статус категорій досвіду, реальності й тілесності як засадничих чинників розгортання екологізованої філософії ефективної дії. Доведено, що тілесність постає джерелом соматичного опору проти деструктивного зовнішнього тиску. Інтегровано конкретні практичні інструменти виробництва суб'єктивності – фукольдіанську парадигму «турботи про себе» та людиновимірні мікростратегії кайдзен – у загальну архітектоніку ненасильницького розвитку (за Ф. Жюльєном), що спирається на внутрішній потенціал ситуації та накопичувальний ефект малих кроків. **Висновки.** Дослідження демонструє потребу радикального переосмислення праксеологічної матриці сучасної культури. Перехід до іманентного самоздійснення дозволяє зберегти життєздатність людини в нелінійному світі. Наукова новизна результатів полягає у концептуалізації цілісної філософсько-соматичної альтернативи вигоранню, яка повертає суб'єкту право на екологічний життєвий темп та автономію. Отримані висновки мають значення для розвитку філософської антропології, етики, соматичної екології, а також для оптимізації практик особистісного розвитку в епоху цифрових трансформацій.

Ключові слова: людина; ефективність; нелінійність; тілесність; реальність; суспільство вигорання; виробництво суб'єктивності; турбота про себе; кайдзен; життєздатність.

Philosophy of Effective Action: From Logocentric «Assault» to Non-Linear Immanent Self-Actualization

Olga Horodyska

Ph. D in Philosophical Sciences, Associate Professor, a Head of Philosophy Department, National Technical University «Kharkiv Polytechnic University», Kharkiv, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0001-7665-2185>

Abstract: ***Aim.** The aim of the study is the theoretical substantiation and conceptualization of a philosophy of effective action within a non-linear, ecologized socio-cultural space by integrating the categories of experience, reality, and embodiment into the paradigm of human immanent self-actualization. **Methods.** The methodological framework of the research relies on an interdisciplinary approach that combines the tools of post-structuralist ontology, the phenomenology of embodiment, and cross-cultural comparative analysis. Specifically, the method of deconstruction is employed to analyze classical praxeologies; ontological analysis is used to investigate the non-linearity of the socio-cultural space; a somatic approach is applied to comprehend bodily experience as a locus of resistance against external coding; and a comparative method is used to re-evaluate instrumental efficacy by analyzing models of indirect effect and human-centered practices of self-constitution. **Results.** Within the scope of the study, a conceptual explication of the categories of «efficacy» and «non-linearity» within an ecosophical context has been carried out. The author's original construct of «immanent self-actualization» has been conceptualized as a viable alternative to anthropological burnout and destructive voluntaristic «assault». The ontological status of the categories of experience, reality, and embodiment is substantiated as fundamental factors in unfolding an ecologized philosophy of effective action. It is demonstrated that embodiment emerges as a source of somatic resistance against destructive*

*external pressures. Specific practical tools for the production of subjectivity – namely, the Foucaultian paradigm of the «care of the self» and human-centered micro-strategies of Kaizen – are integrated into the general architectonics of non-violent development (following F. Jullien), which draws upon the inherent propensity of a situation and the cumulative impact of small steps. **Conclusions.** The study demonstrates the urgent need for a radical rethinking of the praxeological matrix of contemporary culture. The transition to immanent self-actualization enables the preservation of human viability in a non-linear world. The scientific novelty of the results lies in the conceptualization of a cohesive philosophical-somatic alternative to burnout, which restores the subject's right to an ecological pace of life and autonomy. The findings are significant for the development of philosophical anthropology, ethics, somatic ecology, as well as for optimizing personal development practices in the era of digital transformations.*

Keywords: *human; efficacy; non-linearity; embodiment; reality; burnout society; production of subjectivity; care of the self; Kaizen; viability.*

Постановка проблеми. Сучасний світ – від глобальної геополітики до біосферних і макроекономічних процесів – демонструє вичерпаність класичної західної моделі дії, заснованої на телеологічному плануванні, вольовому тиску та прямій конфронтації суб'єкта з об'єктом. Директивне імплантування умоглядних моделей у тканину соціокультурних трансформацій дедалі частіше зумовлює каскад побічних ефектів. В умовах тотальної взаємопов'язаності вони набувають нелінійного характеру, латентно й деструктивно переформатовуючи архітектуру глобальної реальності. Коли жорсткі плани розбиваються об рухомі мережі непередбачуваних зв'язків, виникає потреба в альтернативній праксеологічній матриці. На зміну логоцентричній стратегії штурму має прийти людиновимірна філософія ефективної дії, що базується на нелінійності й переносить наголос з



абстрактного моделювання на виявлення внутрішнього потенціалу ситуації, гнучку адаптацію та ненасильницьку актуалізацію наявних умов, що й окреслює основний фокус дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розуміння філософії ефективної дії як нелінійного та людиновимірного феномену вимагає критичного переосмислення наявного наукового доробку. Сучасна екологічна філософія наполегливо шукає вихід із антропоцентричного тупика протиставлення суб'єкта й об'єкта. Вихідною точкою тут виступає екософія Фелікса Гваттарі [1] яка інтегрує психічні, соціальні та природні виміри буття. Рух до децентрації класичного суб'єкта поглиблюється в акторно-мережевій теорії Бруно Латура [2], де речі отримують власну агентність, і знаходить онтологічний максимум у концепції гіпероб'єктів Тімоті Мортон [3], що дозволяє переосмислити масштаби тілесності та реальності. Поняття нелінійності у другій половині XX та на початку XXI століття отримало фундаментальне онто-епістемологічне обґрунтування в роботах Жюльєна Делеза, Фелікса Гваттарі, Мануеля Деланда [4] та Едгара Морена [5].

При аналізі тілесності окремої уваги заслуговує феноменологічна традиція, зокрема позиції Едмунда Гуссерля [6] та Моріса Мерло-Понті [7], які започаткували сучасне бачення цих концептів. Водночас філософську деконструкцію нової соматичності закладає Жан-Люк Нансі [8]: він мислить тілесність не як замкнену форму, а як розімкнену межу та простір «виставлення» буття назовні, що чинить опір лінійному логоцентричному привласненню.

