

Оригинальная статья / Original article

УДК 177.6

<https://doi.org/10.21869/2223-1552-2025-15-4-236-246>



## Преодоление усталости: любовь как нарратив спасения в эпоху культуры производительности

Н. В. Волохова<sup>1</sup>✉, Ю. С. Филиппович<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Курский государственный университет  
ул. Радищева, д. 33, г. Курск 305000, Российская Федерация

<sup>2</sup> Курский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации  
ул. К. Маркса, д. 3, г. Курск 305041, Российская Федерация

✉ e-mail: volna-sha@rambler.ru

### Резюме

**Актуальность.** Статья посвящена философскому анализу усталости как современного экзистенциального состояния. В рамках данной работы авторы рассматривают возможность выхода из этого состояния через нарративную рефлексию, веру и, наконец, через любовь как высшую ценность человечности и возможного восстановления и подлинной связи с миром и другими людьми.

**Цель исследования** – анализ феномена усталости как современное экзистенциальное состояние и его антропологические механизмы.

**Задачи исследования:** охарактеризовать усталость как экзистенциальный опыт, связанный с потерей смысла и разрывом связи с миром, и обосновать возможность восстановления целостности «Я» через нарративную идентичность.

**Методология.** В работе использовались экзистенциальный анализ, антропологический подход к изучению личности как нарративной идентичности, интерпретационный подход к религиозной философии и христианской антропологии.

**Результаты.** В данной работе мы попытались раскрыть усталость как экзистенциальное состояние, связанное с полной свободой, самозэксплуатацией и ценностным вакуумом. Современная культура производительности формирует новую форму власти – самозэксплуатацию, которая вызывает хроническое истощение. Цинизм становится защитной реакцией, что ведёт к внутренней эмиграции и утрате связи с миром. Идея о нарративной идентичности позволяет человеку восстанавливать целостность своего «Я» через рефлексию и пересказ своей истории. Исходя из чего мы приходим к выводу о том, что любовь может стать моральным и духовным выбором, способным восстановить подлинную человечность.

**Выводы.** Исходя из анализа работ, мы пришли к выводу, что усталость – это не просто утомление, а симптом времени, который говорит о кризисе человеческой идентичности и смыслообразовании. Оказываясь в состоянии объективированного существования, человек способен восстановиться только через любовь, понимаемую как моральный и духовный выбор. Таким образом, через усталость, через отчаяние можно найти путь к подлинной жизни – не от мира, а через него, чтобы снова научиться его любить.

**Ключевые слова:** усталость; свобода; отчаяние; цинизм; нарратив; любовь; человечность; Ф. М. Достоевский; Ж.-П. Сартр; Дж. Агамбен; Б.-Ч. Хан; П. Слотердайк; П. Рикёр; Л. Шестов.

**Конфликт интересов:** В представленной публикации отсутствует заимствованный материал без ссылок на автора и (или) источник заимствования, нет результатов научных работ, выполненных авторами публикации лично и (или) в соавторстве, без соответствующих ссылок. Авторы декларируют отсутствие конфликта интересов, связанных с публикацией данной статьи.

**Для цитирования:** Волохова Н. В., Филиппович Ю. С. Преодоление усталости: любовь как нарратив спасения в эпоху культуры производительности // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Экономика. Социология. Менеджмент. 2025. Т. 15, № 4. С. 236–246. <https://doi.org/10.21869/2223-1552-2025-15-4-236-246>

Поступила в редакцию 11.06.2025

Принята к публикации 10.07.2025

Опубликована 29.08.2025

© Волохова Н. В., Филиппович Ю. С., 2025

Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Экономика. Социология. Менеджмент / Proceedings of the Southwest State University. Series: Economics, Sociology and Management. 2025;15(4):236–246

## Beyond fatigue: love as a narrative of salvation

Natalia V. Volokhova<sup>1</sup>✉, Julia S. Filippovich<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Kursk State University

33 Radisheva Str., Kursk 305000, Russian Federation

<sup>2</sup> Kursk State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation

3 K. Marx Str., Kursk 305041, Russian Federation

✉ e-mail: volna-sha@rambler.ru

### Abstract

**Relevance.** The article is devoted to the philosophical analysis of fatigue as a modern existential condition. Within the framework of this work, the authors explore the possibility of overcoming this state through narrative reflection, faith, and ultimately through love as the highest value of humanity. Thus, the study shows that it is precisely through the experience of fatigue and despair that it becomes possible to restore genuine connection with the world and with other people.

**The purpose** of the study is to analyze the phenomenon of fatigue as a modern existential condition and its anthropological mechanisms.

**Objectives:** to characterize fatigue as an existential experience associated with the loss of meaning and the rupture of connection with the world, and to substantiate the possibility of restoring the wholeness of the "Self" through narrative identity.

