

*Пащенко П.П.,
студент*

*2 курс, факультет кибербезопасности и управления
ФГБОУ ВО, Поволжский Государственный Университет
Телекоммуникаций и Информатики
Россия, г. Самара.*

*Чурашов А.М.,
студент*

*2 курс, факультет кибербезопасности и управления
ФГБОУ ВО, Поволжский Государственный Университет
Телекоммуникаций и Информатики
Россия, г. Самара.*

Научный руководитель: Зайцева Н.В.

АСКЕТИЗМ-ГАРМОНИЯ В МЕЛОДИИ ЖИЗНИ

Аннотация: Статья "Аскетизм-гармония в мелодии жизни" исследует сущность философского аскетизма в современном мире, где потребительство и технологии господствуют. Авторы подчеркивают аскетизм как баланс между самоограничением и духовным развитием, аналогичный гармонии музыкальных аккордов.

В статье рассматриваются аспекты аскетизма, включая духовное совершенствование, экологическую устойчивость, улучшение физического здоровья и сосредоточенность. Также выделяются проблемные стороны аскетического образа жизни, такие как социальное недопонимание, эмоциональная неустойчивость, конфликты ценностей и другие трудности.

Ключевые слова: аскетизм, гармония, технологический бум, поиски, сомнения, интеграция, социальное принятие, потребительство, духовное совершенствование, музыка жизни.

Annotation: *The article "Asceticism - Harmony in the Melody of Life" explores the essence of philosophical asceticism in the contemporary world where consumerism and technology dominate. The authors emphasize asceticism as a balance between self-restraint and spiritual development, similar to the harmony of musical chords.*

The article discusses various aspects of asceticism, including spiritual advancement, ecological sustainability, physical health improvement, and concentration. It also highlights the challenges of an ascetic lifestyle, such as social misunderstanding, emotional instability, conflicts of values, and other difficulties.

Keywords: *asceticism, harmony, technological boom, quests, doubts, integration, social acceptance, consumerism, spiritual growth, music of life.*

Аскетизм в современном мире представляет собой настоящее философское приключение в мире, окутанном потребительством и технологическим бумом. Буд-то урок гармонии в музыке на фоне шумного города. Аскетизм — это выбор пути отказа от материального изобилия в пользу внутреннего богатства и духовного роста. Однако, как и вся философия, аскетизм имеет свои тайны и загадки. Давайте раскроем его главные тайны и преимущества, но и не забудем взглянуть на его проблемные стороны.

Аскетизм представляет собой тонкий баланс между самоограничением и стремлением к духовному развитию. Наподобие гармонии аккордов в музыке, где каждая нота имеет свое место и значение. Самоограничение в удовлетворении физических и материальных потребностей создает гармонию внутри нас. Как будто создание мелодии, где каждая нота важна.

И одной из главных нот аскетизма является духовное совершенствование. Где совершенствование не просто аккорд, а главная мелодия. Медитация и рефлексия помогают обрести внутреннюю гармонию и покой, они словно звуки, которые создают неповторимую атмосферу музыки нашей жизни.

И в этой музыке аскетизма есть своё соло. Экологическая устойчивость — одно из важнейших соло. Сей звук природы, который мы должны слушать внимательно. Сокращение потребления материалов и бережное отношение к природе — та самая гармония, в которой каждый шорох имеет значение.

Но и в этой гармонии есть свои дополнительные аккорды — улучшение физического здоровья. Умеренное и здоровое питание, характерное для аскетического образа жизни, словно тщательно подобранные ноты, создающие прекрасную мелодию нашего здоровья.

И, конечно, в этой музыке есть темпо. Сосредоточенность и производительность — именно тот темп, который определяет ритм нашей жизни. Отказ от избыточных материальных удовольствий позволяет сосредоточиться на важных задачах и целях. Словно тот самый барабан, который несет ритм этой философской музыки.

Однако даже в этой гармонии есть ноты невров. Социальное принятие — нота, которая не всегда звучит в такт. Аскетический образ жизни может вызвать недопонимание и конфликты с потребительским обществом. Наподобие диссонансу в музыке, который требует особого внимания и исправления аккордов.

Представим некоторые ноты невров:

Эмоциональная неустойчивость - переменчивость звучания. Практика аскетизма, особенно при соблюдении строгих режимов и отказе от привычных удовольствий, создает эмоциональные колебания, как изменение тональности музыкального произведения, затрудняя поддержание внутренней гармонии и психологического равновесия.

Конфликты ценностей - диссонанс в гармонии. Аскетизм может вызвать внутренние конфликты между ценностями духовного развития и материальными аспектами жизни, как диссонанс в гармонии музыки, требуя внимательного обдумывания и усилий для примирения.

Физические трудности - аккорды заботы о здоровье. Аскетический образ жизни, включая ограниченное питание и физические практики, представляет собой сложный аккорд заботы о своем здоровье, как тщательно подобранные ноты, требующие внимания и усилий для правильного исполнения.