Для розуміння соціального виміру сучасної кризи варто проаналізувати екзистенційний виворіт цифровізації, який фіксує Хан Бьон-Чхоль [9] у концепції «суспільства вигорання», демонструючи кризу суб'єкта, що став жертвою лінійної стратегії досягаторства та самоексплуатації. Прагнення подолати цей тупик спонукає до пошуку альтернативних моделей у полі

філософії ефективної дії, де низка концепцій по-різному інтерпретує суб'єкта та ефективність. Серед магістральних течій виділяються: американський прагматизм (сфокусований на результаті й досвіді вирішення проблем); праксеологія Австрійської економічної школи (раціональне досягнення мети); «ефективний альтруїзм» Пітера Сінгера [10] (максимізація блага на одиницю витрат). Проте нині філософія ефективної дії тяжіє до вибудовування себе як антропологічного напрямку. Прикладом тут є компаративістські роздуми Франсуа Жюльєна [11], який через аналіз західного та китайського контекстів пропонує замінити насильницьке «нав'язування форми» виявленням внутрішнього потенціалу ситуації. Це створює підґрунтя для перенесення стратегії ненасильницької ефективності у площу суб'єктивності, що органічно актуалізується в пізньому доробку Мішеля Фуко [12], зокрема в його концепті «турботи про себе» (*epimeleia heautou*). У цій оптиці робота з тілесністю та свідомістю постає як етична практика формування стійкості перед вимогами системи. Своєрідним прикладним втіленням такої філософії є також японська концепція кайдзен (зокрема у версії Роберта Маурера [13]) – як методологія безперервного, поступового вдосконалення, що відкидає виснажливу логіку штурму на користь гнучкої еволюції та щоденної актуалізації наявного потенціалу.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз фундаментальних напрацювань у галузі сучасної екологічної філософії (Ф. Гваттарі, Б. Латур, Т. Мортон) дозволяє чітко окреслити онтологічний та методологічний простір дослідження, пояснюючи логіку переходу до нелінійного, екологічного та об'єктно-орієнтованого мислення. Водночас концептуальні діагнози Хан Бьон-Чхоля унаочнюють деструктивні наслідки логоцентричного «штурму» для психіки та тілесності сучасної людини, тоді як Ж.-Л. Нансі обґрунтовує розімкненість людського тіла назовні як основу для філософії ефективної дії, що потребує терапевтичного переосмислення. У

цьому контексті ідея Ф. Жульєна про «потенціал ситуації» (*shi*) та гнучкий, ненасильницький розвиток подій постає ваговою філософською альтернативою синдрому вигорання.

Попри значні теоретичні здобутки зазначених авторів, у логіці наведеного дискурсу залишаються суттєві, досі не подолані лакуни, які потребують подальшого філософського аналізу. Невирішеними постають певні аспекти загальної проблеми. По-перше, це концептуальна невизначеність базових категорій: потребують суворого поняттєвого уточнення та експлікації в межах означеного дискурсу самі феномени «ефективності» та «нелінійності», а також цілісна концептуалізація конструкту «іманентне самоздійснення». По-друге, категоріальні прогалини в архітектоніці ефективної дії: поза увагою дослідників часто залишається інтеграція та визначення точного місця таких засадничих складових, як досвід, реальність та тілесність, що заважає їх обґрунтуванню як фундаменту для побудови релевантних форм філософії ефективної дії (зокрема, «турботи про себе» М. Фуко, людиновимірною кайдзен чи інших практик виробництва суб'єктивності).

Важливість та актуальність вирішення цих питань зумовлена тим, що без чіткої концептуалізації зазначених прогалин неможливо подолати кризу антропологічного вигорання в сучасному соціокультурному просторі. Відсутність інтегрованої моделі, де тілесність і досвід поєднуються з потенціалом ситуації, обмежує розвиток практичної філософії та не дозволяє сформувати дієві стратегії суб'єктивації, спроможні протистояти викликам сучасної епохи. Заявлене дослідження спрямоване на заповнення вказаних методологічних та теоретичних лакун. Наш потенційний внесок полягає у розробці інтегративного теоретичного підходу, який дозволить поєднати екологічну онтологію із практиками виробництва суб'єктивності. Завдяки розширенню концептуальної бази та залученню досвіду людиновимірною

кайдзен і фукольдінської парадигми «турботи про себе», робота пропонує нове, поглиблене розуміння філософії ефективної дії. Це дозволить заповнити наявні теоретичні розриви, обґрунтувати наукову новизну пропонованого підходу та визначити його чітке місце в ширшому контексті сучасної філософської антропології та екософії.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Актуальність і логіка подолання виявлених концептуальних прогалин зумовлюють необхідність комплексного переосмислення антропологічних та онтологічних засад сучасної практичної філософії. Тож метою статті є теоретичне обґрунтування та концептуалізація філософії ефективної дії в умовах нелінійного, екологізованого соціокультурного простору шляхом інтеграції категорій досвіду, реальності й тілесності у парадигму іманентного самоздійснення людини.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити такі наукові завдання:

1. Здійснити поняттєву експлікацію та уточнення змістовного наповнення категорій «ефективність» та «нелінійність» у контексті сучасної екософської думки.
2. Концептуалізувати авторську конструкцію «іманентне самоздійснення» як філософську та практичну альтернативу антропологічному вигоранню і логоцентричному «штурму».
3. Обґрунтувати онтологічний статус досвіду, реальності та тілесності як фундаментальних засад для розгортання релевантних форм філософії ефективної дії.
4. Проаналізувати та інтегрувати конкретні практики виробництва суб'єктивності, зокрема фукольдінську парадигму «турботи про себе» та людиновимірний кайдзен, у загальну архітектоніку ненасильницького розвитку подій за Ф. Жульєном.

Виклад основного матеріалу дослідження. На сьогодні філософія ефективної дії (праксеологія) є фундаментом світового менеджменту. Західні системи КРІ втілюють її через орієнтацію на вимірюваний результат. В Японії та Південній Кореї управлінська парадигма реалізувалася в концепціях Lean та Кайдзен, де ефективність – це створення цінності для споживача через безперервні малі кроки. ІТ-організації застосовують методології Agile та Scrum – ітераційні моделі дії в умовах невизначеності, які замінюють тривале планування швидкими циклами зворотного зв'язку.