**Methodology.** This work employs existential analysis, an anthropological approach to studying personality as narrative identity, and an interpretive approach to religious philosophy and Christian anthropology.

**Results.** In this paper, we attempted to reveal fatigue as an existential state associated with total freedom, self-exploitation, and a value vacuum. Contemporary performance-driven culture creates a new form of power – self-exploitation – which leads to chronic exhaustion. Cynicism becomes a protective reaction, leading to inner emigration and the loss of connection with the world. The concept of narrative identity enables individuals to restore the wholeness of their "Self" through reflection and retelling their own story. Based on this, we conclude that love can become a moral and spiritual choice capable of restoring authentic humanity.

**Conclusions.** Based on the analysis of existing works, we concluded that fatigue is not merely tiredness, but a symptom of the times, indicating a crisis in human identity and meaning-making. When a person finds themselves in a state of objectified existence, recovery is only possible through love understood as a moral and spiritual choice. Thus, through fatigue and despair, one can find a path to authentic life – not away from the world, but through it, in order to once again learn to love it.

**Keywords:** fatigue; freedom; despair; cynicism; narrative; love; humanity; F. M. Dostoevsky; J.-P. Sartre; G. Agamben; B.-C. Han; P. Sloterdijk; P. Ricoeur; L. Shestov.

**Conflict of interest:** In the presented publication there is no borrowed material without references to the author and (or) source of borrowing, there are no results of scientific works performed by the authors of the publication, personally and (or) in co-authorship, without relevant links. The authors declares no conflict of interest related to the publication of this article.

**For citation:** Volokhova N.V., Filippovich J.S. Beyond fatigue: love as a narrative of salvation. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Ekonomika. Sotsiologiya. Menedzhment = Proceedings of the Southwest State University. Series: Economics, Sociology and Management.* 2025;15(4):236–246. (In Russ.) <https://doi.org/10.21869/2223-1552-2025-15-4-236-246>

Received 11.06.2025

Accepted 10.07.2025

Published 29.08.2025

\*\*\*

### Введение

Всё меньше мы слышим о радостных вестях из окружающей среды, всё больше современный человек сфокусирован на возможных потерях и подсчётах свершившихся. Феномен усталости уже не является просто физическим состоянием, но становится экзистенциальным опы-

том. Мы полагаем, что усталость сегодня – это не только следствие переработок, но и глубинное состояние, связанное с потерей смысла, ценностным вакуумом и разрывом связи с миром. Эта усталость может привести к отчаянию, описанному Жан-Полем Сартром, как необходимый этап в осознании своей полной свободы.

Небезызвестно то, что французский экзистенциалист заявлял, что человек брошен в этом мире свободным, а потому в нём постоянно пребывает тревога из-за незнания границ своего бытия. В книге «Бытие и ничто» Ж.-П. Сартр пишет о том, что человек обречён быть свободным, а потому ответственность должен держать перед собой в первую очередь, так как решения эти повлекут за собой изменения в жизни других его окружающих [1]. Тревога возникает от того, что быть собой не так просто, поскольку нужно понимать, что человек создаёт себя своими действиями.

Именно через этот опыт можно найти путь к подлинной человечности, который уводит нас от цинизма. Петер Слотердайк выделяет цинизм как особую категорию поведения современного человека [2], замкнутость и бегство от мира. В конечном счёте можно попробовать выйти на дорогу открытости, сострадания и любви. Этот выход описывает Фёдор Достоевский. Подлинный человек – тот, кто принимает свою свободу и отвечает за неё, не прячась за общественные нормы и религию.

### Материалы и методы

В работе использовались подходы, охватывающие философский, антропологический и культурологический ракурсы анализа человеческого существования. Основными теоретическими ориентирами нашей работы стали:

– экзистенциальный анализ (на примере Ж.-П. Сартра), который позволил углубиться в исследование экзистенциальных переживаний индивида;

– антропологический подход к изучению личности как нарративной идентичности (П. Рикёр), что позволяет рассматривать человеческое «Я» как динамическое повествование, переосмысливающее свою жизнь;

– критический анализ дискурса современности, включая работу с понятиями «голая жизнь», «самоэксплуатация»,

«просвещённое ложное сознание» (Дж. Агамбен, Б.-Ч. Хан, П. Слотердайк), что помогло выявить механизмы социального контроля;

– и наконец, интерпретационный подход к религиозной философии и христианской антропологии (Л. Шестов, Ф. М. Достоевский), что позволило предпринять попытку понять как религиозное измерение может стать источником утешения и преодоления экзистенциального кризиса.

