

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

**ЗАРОДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДУМКИ
У СТАРОДАВНЬОМУ СВІТІ**

Методичні рекомендації
для здобувачів вищої освіти 1-го курсу медичного факультету
з дисципліни «Історія психології та сучасні напрямки психології»

Електронний ресурс

Рецензенти:

В. М. Міщенко – д. мед. н., професор кафедри неврології, психіатрії, наркології та медичної психології ХНУ імені В. Н. Каразіна, завідувач відділу судинної патології головного мозку та реабілітації ДУ ІНПН ім. П. В. Волошина НАМН України;

В. А. Кожевнікова – к. псих. н., провідний науковий співробітник відділу судинної патології головного мозку та реабілітації ДУ ІНПН ім. П. В. Волошина НАМН України.

*Затверджено до розміщення в мережі Інтернет рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 10 від 21 травня 2025 року)*

3-35 **Зародження** психологічної думки у стародавньому світі : методичні рекомендації для здобувачів вищої освіти 1-го курсу медичного факультету з дисципліни «Історія психології та сучасні напрямки психології» [Електронний ресурс] / уклад. Н. В. Хрол. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2025. – (PDF 37 с.)

Методичні рекомендації призначені для студентів першого курсу медичного факультету; спрямовані на формування у студентів базового комплексу знань з вивчення історії психології, висвітлюють основні етапи розвитку психологічних знань у давніх цивілізаціях. У матеріалі розглянуто особливості становлення психологічних уявлень у культурних традиціях Стародавнього Єгипту, Месопотамії, Індії, Китаю; вплив на формування сучасної науки про психіку. Особливу увагу приділено аналізу філософських і релігійних концепцій душі та поведінки людини, які стали підґрунтям для подальшого розвитку психології. Методичні рекомендації містять систематизований теоретичний матеріал, питання для самоконтролю та рекомендовану літературу, сприяючи формуванню критичного мислення та наукового світогляду студентів.

УДК 159.9(091)"652"(072)

© Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2025

© Хрол Н. В., уклад., 2025

Зміст

1. Формування первісних уявлень про душу.....	4
2. Філософський етап розвитку психологічних ідей	6
3. Психологічні ідеї Стародавнього Сходу.....	8
4. Психологічні уявлення в Стародавньому Єгипті.....	10
5. Психологічні вчення у Стародавній Індії.....	16
6. Психологічна думка у Стародавньому Китаї.....	22
7. Теоретичні питання до заняття.....	31
8. Тестові завдання для самоконтролю.....	32
9. Література.....	34

Актуальність теми: дослідження витоків психології допомагає зрозуміти формування основних концепцій та ідей, які вплинули на розвиток сучасної психології. Стародавні лікарі, зокрема в Єгипті, Індії та Китаї вже висловлювали свої уявлення про природу людських емоцій, поведінку та взаємодії між тілом і духом. Вони намагалися пояснити внутрішні процеси людини через різноманітні філософські, релігійні та медичні концепції. Дослідження цього періоду дозволяє краще зрозуміти еволюцію психології як науки, а також її взаємозв'язок з іншими дисциплінами, такими як філософія, медицина та релігія.

Навчальна мета (конкретні цілі):

Знати:

1. Ключові етапи зародження психологічної думки в Стародавньому світі.
2. Історію зародження психологічної думки в різних цивілізаціях Стародавнього світу.
3. Погляди стародавніх мислителів про душу в рамках міфологічних і релігійних позицій.
4. Історичний підхід та аналіз психічного в стародавньому Єгипті, стародавній Індії, Стародавньому Китаї.
5. Різні погляди до вивчення психіки та поведінки людини у контексті умов Стародавнього світу.

Вміти:

1. Аналізувати основні етапи розвитку психологічної думки та визначати ключові тенденції її еволюції в Стародавньому світі.
2. Порівнювати зародження психологічної думки Стародавньої Індії, Стародавнього Єгипту, Стародавнього Китаю.
3. Пояснювати різницю міфологічного, релігійного, філософського світогляду.

Зміст навчального матеріалу

1. Формування первісних уявлень про душу

Протягом усіх епох людство прагнуло зрозуміти природу окремої особистості, її внутрішній світ, мотиви вчинків і правила поведінки в суспільстві. Перші спроби пояснити механізми людської життєдіяльності сягають найдавніших часів – приблизно до IV–I тис. до н.е., коли розвиток соціальних відносин і духовної культури сприяв суттєвим змінам. Саме вони перетворили людину з істоти, керованої інстинктами, на соціокультурну особистість, здатну дотримуватися норм і традицій.

Початкові уявлення про психічну діяльність людини та тварин з'явилися ще в донаукову епоху, відому як період **міфологічної психології**. У цей час уявлення про духовну природу людського буття (зокрема, про душу) формувалися на основі міфів, легенд і раних релігійних вірувань. Душа нерідко ототожнювалася з певними живими істотами-тотемами.

Міфологія стала першою формою узагальнення колективного досвіду, передаючи знання через усну народну творчість. Вона була найдавнішим способом пізнання світу, відображаючи реальність у фантастичних образах. Міфи пояснювали надприродне, розкривали таємниці Всесвіту та закони потойбічного світу, а також накопичували й передавали архетипний досвід людства.

Основні форми міфології:

- **Тотемічна** – базувалася на вірі в містичний зв'язок людини або спільноти з твариною чи рослиною-тотемом, що вважалася могутнім предком і об'єктом поклоніння.