Проте логіка «голої ефективності» постає перед екологічними, етичними та екзистенційними викликами. Сучасна праксеологія має фокусуватися на здатності особистості бути ефективною для самої себе, особливо під час криз. Як міждисциплінарна галузь, що інтегрує етику, логіку та стратегічне управління, філософія ефективної дії поєднує три аспекти. У праксеологічному вимірі дія розуміється як свідоме прагнення замінити поточний стан буття більш задовільним, де вибір пов'язаний із ціною можливості. Оптимальний аспект передбачає застосування принципу найменшого зусилля – пошук оптимальної траєкторії замість максимальної напруги. А от епістемічний аспект втілюється в «епістемічній смиренності» – визнанні обмеженості власних знань і побудові системи швидких помилок для оперативного коригування.

Стратегічно філософія ефективної дії традиційно маркується двома парадигмами [11]: західна модель («модель архітектора») орієнтована на жорсткий план і силове підпорядкування обставин; східна (концепція у-вей) – на використання потенціалу ситуації та інерції обставин через неагресивне залучення до природного плину процесів.

Утім, класичне розрізнення «плану» та «обставин» виявляє обмеженість, оскільки спирається на лінійну каузальність. Сучасна криза суб'єктивності, затиснутої між технологічним тиском та планетарними змінами, змушує

переосмислити характер реальності. Коли людська тілесність та техно-природне середовище переплітаються, виникають нові топології досвіду, що виключають детермінізм. Це зумовлює вихід за межі традиційного менеджменту до аналізу фундаментальної нелінійності, концептуальні варіанти якої пропонують Фелікс Гваттарі, Бруно Латур та Тімоті Мортон.

Перший крок до деконструкції лінійної праксеології здійснює Фелікс Гваттарі (зокрема у співавторстві з Жилем Делезом). У його концепції нелінійність постає онтологічною характеристикою буття, що описується через знамениту метафору ризоми (кореневища). На відміну від ієрархічних «деревоподібних» моделей із жорсткою каузальністю, ризоматична дія розвивається в усіх напрямках одночасно через рухливі зв'язки. Людське несвідоме для Гваттарі – це динамічна «фабрика бажання», що генерує непередбачувані шизопотоки. Ефективність тут перетворюється на здатність суб'єкта підключатися до потоків становлення (*becoming*), не намагаючись їх заблокувати чи каналізувати в рамки продуктивності.

У праці «Три екології» Ф. Гваттарі артикулює концепт екософії, яка інтегрує три реєстри: навколишнє середовище (екологія довкілля), соціальні інститути (соціальна екологія) та людську психіку (психічна екологія). Будь-яка локальна дія в одному з них спричиняє нелінійні ефекти в масштабах біосфери, запускаючи мікромутації повсякденності: «Соціальна екософія полягатиме у розвитку специфічних практик, які модифікуватимуть та перевинаходитимуть те, як ми живемо у парах чи в сім'ї, в урбаністичному контексті чи на роботі тощо... Замість того щоб чіплятися за загальні рекомендації, ми впроваджуватимемо ефективні практики експериментування як на мікросоціальному рівні, так і у ширшому інституційному масштабі... Зі свого боку, ментальна екософія спонукатиме нас перевинаходити ставлення суб'єкта до тіла, до фантазму, до плину часу...» [1, р. 34–35]. Відтак, екософська нелінійність вимагає відмови від телеологічного часу на користь

процесуальності. Ефективним стає не той, хто сліпо реалізує «план архітектора», а той, хто напрацьовує суб'єктивну пластичність для експериментування з потоками реальності «тут-і-тепер». До речі у філософії Жилья Делеза ця відкритість витлумачується через онтологію чистої події, яка передуює суб'єктивності. За Делезом, подія – це: «...те, що може бути виражене будь-яким вираженням, або здійснене будь-яким здійсненням, – *Eventum tantum*, якому тіло й душа намагаються бути рівними, але яке ніколи не припиняє відбуватися і ніколи не перестає чекати на нас: чиста віртуальність і можливість, світ на кшталт стоїчного Безтілесного, чистий предикат. Як сказав би китайський (або японський) філософ, світ – це Коло, чистий «резерв» подій, які актуалізуються в кожному «я» і здійснюються в речах одна за одною» [14, р. 105–106]. Саме тому екософське експериментування є не волюнтаристським актом підкорення світу, а мистецтвом ставання «рівним» цій віртуальній повноті подій, що актуалізуються у кожній точці життєвого досвіду.

Наступний крок у децентрації лінійної праксеології пов'язано з концепцією Бруно Латура, який деконструє нелінійність через критику «модерної асиметрії» – штучного поділу світу на «Природу» (об'єкт) та «Культуру» (суб'єкт). У праці «Ми ніколи не були модерними» філософ доводить, що європейська цивілізація ніколи не розвивалася в межах лінійного, прогресивістського вектору. Натомість реальна практика завжди продукувала гібридні зони, де людське і не-людське нерозривно переплетені: «Щойно ми визнаємо історичність за усіма акторами, аби дати простір розмноженню квазіоб'єктів, Природа та Суспільство втрачають право на існування так само, як Захід та Схід. Вони перетворюються на зручні й відносні точки відліку, які модерністи використовують для диференціації посередників – одних із них називають «природними», інших «соціальними», ще інші таврують як «суто природні» чи «суто соціальні», а деякі вважають «не лише» природними, «але й» трохи соціальними» [2, р. 85].