### Результаты и их обсуждение

#### Усталость как форма существования

Изначально человек является существом незавершённым и открытым, а действия носят осознанный характер. Обращаясь к французскому философу Ж.-П. Сартру, мы будем исходить из того, что человек является существом, обречённым на свободу. За эту свободу никто не ответит кроме него самого, поэтому она тяжела для человека. Философ «подвешивает» человека на крюк ответственности [3]. В этой философской парадигме он обречён быть свободным, поскольку теперь отвечает за всё, что с ним происходит [4]. Вечный удел человека – покидать собственные пределы и терять вовне свою бытую сущность, обретая при этом новое качество. Выборы, которые делаем мы, происходят на основе «ничто» и становятся выборами ценностей и смыслов, имеющих вес для тех, кто их делает. В каждой конкретной ситуации можно выбирать только себя: размышляющее Я, эмоциональное и т. д. Беспокойство, тревога, боязнь, ужас и жуть – часть человеческого бытия [5]. Вера, любовь и надежда – другая часть – рассматриваются как виды самообмана, которые также являются неизбежными атрибутами свободы. Проектируя себя в будущее, человек неизменно колеблется между прошлым и будущим через настояще.

Это состояние порождает экзистенциальную усталость, потому что человек постоянно должен выбирать, действовать

и брать на себя ответственность [6]. Такая усталость не есть слабость, это признак того, что человек сталкивается с правдой своего существования.

Дж. Агамбен говорит о том, что современное общество всё больше сводит человека к категории «голой жизни» [7], т. е. той жизни, которая лишена политического, культурного и символического измерения. Такая жизнь находится в режиме выживания, где нет места для подлинного участия в мире. Постепенное сведение человека к этому состоянию ограничивается сугубо биологическими функциями: дыханием, питанием, воспроизводством и выживанием. Это жизнь ради самой жизни. В классической античности человек жил как *bios*, т. е. выражал определённый образ бытия: гражданина, воина, философа, поэта. Сегодня же, по мнению итальянского философа, мы всё больше перемещаемся в пространство *zoe*, которое лишено этой формальности, качественной стороны, поэтому остаётся выживание [8].

Просто трудясь, потребляя и восстанавливаясь, чтобы снова работать, человек перестаёт быть полноценным участником общения, культуры и политики. В таком состоянии не может быть места для творчества, свободы и подлинного взаимодействия с миром. Мы полагаем, что это и есть одна из глубинных причин усталости: мы живём, но не чувствуем себя живыми.

Человек выполняет рутину, не осознавая её смысла. Он находится среди людей, но не испытывает связи. Он имеет доступ ко всем благам цивилизации, но не может найти удовлетворения. Это состояние Дж. Агамбен называет «состоянием исключения» [9], когда человек формально принадлежит государству, но на деле оказывается вне его защиты, вне его заботы, вне его символического поля [10]. Пожалуй, можно привести пример, когда человек в социальных сетях «присутствует», но отсутствует эмоционально в реальных отношениях. Выходит, что

усталость является не просто утомлением, а утратой возможности быть собой в обществе. Человек исчерпан системой, в которой он не участник, а объект.

Если раньше власть проявляла себя через насилие, принуждение и запреты, то теперь она действует более тонко. Мы наблюдаем как через внутреннюю мотивацию человека к саморазвитию, самосовершенствованию и высокой производительности общество пытается наладить безостановочный механизм производства. Теперь человек не подвергается давлению извне, а добровольно принимает установки системы, которые заставляют работать больше, чем это необходимо, часто в ущерб здоровью, отношениям и внутреннему покою. Смартфоны, социальные сети и удалённая работа – все это размывает границы между работой и личной жизнью. Работник уже не выключается после шести часов вечера, поскольку доступен всегда. Так мы вводим в поле зрения работы Б.-Ч. Хана, который рассматривает, как капитализм и культура производительности создают новую форму власти – самоэксплуатацию [11]. Мы больше не угнетаемся извне, а сами загоняем себя в состояние истощения.

Предлагаемые новые установки позволяют человеку стать лучше, реализовать себя и быть свободным и успешным [12]. Свобода оборачивается новым типом контроля, что порождает усталость, выгорание и депрессию, поскольку нет той границы, за которой можно отдохнуть.

Так мы полагаем, что усталость становится не следствием принуждения, а результатом постоянного давления быть «интересным», «заметным», «эффективным». Она ведёт к внутреннему опустошению и потере способности быть открытым миру [13].

В условиях постоянного давления общества производительности, в ситуации, когда человек сталкивается с бесмыслицей своих усилий и неспособностью изменить систему, он часто выбирает одну из двух стратегий – ци-

низм или пассивное приспособление. В этой связи мы попытаемся включить идеи П. Слотердайка, который вводит важное понятие «просвещённое ложное сознание». Это понятие философ описывает как особую форму сознания, своюственную современному человеку. В отличие от классического «ложного сознания», описанного марксистами, при котором человек не осознаёт своей эксплуатации, современный человек прекрасно видит, как устроена система, но вместо сопротивления или изменения её он принимает её как данность [14].