Сложности в интеграции - диссонанс в социальном хоре. Практика аскетизма может создавать трудности в интеграции с обществом, словно нота, не вписывающаяся в общественный аккорд. Это может вызвать недопонимание, конфликты и чувство отчуждения, аналогичные диссонансу в музыке.

Сомнения и поиски - внутренний диалог музыкальной души. Путь аскетизма сопровождается внутренними сомнениями и философскими поисками, словно сложные ноты внутреннего диалога. Искание смысла жизни, понимание своих убеждений и принципов требует глубокого внутреннего исследования, подобно сложной гармонии музыкального произведения.

Интересно, как нам найти правильные аккорды в этой музыке аскетизма? Одним из ответов является нахождение баланса между духовным и материальным. Наподобие идеального хора, где каждый участник имеет свое место и важность. Стремление к духовности не должно исключать ответственность перед семьей, обществом и собой в плане материальных нужд и обязанностей. Воистину словно гармония голосов в музыке.

Для наглядного примера рассмотрим несколько философов и духовных лидеров, их потери и достижения благодаря аскетизму.



Рис.1. Диоген

Диоген из Синопа проповедовал цинизм и философию, призывавшую к простоте и независимости. Он обрел свободу от материальных благ и общественных норм придерживаясь аскетизма, но в результате потерял комфорт и социальное признание, живя в бочке и ведя аскетический образ жизни.



Рис.2. Святой Франциск

Святой Франциск Ассизский основал орден францисканцев и служил бедным и больным, подчеркивая духовное богатство простоты и милосердия, но в следствии он отрекся от материального богатства своей семьи и обрел бедность как жизненное призвание.

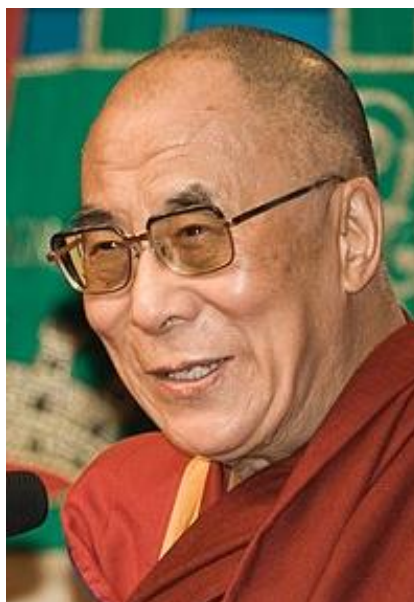


Рис.3. Далай

Далай Лама считается защитником культуры и традиций Тибета. Его лидерство помогло сохранить богатое наследие Тибета и привлечь внимание мира к угнетению тибетского народа. В 1989 году Далай Лама был удостоен Нобелевской премии мира за свои усилия в поиске мирного решения тибетского вопроса и за его приверженность ненасильственному пути. Эта награда подчеркнула его роль как лидера, использующего аскетические принципы для достижения мира и справедливости. Однако для поддержания аскетизма он живет в строгом монастыре, воздерживаясь от многих материальных благ и комфорта современного мира.

Таким образом, аскетизм представляет собой неповторимую музыку нашей жизни. Важно находить в ней свои аккорды, создавать гармонию и искать тот ритм, который будет идеально соответствовать нашему внутреннему музыкальному вкусу. Это настоящее искусство жить в мире, насыщенном звуками и мелодиями. Аскетизм — музыка для тех, кто умеет слушать и понимать глубокие аккорды.

Список литературы

1. "Искусство счастья" Далай Ламы - книга о духовном развитии и гармонии. [Электронный ресурс] URL: <https://www.rulit.me/books/iskusstvo-byt-schastlivym-rukovodstvo-dlya-zhizni-read-175255> (дата обращения 08.10.2023).
2. Литература о современной культуре потребительства и ее влиянии. [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-potrebleniya-kak-sotsiologicheskaya-kategoriya> (дата обращения 09.10.2023).
3. Литература по экологической устойчивости и устойчивому образу жизни. URL: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/ru/sdgbookclub-12archive/> (дата обращения 09.10.2023).
4. Марк Аврелий А. Размышления.-ЭСМО, 2009. [Электронный ресурс] URL: <https://libcat.ru/knigi/nauka-i-obrazovanie/filosofiya/314949-mark-avrelij-razmyshleniya> (дата обращения 08.10.2023).
5. Сенека Л. Нравственные письма к Луцилию.-ЭКСМО, 2009. [Электронный ресурс] URL: <https://eksmo.ru/book/seneka-nravstvennye-pisma-k-lutsiliyu-u-n--ITD1297147/> (дата обращения 10.10.2023).
6. Сочинения философов, таких как Диоген из Синопа, Марк Аврелий и Эпиктет, о простоте жизни и аскетизме. URL: <https://iphlib.ru/library/collection/newphilenc/document/HASH01b0ec7136a8c5cb33f681b0> (дата обращения 12.10.2023).