Суть латуріанської нелінійності розгортається в межах плоскої онтології акторно-мережевої теорії (ANT): замість вертикальних ієрархій Латур пропонує модель мереж, де на рівних правах діють людські та не-людські агенти – актанти (артефакти, мікроби, географічні об'єкти). Будь-який праксеологічний результат конструюється «тут-і-тепер» через складні альянси. У цій оптиці об'єктивізація постає як динамічний процес стабілізації зв'язків усередині мережі, де кожен елемент чинить опір або трансформує дію іншого. Сама реальність є плоскою структурою, яку речі й люди спільно конституують: «Природа та Суспільство – це не дві протилежні трансцендентності, а одна й та сама сутність, яка виростає з роботи медіації. З іншого боку, іманентність «природотворних природ» та колективів відповідає одному єдиному регіону: регіону нестабільності подій, регіону роботи медіації» [2, р. 87–88]. У пізніх працях Латур переносить цей підхід на глобальний рівень, описуючи Землю як нелінійну систему зворотних зв'язків. Живі й неживі організми тут активно модифікують умови існування, що виключає детерміністичну логіку «план – результат», а людська діяльність опиняється всередині чутливого середовища, де кожен крок відлунює непередбачуваними контрдіями планетарної мережі.

Завершальний крок у децентрації суб'єкта здійснює Тімоті Мортон крізь призму концепту гіпероб'єктів – сутностей, що настільки масивно розподілені в просторі й часі, що людський розум не здатний досягнути їх у межах лінійної логіки (кліматична криза, пластик, радіоактивні елементи) [3, р. 1]. Ці масивні сутності «викривлюють» простір і час, унеможливаючи позицію зовнішнього спостерігача. Людина виявляється іммерсивно «вписаною» всередину цих систем, бо як писав Мортон: «Що більше я силкуюся зрозуміти гіпероб'єкти, то виразніше виявляю, що я буквально прилип до них. Вони всюди на мені. Вони і є я. Я почуваюся як Нео в «Матриці», який із жахом і подивом підносить до обличчя свою руку, вкриту дзеркальною речовиною, на

яку щойно розчинилася клямка, поки його віртуальне тіло починає розпадатися. «Об'єкти у дзеркалі ближче, ніж здаються». Саме дзеркало стало частиною моєї плоті. Або, точніше, я став частиною плоті дзеркала, яка повсюдно відображає гіпероб'єкти. Я наочно бачу дані про ртуть та інші токсини у власній крові» [3, р. 28]. Ця тотальна включеність руйнує модерний час. У Мортоні нелінійність структурується навколо концепту петлі (The Loop), а екологічна свідомість антропоцену виявляється рефлексивною та травматичною: що більше ми дізнаємося про світ, то сильніше змінюється сприйняття минулого й майбутнього. Причинно-наслідкові зв'язки, на яких базувався лінійний менеджмент, постають лише поверхневими проявами глибинних онтологічних взаємодій між людськими та не-людськими сутностями.

Підсумовуючи, у Гваттарі нелінійність є підривною (через потік бажання); у Латура – прагматичною та структурною (через функціонування мереж гібридів); у Мортоні – естетичною та феноменологічною (через шок розуму перед колосальним не-людським світом). Ця фундаментальна нелінійність демонструє послідовне розмивання меж класичного праксеологічного суб'єкта. Якщо у Гваттарі діяльність деконструюється через внутрішні психічні потоки, а у Латура – через прив'язку до матеріальних актантів, то у Мортоні вона остаточно поглинається масштабом планетарних об'єктів. Проте нелінійність має два масштаби. Суб'єктивна (внутрішня) нелінійність людини є простором свободи, творчості та гнучкої адаптації. Об'єктивна (зовнішня) нелінійність гіпероб'єктів є нелінійністю систем, принципово неспівмірних з людиною, що функціонують за законами синергетики (так званий «ефект метелика»). Зустріч цих масштабів відбувається в тілесності, причому сама тілесність постає як гіпероб'єкт у нерозривній тріаді «тілесність – досвід – реальність», бо лише вона створює основу для виробництва суб'єктивності [15, с. 42].

Сам Мортон не розглядав елементи тріади «тілесність – досвід – реальність» як гіпероб’єкти, проте у контексті нашого дослідження така інтерпретація є продуктивною. За базовими характеристиками гіпероб’єктів (в’язкість, плавлення (нелокальність), часова хвилястість, фазовий простір та інтер’єктивність) [3, р. 1] можна проаналізувати кожен складову цієї зв’язки як фундаменту суб’єктивності. З-поміж них саме тілесність повноцінно виявляє риси гіпероб’єкту. В’язкість присутня, оскільки ми є тілесними, і навіть у віртуальній реальності «прожите тіло» залишається невіддільною точкою відліку досвіду. Плавлення (нелокальність) теж наявне, бо соматика сучасної людини виходить за межі анатомічної шкіри, розчиняючись у мережесітневих інтерфейсах, протезах та алгоритмах («розширене тіло»). Часова хвилястість виявляється через закоріненість тілесності в мільярдах років еволюції й одночасну її спрямованість у майбутнє через біотехнологічні модифікації та кіборгізацію. Фазова просторовість також має місце, вона проявляється у різних вимірах (як анатомічний об’єкт, феноменологічний досвід, соціальний конструкт чи цифровий аватар), але жоден зріз не вичерпує її повністю. Нарешті, інтер’єктивність присутня, оскільки тілесність виникає на стику біологічних клітин, гравітації, культурних табу, мови та гаджетів. Тож концептуалізація тілесності як гіпероб’єкта виводить нас за межі класичної антропології, перетворюючи її на масштабний онтологічний феномен. Це дозволяє осмислити «постлюдський» поворот і пояснює, чому в епоху віртуалізації тіло стає тривожно всюдисущим (гіперприсутнім).

Натомість реальність і досвід при спробі інтерпретації їх як гіпероб’єктів потрапляють у парадоксальну позицію. Гіпероб’єкт завжди є конкретним, нехай і колосальним, об’єктом [3, р. 2], а реальність як абстракція чи сума всього не може бути гіпероб’єктом у класичному розумінні, адже це було б логічною помилкою. Проте цифрова реальність, згенерована кодом і серверами, виявляє «фазовість» та «інтер’єктивність», поглинаючи фізичний простір.

Тому в епоху антропоцену наше переживання реальності набуває ознак гіпероб'єкта: воно втрачає локальність, стає в'язким і нелінійним.