П. Слотердайк подчёркивает, что речь идёт не просто о грубом нигилизме или насмешке над идеалами, а о форме выживания в мире, который перестал иметь смысл. Цинизм становится способом сохранять психологическое равновесие, не вступая в конфликт с реальностью, а скорее, принимая её с холодной иронией. Примером может стать то, что мы подписываемся на духовные практики, но используем их как инструмент для повышения продуктивности [15]. Это не глупость, а осознанное принятие абсурда, сопровождаемое внутренним отстранением.

Цинизм может быть временной защитной реакцией, но если он становится образом жизни, то приводит к внутренней эмиграции – человек остаётся в теле внутри системы, но душой уходит от мира. Он больше не верит в возможность изменений, не пытается влиять на происходящее, не связывает себя с другими людьми. В целом жизнедеятельность современного постмодернского человека проявляется в поиске новых моделей и образов для восстановления своей утраченной целостности. А что может быть лучше, чем первоочередной шаг в сторону от себя? [16]

Снова мы приходим к той мысли, что человек живёт, как будто уже не живёт. Он выполняет свои обязанности, но без участия, без страсти, без веры в лучшее. Он знает, что всё это бессмысленно, но вместо того, чтобы начать новую игру, он продолжает играть по старым правилам –

только уже без иллюзий. Так получается, что цинизм – не про силу, а про утрату способности быть настоящим. Данное чувство даёт временное облегчение, но ведёт к духовному опустошению.

Таким образом, мы приходим к мысли о том, что, будучи защитной реакцией, человек знает, что система несправедлива, но вместо борьбы он принимает её, чтобы выжить. Конечно, это не освобождение, а внутренняя эмиграция, когда человек остаётся в теле, но душой уходит от мира, – сил бороться нет.

### Повторный выбор

В работе «Я-сам как другой» Поль Рикёр предлагает понимание личности как нарративной идентичности [17]. Мы становимся собой, рассказывая историю своей жизни. Усталость и отчаяние могут разорвать эту историю, но через рефлексию и пересказ мы можем восстановить целостность, т. е. мы становимся собой, рассказывая свою историю. Французский философ развивает идею, что человеческая личность – это не просто набор черт характера или биологических программ, а связанная история, в которую вплетены прошлый опыт, настоящее восприятие себя, будущие намерения и цели.

Подобно тому как литературный герой становится реальным для читателя благодаря своему развитию в сюжете, так и наше «Я» обретает форму в рамках повествования [18]. Мы говорим: «Когда мне было лет 15, мечтал я стать писателем... но потом произошло то-то и то-то...».

Повествовательная структура может быть нарушена в состоянии усталости и отчаяния. Прошлое ощущается бессмысленным для человека, настоящее кажется бесконечным повторением без движения, а будущее – закрытым или бессмысленным. Мы считаем, что такое состояние стоит назвать «разрывом» нарратива, когда человек перестаёт видеть связь между тем, кем он был, тем, кем стал, и тем, кем хочет быть. Он теряет способность рас-

сказывать историю о себе, потому что не знает, кто он теперь. Это становится похожим на потерю голоса, нарушение сюжета жизни или внезапный обрыв фильма, в котором ты сам являешься главным героем [19].

Поскольку мы понимаем себя через рассказ о себе, то мы не просто существуем, мы интерпретируем своё существование и придаём форму, связь и значение. И когда этот процесс нарушается, мы начинаем терять себя. Здесь французский философ подсказывает выход: даже если наша история была разорвана, её можно восстановить через рефлексию и пересказ, т. е. человек может вернуться к своим воспоминаниям, переосмыслить события, заново рассказать свою жизнь, но уже с новым смыслом.

Это кажется терапевтическим подходом, однако такая философская практика позволяет современному человеку восстановить связь с собой, найти новые значения в старых травмах, вернуть себе чувство целостности и свободы. Можно предложить такой пример, когда человек, считавший себя неудачником из-за провала в бизнесе, может со временем пересказать эту историю как историю борьбы, обучения и роста. Не изменится прошлое, но значение изменить возможно.

Здесь можно сделать вывод о том, что П. Рикёр учит нас, что наше «Я» не задано раз и навсегда, а постоянно формируется через рассказ о себе самом. Усталость и отчаяние могут разорвать эту историю, сделать её бессвязной. Но именно через рефлексию и пересказ мы можем восстановить целостность своего «Я» и снова начать жить подлинно и со смыслом.