Досвід у цій системі виявляється скоріше естетичним проявом або ефектом викривлення, яке гіпероб'єкт спричиняє в тілесності. За Мортоном, гіпероб'єкти настільки масивні, що унеможливають трансцендентні стрибки «за межі»: «Гіпероб'єкти є реальними незалежно від того, думає про них хтось чи ні... гіпероб'єкти покладають край самій можливості трансцендентних стрибків «за межі» фізичної реальності. Гіпероб'єкти змушують нас визнати іманентність мислення щодо фізичного» [3, р. 2]. У цьому контексті індивідуальний досвід є локальною точкою, де нелокальний гіпероб'єкт (реальність) «доторкається» до людського тіла, створюючи відчуття пастки. Однак якщо поглянути на це масштабніше – як на сукупний, біотехнологічно опосередкований досвід виду в геологічному часі, – ця глобальна матриця набуває рис гіпероб'єкта. Тілесний досвід втрачає затишок локального «тут-і-тепер» і стає в'язким, а саме тіло перетворюється на мембрану, що реєструє коливання антропоцену та технологічного тиску.

Саме тому у контексті деконструкції класичного логоцентризму особливого значення набуває онтологія тілесності Жан-Люка Нансі, який переосмислює соматичний досвід через призму «екскрипції» (*exscription*) та розімкненості буття. Для мислителя тіло постає як чисте місце перебування (*locus*), межа та розрив у щільності думки: «Тіло є само-відбуттям – тією мірою, якою воно розділяється-зміщується безпосередньо тут, від цього самого «тут». Інтимність тіла експонує чисту не-самість як те відхилення та відбуття, яким воно власне і є... Саме тому «експозиція» надто далека від того, щоб означати просте розгортання певної поверхні. Сама ця протяжність експонує інші пласти – як-от, наприклад, *partes extra partes*, що постає сингулярним розчленуванням «п'яти чуттів»» [8, р. 33–34]. У такий спосіб соматичне постає самим простором екстеріоризації, де буття виставляє себе назовні. У праці

«Corpus» філософ наголошує на незводимості тілесного до семіотичного кодування: тіло є фактом радикальної присутності, що чинить опір абстрактному моделюванню. Звідси випливає праксеологічний висновок Нансі про доторк (*tact*) як ненасильницьку взаємодію: «[Дотик]... не відсилає до якоїсь безпосередності, що передує чуттю чи виходить за його межі. Навпаки, він є самою межею чуття – і межею чуття, взятого в усіх його значеннях, кожне з яких здійснює прорив в інше...» [8, р. 43]. Відтак зустріч із чужою тілесністю вимагає призупинення теоретичного тиску перед таємницею Іншого. Тілесність у Нансі перетворюється на онтологічну подію, яка оприявнює себе як первинна нелінійна умова співіснування. Тіло є досвідом зіткнення, торкання та оголеності перед світом – чистою розімкнутістю, межею, що перебуває «ззовні», у стані постійного торкання до інших тіл.

В підсумку тут варто зазначити, що коли класичний менеджмент («гола ефективність») намагається ігнорувати нелінійність і вимагає від тіла безперервної продуктивності, відповіддю стає соматичний та психічний збій. Прямим соціо-філософським діагнозом цієї системи є концепція «суспільства вигорання» Хан Бюн-Чхоля. Філософ пропонує радикальний погляд на те, як прагнення до продуктивності паралізує людську волю. Хан спирається на ідеї Мішеля Фуко, але стверджує, що ми вже перейшли межу. Якщо раніше суб'єкт обмежувався зовнішніми заборонами («Ти не повинен»), то сьогодні він керується внутрішньою установкою «Я можу». Свобода робити все парадоксально перетворюється на самоексплуатацію, призводячи до депресії: «Скарга депресивного індивіда «Нічого не можливо» може виникнути лише в суспільстві, яке вважає, що «Немає нічого неможливого». Стан, коли людина більше-не-змога-могти, призводить до руйнівного самозвинувачення та автоагресії. Суб'єкт досягнень опиняється у стані війни з самим собою. Депресивна людина – це той, хто був поранений цією інтерналізованою (внутрішньою) війною. Депресія – це хвороба суспільства, яке потерпає від

надмірної позитивності. Вона відображає людство, що веде війну проти самого себе» [9, р. 11]. У гонитві за віддачею людина втрачає здатність до споглядання. Справжня «ефективна дія» неможлива без паузи, тому Хан проголошує *vita contemplativa* на противагу гіперактивності: «Термін *vita contemplativa* покликаний викликати не ностальгію за світом, де існування від початку почувалося як удома. Натомість він пов'язаний із досвідом буття, в якому те, що є прекрасним і досконалим, не змінюється і не минає, – станом, який вислизає від будь-якого людського втручання. Базовим настроєм, що його вирізняє, є замилювання тим, якими речі є у своєму так-бутті [*So-Sein*], що не має нічого спільного із прагматичністю чи процесуальністю» [9, р. 14]. Цей стан замилювання Ханом мислиться не як пасивна слабкість, а як прояв «негативної потенції» – справжньої сили, що полягає у здатності утримуватися від дії та чинити опір функціональному тиску. Проте в сучасному соціумі ця здатність нівелюється, і на зміну спогляданню приходять «мультизадачність» – специфічна форма розсіяної уваги, що робить дію поверхневою: «Ставлення до часу та навколишнього середовища, відоме як «багатозадачність» [мультизадачність], не є ознакою цивілізаційного прогресу. Люди в пізньомодерному суспільстві праці та інформації – не єдині, хто здатний до багатозадачності. Навпаки, така здатність тотожна регресу. Багатозадачність є буденною практикою серед диких тварин. Це техніка уваги, яка є незамінною для виживання в умовах дикої природи» [9, р. 12].