Рефлексия может осуществляться рационально или полагаться на чувства и веру. Лев Шестов в своих работах «Афины и Иерусалим» и «Климаты души» развивает мысли о глубоком противостоянии двух способов освоения мира: разума и веры [20]. Философ показывает, что эти два пути не просто различаются – они

фундаментально противоположны по своей природе и целям.

Так, разум, по мысли Л. Шестова, всегда стремится к порядку, логике, причинности. Разум хочет объяснить мир, упорядочить хаос, свести всё к понятным законам. Он строит системы и философские конструкции, чтобы ответить на вопросы: «Почему так произошло?», «Что такое добро и зло?», «Есть ли смысл жизни?». Но именно эта стремительность к рациональному объяснению всего может стать тюрьмой для человеческой души, потому что она не оставляет места для парадокса, тайны, бессмысленности страдания.

Вера, напротив, не требует объяснений. Она основана на доверии, вере в то, что невозможно доказать, и принятии того, что выходит за рамки логики. Для Л. Шестова это не слабость, а высшая форма духовной смелости. Философ часто ссылается на Библию и образы Авраама или Иова, которые сталкивались с ситуациями, где логика молчала, а человек должен был сделать шаг в темноту – шаг веры. Выходит так, что истина начинается там, где разум терпит крах. Эта фраза выражает ключевую идею философа о том, что истинное знание, подлинная свобода и путь к Богу открываются тогда, когда разум признаёт свои границы [21].

Вспоминая феномен отчаяния и тревоги по Ж.-П. Сартру, у Л. Шестова отчаяние не является концом, но возможностью перехода к новому уровню существования [22]. Когда разум исчерпан, когда все объяснения оказались беспомощны перед лицом боли, утраты, абсурда, возникает пространство для веры. Отчаяние – это кризис разума, провал в логической системе, внутренний кризис смысла. Именно в этот момент человек может услышать голос, который зовёт его не к новому объяснению, а к новому опыту – опыту духовного рождения, личной встрече с трансцендентным.

Нам кажется это важным, поскольку Л. Шестов показывает, что разум сам по

себе не может дать человеку спасения. Он может описать мир, но не может дать сил жить в нём. Только через страдание, отчаяние и отказ от логических гарантий человек может перейти к подлинному выбору веры, которая уже не зависит от обоснований, а живёт в свободе и любви.

Таким образом, мы полагаем, что не нужно бояться момента, когда разум «терпит крах», а воспринять его как возможность выхода на более глубокий уровень бытия. Отчаяние не тупик, а путь к вере, к тому, что выше разума. Именно здесь, в точке разрушения всех логических систем, может родиться подлинная истина, которую нельзя доказать, но можно пережить.

### Выход к любви

Ф. Достоевский глубоко исследовал душевную тьму человека: его усталость, сомнения, отчаяние и одиночество. В его произведениях герои часто сталкиваются с экзистенциальным кризисом, теряют веру в смысл жизни, страдают от гордыни и внутреннего разлада. Но именно поэтому он даёт нам не просто теоретический ответ на вопрос «Как жить дальше?», а на конкретный образ выхода – через любовь.

В программном романе «Братья Карамазовы» эту идею выражает Алёша Карамазов – герой, олицетворяющий христианскую веру и сострадание: «Всех любить, всех – тайну эту разгадай!». Звучит как призыв, эта фраза обращает внимание на глубокое внутреннее преображение, на абстрактную добродетель. Для Ф. М. Достоевского любовь не времененная вспышка чувств, а неосознанный и мужественный выбор. Это не просто желание видеть в каждом человеке ценность, даже если он неприятен, даже если он предатель, даже если он слаб и грешен.

Мы полагаем, что усталость часто возникает из-за потери с миром и другими людьми, а отчаяние усиливается, когда человек чувствует себя непонятным и разочарованным в людях и себе. Защищая

ной реакцией становится гордыня: «Мир бессмысленее, но я выше его». Именно эта она делает человека замкнутым и холодным к миру. Тогда любовь становится ключом к открытости, к восстановлению человечности.

Сталкиваясь с сомнениями, Алёша Карамазов встречается с болью и разрушением иллюзий. Он видит, как отец унижает других, как его старший брат Дмитрий готов убить, видя, что люди страдают без причины. Однако он делает выбор в пользу любви. Младший Карамазов встречает детей и плачет с ними, прощает их и помогает, т. е. служит, – именно этим обретает силу жить.

В этой связи мы приходим к выводу о том, что любовь – это не слабость, а высшая форма человечности. Любовь требует больше сил, чем ненависть или равнодушие. Она не гарантирует счастья, но открывает пространство для подлинного бытия, для встречи с другим лицом к лицу. Мы считаем, что именно поэтому через усталость и отчаяние можно выйти к любви – не как к чувству, а как к постоянному моральному выбору, который возвращает человека к себе и к миру [23].