Більше того, ефективність у цифровому світі вимагає тотальної «прозорості», яка постає як насильницька спроба ліквідувати «екскрипцію» Нансі, тобто позбавити тіло його права на таємницю та автономну відмову від кодування: «[Тіло] не є тим, що ми пишемо, – натомість тіло завжди є тим, що письмо екскрибує..., воно залишається тим іншим краєм, який інскрипція (вписування)... вперто продовжує вказувати як свій власний-інший край» [8, р. 87]. За умов надміру інформації соматична дія стає імпульсивною, проте

керованою алгоритмами. Кінцевим продуктом такої «ефективності» є втома, яка фіксується на фізіологічному рівні. Але це не «цілюща втома» спільної праці, а «ізолювана втома», яка спустошує суб'єкта: ««Я-втома», як поодинокі (ізолювана) втома, є безсвітною та світодеструктивною; вона анігілює будь-яке відсилення до Іншого на користь нарцисичного самовідсилення»» [9, р. 36]. Сама «в'язкість» тілесності тут обертається проти людини: «насильство досягнення» виявляється системним – воно народжується всередині суб'єкта, який прагне бути ефективним, поки не знищить власну психосоматичну основу.

Отже, гіперактивна продуктивність без рефлексії є лише прискореним соматичним самознищенням. Навпаки, автентична дія потребує часу, який з погляду менеджменту є «непродуктивним»: «Лише завдяки негативному засобу зупинки (паузи) суб'єкт дії спроможний до кінця виміряти (осягнути) сферу контингентності, яка залишається абсолютно недоступною, коли людина перебуває у стані чистої активності» [9, р. 22]. Тому мистецтво жити в епоху антропоцену полягає в тому, щоб повернути соматичному суб'єкту право на тишу та паузу – повернення у власну нелінійну тілесність. З огляду на це, центральною постає проблема виробництва суб'єктивності в умовах суспільства вигорання. Впровадження концепту «виробництва суб'єктивності» (Ж. Делез, Ф. Гваттарі) дозволяє наголосити, що людський досвід є результатом певних «технологій» або практик. Суб'єкт безперервно виробляє себе через специфіку своїх дій. В умовах суспільства досягнення це виробництво кооптоване капіталістичним менеджментом. Відтак завдання полягає у запуску альтернативного, суверенного виробництва суб'єктивності, яке б спиралося на екологію соматичного спокою.

Альтернативою «насильству досягнення» та вигоранню є модель ненасильницького буття Франсуа Жюльєна. У праці «Трактат про ефективність» він пропонує соматичну терапію через природне розгортання

подій. Деконструюючи європейський «ефект» через латинське *efficere* («справджувати»), Жюльєн протиставляє західне волюнтаристське моделювання результату (*effect*) китайському процесуальному здійсненню: «Сам концепт ефекту є водночас занадто негнучким і занадто вузьким. Ефект занадто відірваний від загальної процедури, що його породжує, він є надто пласким результатом; і як такий він є занадто помітним і демонстративним (аж до того, що може здаватися штучним – як-от коли йдеться про прагнення створити «ефекти» в музиці чи поезії, або коли говорять про «прекрасний ефект». Такий ефект є водночас занадто театральним і занадто технічним)» [11, р. 120]. В основі китайського світогляду лежить резонанс *гань-ін* – взаємодія імпульсу та відгуку без насильницького втручання суб'єкта. Категорія «дієвості» тут точніша за «результативність», бо фіксує силу самого процесу, а не його фінал: «Дієвість, натомість, є ефектом, який усе ще залишається порожнім, а тому схильним до власного розгортання. Це ефект у дії, у русі, і саме тому він ніколи не є повністю явленням – йому ніби чогось бракує, але водночас він є невичерпним. Китайська думка ніколи не припиняла спроб досягнути цю здатність до дієвості... Натомість питання, яке вона ставила, полягало в тому, як реальність настає, як вона «працює» (поняття *юн*) і робить себе «життєздатною» (шляхом саморегуляції: *дао*). Адже, будучи постійно підвладною власним афектам та їх відгукам (*гань-ін*), реальність ніколи не перестає ставати дієвою: хоча вона ніколи не припиняє розгортатися, і саме тому, що вона є когерентною та впорядкованою, реальність ніколи не зупиняється у своєму настанні й ніколи не може бути вичерпана» [11, р. 120–121]. Це протистоїть західній деміургічній моделі виробництва за планом: китайський підхід фокусується на самозародженні й визріванні ситуації, де ефект потенційно присутній у процесі. Жюльєн переходить від прямої дії до дієвості, що впливає з «потенціалу ситуації» (*ши*).

Отже компаративістський аналіз змінює семантику ефективності: це не економічна оптимізація, а інтеграція в потік реальності без волюнтаристського тиску: «З європейського боку єдиний аналог цієї ідеї потенціалу, який спадає мені на думку – це приклад, наданий механікою: те, що вона називає «потенційною енергією ситуації» (у фізичному, а не моральному сенсі, як це використовується в науковій теоремі, що застосовується до вироблення кінетичної енергії, а не як правило для спрямування людської поведінки)» [11, р. 18]. Деконструючи європейське підкорення природи, філософ представляє світ як потік взаємодій. Західна наука відкрила «потенціал» лише як фізичну абстракцію (як в механіці), тоді як китайська думка перетворила його на життєву практику в потоці обставин. Це обґрунтовує нову екологічну етику вбудовування людини в життєві цикли і стає вихідною точкою у концептуалізації іманентного самоздійснення як філософської та практичної альтернативи антропологічному вигоранню і логоцентричному «штурму». Тож іманентне самоздійснення постає як екологічна та соматична стратегія безперервного виробництва суб'єктивності, що полягає у відмові від зовнішнього волюнтаристського тиску («наси́льства дося́гнення») на користь ненасильницької дієвості, яка розгортається через синхронізацію внутрішнього досвіду, розімкненої тілесності та життєвих циклів реальності.

Таблиця 1

Порівняльний аналіз праксеологічних парадигм

Вимір	Західна модель («Насильство досягнення»)	Модель іманентного самоздійснення
Характер дії	Волюнтаристський, деміургічний, лінійний штурм.	Іманентний, непрямий, процесуальний рух.
Мета	Статичний, уречевлений результат (<i>effect</i>).	Динамічне визрівання ситуації (<i>effectivity</i>).
Механізм	Вольове насильство над власною тілесністю.	Резонанс (<i>гань-ін</i>) між імпульсом і відгуком.

Стан суб'єкта	Антропологічне вигорання, соматичне самознищення.	Тілесна безпека, безперервне самозбирання.
---------------	---	--

Джерело: власна розробка автора.

За моделі іманентного самоздійснення виробництво суб'єктивності спирається на три взаємопов'язані виміри: соматичний базис, коли тілесність постає як простір опору; технологію суб'єктивності, коли досвід діє як динамічне самозбирання; та екологічний контекст, коли реальність експлікується як іманентний потік. Бути ефективним тепер означає бути життєздатним. Ненасильницька ефективність у виробництві власної суб'єктивності полягає в тому, щоб дозволити подіям і власному «Я» визрівати природно, захищаючи тіло від вигорання через легітимізацію пауз, рефлексії та права на так зване «не-діяння».

Пошуки релевантних стратегій іманентного самоздійснення, які забезпечують формування ненасильницьких способів буття, логічно актуалізують пізній доробок Мішеля Фуко (зокрема, його концепт «турботи про себе» – *epimeleia heautou*) та людиновимірну концепцію кайдзен. У такій оптиці робота з власною тілесністю та свідомістю постає не інструментом досягаторства, а етичною практикою формування стійкості перед вимогами системи. Фуко розмежовує «метафізичну» версію «турботи про себе» (турбота про душу в лінії Платона) та «біотичну» (турбота про життя, гранично втілена у кініків) [16, р. 15–18]. Цей догляд передбачав комплекс процедур, що структурували весь життєвий час суб'єкта. Як зазначав Мішель Фуко, «турбота про себе» «... наповнена вправами, практичними завданнями, різними видами діяльності. Турбота про себе – це не засіб для відпочинку. Слід враховувати догляд за тілом, оздоровчий режим, фізичні вправи без перенапруження, ретельно виміряне задоволення потреб. Є роздуми, читання, нотатки, які людина робить над книгами чи розмовами, які почула, нотатки, які пізніше

читає знову, пригадування істин, які ти вже знаєш, але які потребують повнішої адаптації до власного життя. Так, Марк Аврелій наводить приклад «відступу в себе»: це тривале зусилля, під час якого знову активуються загальні принципи та наводяться аргументи, які переконують людину не дозволяти собі злитися на інших, на провидіння чи на речі. Є також розмови з довіреною особою, з друзями, з провідником або керівником. Додайте до цього листування, в якому хтось розкриває стан своєї душі, просить поради, дає пораду кожному, хто її потребує, – що, з цього приводу, є корисною вправою для того, хто дає, якого називають наставником, оскільки він таким чином актуалізує це для себе» [12, р. 51]. Відтак, повсякденні соматичні та ментальні практики постають активним мистецтвом існування, що закладає засади для автохтонного виробництва суб'єктивності всупереч зовнішньому тиску інструментальної ефективності.

Людиновимірний кайдзен, у свою чергу, заперечує радикальну інноваційну перебудову (західний волонтаризм) на користь постійних, майже непомітних трансформацій, відкидаючи виснажливу логіку штурму задля органічної еволюції. У перекладі з японської «кай» (зміна) та «дзен» (добро/мудрість) означає «зміни на краще». На відміну від західних моделей, кайдзен як управлінська філософія базується на накопичувальному ефекті: «Менеджмент повинен навчитися впроваджувати певні базові концепції та системи, щоб реалізувати стратегію кайдзен: кайдзен і менеджмент, процес проти результату (орієнтація на процес, а не лише на результат), дотримання циклів «плануй – роби – перевіряй – дій» (PDCA) / «стандартизуй – роби – перевіряй – дій» (SDCA), пріоритет якості (якість насамперед), спиратися на факти (говорити мовою даних), наступний етап процесу – це твій клієнт» [17, р. 2–3]. Тобто вірно налаштований процес гарантує неминучість результату, а помилка стає лише приводом для вдосконалення алгоритму. Замість очікування ідеального моменту для великого стрибка пропонується стратегія

малих кроків (ставати на 1% краще щодня). Важливим є також принцип гемба – прийняття рішень безпосередньо на місці дії: «Гемба (gemba) означає «реальне місце» – місце, де відбуваються справжні дії. Японці використовують слово «гемба» у своєму повсякденному мовленні. Щоразу, коли в Японії стається землетрус, телерепортери з місця подій кажуть, що вони «ведуть репортаж із гемба». Гемба може бути будь-яким робочим місцем, місцем злочину, знімальним майданчиком або навіть зоною археологічних розкопок. Гемба – це місце, де вирує дія і де можна знайти реальні факти» [17, р. 13].

Заземлений у повсякденність, кайдзен переростає межі корпоративної стратегії й постає як персональна техніка іманентного самоздійснення, знаменуючи перехід від статичного «буття» до динамічного «становлення» через повернення до своїх даоських і дзенських витоків. В інтерпретації Роберта Маурера кайдзен пропонує шлях розвитку не через насильство над власною волею, а через м'яку еволюцію, що адаптується під реальний психоемоційний стан людини й знімає почуття провини за «неідеальність». Автор пропонує трансформувати інструменти менеджменту в особистісні практики: «Малі дії становлять основу більшості програм змін у системі кайдзен з очевидної причини: хоч би як ретельно ви готувалися чи практикували малі запитання та малі думки, врешті-решт вам доведеться вийти на арену дій. Це однаково справедливо незалежно від того, чи плануєте ви відкрити власну справу, чи наважуєтеся на складну розмову з кимось із членів родини. Але оскільки це кайдзен, ваші перші кроки будуть надзвичайно малими – настільки малими, що можуть здатися вам дивними чи навіть безглуздими. І це цілком нормально. Почуття гумору дуже допомагає, коли ви намагаєтеся змінити своє життя» [13, р. 99]. Замість деструктивного запитання «Як повністю змінити життя?», мозок програмується мінімальною дією, що дозволяє звикнути до нової поведінки без стресу. Наступні кроки стають настільки простими, що в них неможливо зазнати невдачі, допомагаючи

фіксувати й виправляти дрібні негаразди до появи життєвої кризи. Таким чином, іманентне самоздійснення у філософії кайдзен постає не як насильницьке завоювання абстрактного життєвого ідеалу, а як екологічний і безперервний процес самостановлення, у якому розгортання внутрішнього потенціалу гармонійно узгоджується з людською вразливістю через щоденну мікротворчість найменших кроків.