### Выводы

Исходя из нашего анализа мы приходим к выводу, что усталость – это не болезнь, а симптом времени, говорящий о глубоком кризисе смысла и отношения. Усталость – это следствие нашей полной свободы. От Дж. Агамбена и Б.-Ч. Хана – диагноз, который запечатлевает тот факт, что мы стали объектами системы, которая высасывает из нас жизнь, от П. Слоттербайка – предупреждение о том, что цинизм не спасение, а лишь уход от мира.

Феномен усталости в современном мире воспринимается как результат переутомления или плохого сна, но лишь на поверхности. Это экзистенциальный опыт, отражающий отношение к миру современного человека, к себе самому и к смыслу жизни. Такой симптом времени стал своеобразной «лихорадкой време-

ни», который говорит о том, что в системе что-то не так, что-то в нас сломалось. В отличие от телесной усталости экзистенциальная усталость – это чувство бессмыслинности, внутреннего выгорания, разрыва с миром и собой.

Возвращаясь к Ж.-П. Сартру, который говорил об обречённости человека, свобода – это трагедия, и её безрамочность приводит к экзистенциальной усталости, когда чувствуем, что обязаны постоянно выбирать действовать, брать ответственность, но при этом никто не даёт никаких гарантий, что выбор был сделан правильный. Это тяжёлый груз, особенно когда нет опоры в виде Бога, общих норм или ясных идеалов.

В эпоху самоэксплуатации, выгорания современный человек всё больше перемещается в пространство, лишённое человеческой жизни, где нет символического и общественного измерения. Используя социальные сети, мы перестаём участвовать в жизни, работаем, но не реализуемся. Мы потребляем, но не живём полноценно. Это примеры того, как мы сами себя загоняем в истощение. В условиях глобальной свободы мы чувствуем давление быть эффективным, успешным и «включённым». Условия создают хроническую усталость, из-за которой стираются границы между работой и личной жизнью, между отдыхом и самосовершенствованием. И если человек видит и знает, что система несправедлива, знает, что работает слишком много, что успех – иллюзорен, что социальные связи поверхностны... Вместо борьбы он предпочитает реагировать с холодной иронией, о которой говорит П. Слотердайк.

Мысли философов П. Рикёра и Л. Шестова напоминают нам, что повторный выбор всегда возможен, есть

способ переписать свою историю и найти в себе силы начать заново. И только тогда мы доходим до Ф. Достоевского – до понимания, что единственный путь к подлинной человечности – любовь.

Даже если жизнь кажется безысходной, всегда возможен повторный выбор, возможность переписать свою историю и найти силы начать заново. П. Рикёр напоминает нам о том, что мы становимся собой, рассказывая историю своей жизни. Это не просто метафора, а фундаментальный способ, как мы осознаём себя. Но что происходит, когда эта история ломается? Философ показывает, что даже в таких ситуациях историю можно пересказать. Стремясь восстановить разрушенную систему, разум сталкивается с абсурдом страдания, бессмыслинностью боли и трагизмом человеческой судьбы. Л. Шестов не отмечает, что конец именно в этом, а возможность перехода к вере, к тому, что выше рационального понимания. Вера не слепое доверие доктам, а духовное усиление принять парадокс, поверить в то, что не поддаётся объяснению.

Именно тогда появляется духовная практика: любовь к ближнему через жертву и сострадание. Этот способ позволяет сложить себя заново, восстановить связь с собой и с миром. Любовь – это действие, которое помогает нам выйти из замкнутости и преодолеть гордыню, чтобы снова стать человеком среди людей.

Анализ работ приводит нас к выводу, что через усталость возможно возвращение к открытости миру. И единственный путь, на наш взгляд, является любовь как постоянный, мучительный, мужественный выбор быть настоящим человеком, несмотря ни на что. Это не путь от мира, а путь через него, чтобы снова научиться его любить.

### Список литературы

1. Сартр Ж. П. С20 Бытие и ничто: Опыт феноменологической онтологии / пер. с фр. В. И. Колядко. М.: Республика, 2000. 639 с.

2. Слотердайк П. Критика цинического разума / пер. с нем. А. В. Перцева. М.: АСТ МОСКВА, 2009. 800 с.
3. Силенин И. А. Свобода и смерть в структуре человеческой экзистенции в философии Жан-Поль Сартра // Современные исследования социальных проблем. 2016. № 4-1 (28). С. 99–121.
4. Красиков В. И. Философия как концептуальная рефлексия (Философская пропедевтика). Кемерово: Кузбас-свузиздат, 1999. 416 с.
5. Корснес К. В. Удел человека в бытии: эссе об экзистенциальном страхе как проявлении человеческого бессилия // Северный регион: наука, образование, культура. 2014. № 1 (29). С. 93-99.
6. Кьеркегор С. Страх и трепет: диалектическая лирика Иоханнеса де Силенцио: пер. с дат. М.: Академический проект, 2011. 153 с.
7. Агамбен Д. Homo sacer. Суверенная власть и голая жизнь. М.: Европа, 2011. 256 с.
8. Прохоров Е. А. Концепт «сообщество» в современной социальной онтологии: Ж-Л. Нанси и Дж. Агамбен // Гуманитарный вектор. 2021. № 2. С. 8-15.
9. Agamben G. Homo Sacer. Sovereign Power and Bare Life. Stanford, CA: Stanford University Press, 1998. 197 p.
10. Лыков Э. Н., Борисовский А. В. Возвращение политического в STASIS, или еще раз о «голой жизни». Рецензия на книгу Дж. Агамбена «Stasis. Гражданская война как политическая парадигма. Homo sacer, II, 2». (СПБ.: Изд-во «Владимир Даль», 2021. 190 с.) // НОМОТНЕТИКА: Философия. Социология // Право. 2021. Т. 46, № 2. С. 415–418.
11. Хан Б.-Х. Общество усталости. Негативный опыт в эпоху чрезмерного позитива. М.: АСТ, 2023. 160 с.
12. Хан Б.-Х. Агония эроса. Любовь и желание в нарциссическом обществе. М.: АСТ, 2023. 160 с.
13. Филиппович М. С. Сколько стоило ожидание Бодлеру? // Коллекция гуманитарных исследований. 2020. № 3 (24). С. 59-63.
14. Гукова А. В. Современный цинизм как форма критически-рефлексивного мировоззрения // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2018. № 44. С. 5–10.
15. Бьюз Т. Цинизм и постмодерн / пер. с англ. С.А. Зеленского. М.: КДУ, 2016. 270 с.
16. Кучумова Г. В. Роман К. Крахта «Faserland»: формула человека эпохи «истекания индивидуальности» // Мировая литература на перекрестье культур и цивилизаций. 2016. № 3 (15). С. 37-45.
17. Рикёр П. Я-сам как другой / пер. с фр. М.: Издательство гуманитарной литературы, 2008. 416 с.
18. Эрдынеев Б. Ю. Герменевтическая концепция Поля Рикёра в теории коммуникации // Вестник Поволжского института управления. 2010. № 1. С. 199-203.
19. Бабич В. В. Нarrативная идентичность: между онтологией и эпистемологией (опыт XX века) // Философия и культура. 2024. № 7. С. 43-55.
20. Шестов Л. Афины и Иерусалим // Сочинения: в 2 т. М.: Наука, 1993. Т. 1. С. 317.
21. Кускарова О. И. Экзистенциональная философия льва шестова и ее проекция на современный философский дискурс // Архонт. 2021. № 6 (27). С. 71-75.
22. Бабанов А. В. Лев Шестов: что такое экзистенциальная философия? // Горизонты гуманитарного знания. 2022. № 5. С. 65-89.
23. Волохова Н. В. Бытие и духовность как базисные составляющие философской антропологии // Проблемы онтогносеологического обоснования математических и естественных наук. 2024. № 15. С. 74-76.