Висновки. У межах дослідження здійснено комплексний філософський аналіз праксеологічної кризи сучасної культури й децентрації суб'єкта, а також обґрунтовано модель іманентного самоздійснення як альтернативу інструментальному прагматизму й системному вигоранню. Для досягнення мети – теоретичного обґрунтування філософії ефективної дії в умовах нелінійного, екологізованого соціокультурного простору через інтеграцію категорій досвіду, реальності й тілесності у парадигму іманентного самоздійснення – розв'язано низку завдань. Передусім через поняттєву експлікацію категорій «ефективність» та «нелінійність» в екософському контексті показано обмеженість класичного модерного волюнтаризму. Виявлено, що в умовах антропоцену лінійні показники продуктивності призводять до психосоматичного збою суб'єкта та його системного вигорання. Концептуалізовано авторський конструкт «іманентне самоздійснення» як альтернативу антропологічному вигоранню і логоцентричному «штурму», що забезпечує перехід до екологічного саморозгортання суб'єкта. Визначено онтологічний статус досвіду, реальності та тілесності; крізь призму онтології Т. Мортон та Ж.-Л. Нансі тілесність трактується як простір екскрипції та первинного соматичного опору інструментальному кодуванню. Нарешті, фукольдіанську парадигму «турботи про себе» та людиновимірний кайдзен інтегровано в архітектоніку ненасильницького розвитку подій у логіці Ф. Жюльєна. Доведено, що ці мікростратегії зміщують фокус із силового



«досягаторства» на розкриття потенціалу ситуації та збереження життєздатності людини.

Теоретичне значення результатів полягає в розширенні понятійного апарату філософської антропології та соматичної екології завдяки поєднанню західних постструктуралістських концептів із далекосхідними традиціями. Практична цінність пов'язана із можливістю застосування моделі в екології культури, психотерапії, соматиці та при розробці етичних стандартів праці в цифровому суспільстві. Окремо наголошено на поверненні людині права на «не-діяння», паузу та соматичну автономію для подолання цивілізаційної кризи вигорання.

Попри цілісність, робота має обмеження. Теоретичні межі зосереджені на деконструкції європоцентричного праксеологічного дискурсу, що залишає поза увагою певні незахідні системи (наприклад, африканську філософію Убунту чи латиноамериканську концепцію Buen Vivir). Також взаємодія тілесності з гіпероб'єктами спирається на феноменологічний опис і потребує емпіричної верифікації в клінічних практиках. З огляду на це окреслено наукові питання для майбутніх розвідок у межах цієї теми. Передусім це стосується перспектив крос-культурного розширення через порівняльний аналіз моделі іманентного самоздійснення з іншими корінними онтологіями Глобального Півдня для формування, наприклад, плюриверсальної екологічної етики. Також варто глибше дослідити техносоматичний вимір: як цифрові інтерфейси, штучний інтелект та технології біоакінгу трансформують межі «прожитого тіла» (Leib) та впливають на здатність суб'єкта до автономної «турботи про себе». Нарешті, актуальною постає потреба розвитку прикладної праксеології, а саме – розробки та тестування мікрометодологій людиноорієнтованого кайдзену в корпоративній культурі для запобігання професійному вигоранню без втрати загальної життєздатності організаційних систем.

Список використаних джерел:

1. Guattari F. The Three Ecologies / trans. by I. Pindar, P. Sutton. London ; New York : Bloomsbury Academic, 2000. 175 p.
2. Latour B. We Have Never Been Modern / trans. by C. Porter. Cambridge : Harvard University Press, 1993. 168 p.
3. Morton T. Hyperobjects: Philosophy and Ecology after the End of the World. Minneapolis ; London : University of Minnesota Press, 2013. 240 p.
4. De Landa M. Intensive Science and Virtual Philosophy. London : Continuum, 2002. 232 p.
5. Морен Е. Втрачена парадигма: Природа людини / пер. з фр., вступ, післямова М. Собуцького. Київ : КАРМЕ-СІНТО, 1995. 208 с.
6. Гуссерль Е. Криза європейських наук і трансцендентальна феноменологія. Вступ до феноменологічної філософії / пер. з нім. Р. Скакуна. *Філософська думка*. 2002. № 3. С. 134–149.
7. Мерло-Понті М. Феноменологія сприйняття / пер. з фр., післямова та прим. О. Йосипенко, С. Йосипенко. Київ : Український Центр духовної культури, 2001. 552 с.
8. Nancy J.-L. Corpus / trans. by R. A. Rand. New York : Fordham University Press, 2008. 177 p.
9. Han B.-C. The Burnout Society. Stanford : Stanford University Press, 2015. 72 p.
10. Singer P. The Most Good You Can Do: How Effective Altruism Is Changing Ideas About Living Ethically. New Haven ; London : Yale University Press, 2015. 232 p.
11. Jullien F. A Treatise on Efficacy: Between Western and Chinese Thinking / trans. by J. Lloyd. Honolulu : University of Hawaii Press, 2004. 204 p.

12. Foucault M. History of sexuality. Vol. 3 : The Care of the Self / trans. by R. Hurley. New York : Pantheon Books, 1986. 280 p.
13. Maurer R. One Small Step Can Change Your Life: The Kaizen Way. New York : Workman Publishing, 2014. 228 p.
14. Deleuze G. The Fold: Leibniz and the Baroque / foreword and trans. by T. Conley. London : The Athlone Press Ltd, 1993. 168 p.
15. Городиська О.М., Тарароєв Я.В. Реальність і досвід у контексті трансгуманістичних ідей. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2025. № 56. С. 41–47. DOI: <https://doi.org/10.32782/apfs.v056.2025.7>
16. Shusterman R. Body Consciousness: A Philosophy of Mindfulness and Somaesthetics. Cambridge ; New York : Cambridge University Press, 2008. 239 p.
17. Imai M. Gemba Kaizen: A Commonsense Approach to a Continuous Improvement Strategy. New York : Random House Business Division ; The McGraw-Hill Companies, 2012. 426 p.