## References

1. Sartre J.-P. *Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology*. Moscow: Respulika; 2000. 639 p. (In Russ.)
2. Sloterdijk P. *Critique of Cynical Reason*. Moscow: AST Moskva; 2009. 800 p. (In Russ.)
3. Silenin I.A. Freedom and Death in the Structure of Human Existence in Jean-Paul Sartre's Philosophy. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem = Modern Studies of Social Problems*. 2016;(4-1):99–121. (In Russ.)
4. Krasikov V.I. *Philosophy as Conceptual Reflection (Philosophical Propaedeutics)*. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat; 1999. 416 p. (In Russ.)
5. Korsnes K.V. The destiny of man in being: an essay on existential fear as a manifestation of human impotence. *Severnyi region: nauka, obrazovanie, kul'tura = The Northern Region: Science, Education, Culture*. 2014;(1):93-99. (In Russ.)
6. Kierkegaard S. *Fear and Trembling: A Dialectical Lyric by Johannes de Silentio*. Moscow: Akademicheskiy Proekt; 2011. 153 p. (In Russ.)
7. Agamben G. *Homo Sacer: Sovereign Power and Bare Life*. Moscow: Evropa; 2011. 256 p. (In Russ.)
8. Prokhorov E.A. The concept of «community» in modern social ontology. Nancy and J. Agamben. *Gumanitarnyy vektor = Humanitarian Vector*. 2021;(2):8-15. (In Russ.)
9. Agamben G. *Homo Sacer. Sovereign Power and Bare Life*. Stanford, CA: Stanford University Press, 1998. 197 p.
10. Lykov E.N., Borisovsky A.V. The return of the political to STASIS, or once again about the «naked life». A review of the book by J. Agamben «*Stasis. The Civil War as a political paradigm. Homo sacer, II, 2*». (St. Petersburg: Vladimir Dahl Publishing House, 2021. 190 p.). NOMOTHETIKA: Philosophy. Sociology. *Pravo = Right*. 2021;46(2):415-418. (In Russ.)
11. Han B.-Ch. *The Burnout Society*. Translated into Russian. Moscow: AST; 2023. 160 p. (In Russ.)
12. Han B.-Ch. *Agony of Eros: Love and Desire in a Narcissistic Society*. Translated into Russian. Moscow: AST; 2023. 160 p. (In Russ.)
13. Filippovich M.S. How much did waiting cost Baudelaire? *Kollektsiya gumanitarnykh issledovanii = Collection of Humanitarian Studies*. 2020;(3):59-63. (In Russ.)
14. Gukova A.V. Modern cynicism as a form of critical and reflexive worldview. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Sotsiologiya. Politologiya = Bulletin of Tomsk State University. Philosophy. Sociology. Political Science*. 2018;(44):5–10. (In Russ.)
15. Bowle T. *Cynicism and Postmodernism*. Moscow: KDU; 2016. 270 p. (In Russ.)
16. Kuchumova G.V. The Novel Faserland by K. Kraucht: The Formula of Man in the Age of «Exhaustion of Individuality». *Mirovaya literatura na perekrestye kul'tur i tsivilizatsiy = World Literature at the Crossroads of Cultures and Civilizations*. 2016;(3):37-45. (In Russ.)
17. Riker P. *I am myself as another*. Moscow: Izdatel'stvo gumanitarnoy literatury; 2008. 416 p. (In Russ.)
18. Erdineev B.Y. Hermeneutic concept of the Ricoeur field in the theory of communication. *Vestnik Povolzhskogo instituta upravleniya = Bulletin of the Volga Institute of Management*. 2010;(1):199-203. (In Russ.)
19. Babich V.V. Narrative identity: between ontology and epistemology (the experience of the XX century). *Filosofiya i kultura = Philosophy and Culture*. 2024;(7):43-55. (In Russ.)
20. Shestov L. *Athens and Jerusalem. Essays*. Vol. 1. Moscow: Nauka; 1993. P. 317. (In Russ.)
21. Kuskarova O.I. Lev Shestov's existential philosophy and its projection onto modern philosophical discourse. *Arkhont = Archon*. 2021;(6):71-75. (In Russ.)

22. Babanov A.V. Lev Shestov: What is Existential Philosophy? *Gorizonty gumanitarnogo znaniya = Horizons of Humanitarian Knowledge*. 2022;(5):65-89. (In Russ.)

23. Volokhova N.V. Being and spirituality as the basis of philosophical anthropology. *Problemy ontognoseologicheskogo obosnovaniya matematicheskikh i estestvennykh nauk = Problems of Ontological and Epistemological Substantiation of Mathematical and Natural Sciences*. 2024;(15):74-76. (In Russ.)

### Информация об авторах / Information about the Authors

**Волохова Наталья Владимировна**, доктор философских наук, профессор кафедры философии, Курский государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,  
e-mail: volna-sha@rambler.ru,  
Researcher ID: T-7441-2018,  
ORCID: 0000-0002-7048-3509,  
Scopus ID: 57189517020

**Филиппович Юлия Сергеевна**, соискатель кафедры философии, Курский государственный университет; ассистент кафедры социальной работы и БЖД, Курский государственный медицинский университет Минздрава Российской Федерации, г. Курск, Российская Федерация,  
e-mail: filippovichjs@kurskemu.net,  
Researcher ID: G-4909-2017,  
ORCID: 0000-0001-5398-6641

**Natalia V. Volokhova**, Doctor of Sciences (Philosophy), Professor of the Department of Philosophy Kursk State University, Kursk, Russian Federation,  
e-mail: volna-sha@rambler.ru,  
Researcher ID: T-7441-2018,  
ORCID: 0000-0002-7048-3509,  
Scopus ID: 57189517020

**Julia S. Filippovich**, Applicant of the Department of Philosophy, Kursk State University; Assistant of the Department of Social Work and Belarusian Railways, Kursk State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, Kursk, Russian Federation,  
e-mail: filippovichjs@kurskemu.net,  
Researcher ID: G-4909-2017,  
ORCID: 0000-0001-5398-6641