- **Хтонічна** – включала уявлення про могутніх істот із поєднанням людських і тваринних рис (наприклад, Мінотавр у давньогрецькій міфології). Такі створіння асоціювалися як із життєдайними силами природи, так і з підземним світом та потойбіччям.

- **Традиційна** – характеризувалася поступовим витісненням хтонічних істот богами в людській подобі, як-от олімпійські боги в античній міфології.

Боги стали центральними персонажами розвинених міфологій, уособлюючи могутні надприродні сили. Вони поєднували риси культурних героїв-деміургів і духів, контролюючи природні стихії, космос і людське життя.

Ранні психологічні ідеї в давньому світі були нерозривно пов'язані з вірою в існування душі. Вивчення археологічних артефактів, давніх ритуалів, фольклору та мистецтва дозволяє реконструювати початкові уявлення про неї. Вони значною мірою визначали поведінку людей: звичаї, обряди, пов'язані з народженням, посвятою в доросле життя, шлюбом, похованням і спілкуванням із предками, відображали міфологічні погляди на душу.

У межах міфологічної культури відбулося розмежування духовного та матеріального начал, кожне з яких почало розглядатися як окрема сутність. Найпоширенішим образом душі став її двійник – тінь, що покидала тіло після смерті.

Релігійний етап становлення психологічних уявлень

Подальший розвиток психологічних ідей у давнину був тісно пов'язаний із релігійним світоглядом. *Релігія* (від лат. *religio* – святість, благочестя) стала системою духовних і моральних цінностей, що впливала на поведінку людини.

Вона не лише пояснювала світ, а й виконувала роль життєвого наставництва, спираючись на віру як основний механізм осягнення реальності.

Ранні форми релігійних вірувань включали:

- **Тотемізм** – віру в містичну спорідненість людей із певними тваринами, рослинами або природними явищами, які вважалися пращурами та охоронцями племені.
- **Анімізм** – уявлення про те, що всі природні об'єкти (каміння, дерева, річки, вітер) мають душу або дух.
- **Фетишизм** – поклоніння неживим предметам (камням, панцирам, кісткам), які наділялися магічними властивостями й вважалися талісманами удачі або захисту.

Зв'язок між міфологією та психологією є глибоким і багатограним, адже міфи протягом тисячоліть виконували функцію пояснення внутрішнього світу людини, її поведінки та взаємодії з навколишньою реальністю. Міфологія не лише давала первісні відповіді на питання про природу людської душі, але й формувала основи психологічних архетипів, що збереглися у свідомості людей до сьогодні.

Через міфи передавалися фундаментальні уявлення про добро і зло, силу та слабкість, страх і відвагу, життя і смерть. Наприклад, міфологічні сюжети про подорож героя (таких як Одисей чи Гільгамеш) відображають психологічний шлях особистісного розвитку, подолання труднощів і трансформацію внутрішнього світу. Крім того, символи й архетипи міфів вплинули на формування психоаналітичних концепцій у ХХ столітті.

Міфи також відігравали ключову роль у соціальній регуляції поведінки. Вони закладали моральні й етичні норми, визначали ролі чоловіка й жінки в суспільстві, пояснювали феномени влади, справедливості, долі. Наприклад, давньогрецька міфологія закріпила уявлення про божественну кару за гординю (*гібрис*), що в подальшому вплинуло на формування концепцій совісті та відповідальності у філософії й психології.

Таким чином, міфологія була не лише способом пояснення світу, а й першим етапом розвитку психологічного знання. Вона заклала основу для розуміння природи людської психіки, емоцій і поведінки, а її вплив простежується навіть у сучасних наукових теоріях та культурних феноменах.

2. Філософський етап розвитку психологічних ідей

Нові соціальні тенденції розвитку цивілізації спричинили появу філософських шкіл, які, хоча й залишалися тісно пов'язаними з релігією, перейшли до раціонального та логічного осмислення фундаментальних питань людського існування і його взаємозв'язку зі світом. У середині першого тисячоліття до нашої ери, в умовах гострих соціально-політичних змін, в Індії

та Китаї сформувалися різні філософські напрями, що визначили особливості світогляду тогочасного суспільства.

Головна риса філософського знання полягає в тому, що воно виконує світоглядну функцію за допомогою теоретичних засобів, що зближує його з наукою. *Філософія* (від грец. *phileo* – «люблю» і *sophia* – «мудрість») є особливою формою суспільної свідомості, яка розглядає загальні закономірності буття, мислення та процесу пізнання. У розвитку наукової думки вона виступає найбільш універсальною формою суспільного світогляду.

Як теоретична форма світогляду, філософія сприяє усвідомленню людиною своєї ролі у світі, допомагає їй знайти сенс власного існування та здійснити самоусвідомлення. Вона акумулює історичний досвід людства і формує інтелектуальне ядро духовності. Основним завданням філософії є осмислення структури світобудови, пізнання сутності людського життя та його ціннісних орієнтирів. Філософське бачення реальності охоплює всі аспекти суспільного буття, розглядаючи їх через призму ключового питання – відношення людини до світу.

Філософське мислення характеризується такими рисами:

- здатність до глибоких узагальнень і широкого теоретичного охоплення проблем;
- логічна аргументованість і внутрішня цілісність поглядів;
- саморефлексія та критичне осмислення власних переконань;
- індивідуальний характер філософських позицій;
- прагнення до раціонального осмислення життєвих ситуацій та формування власного світогляду.

Ці особливості філософського мислення підкреслюють, що саме через філософію людина усвідомлює свою відповідальність за власну долю та приймає рішення, що впливають на її життя.

Основними ознаками філософського світогляду є:

1. філософія – це теоретично осмислений світогляд, що визначає ставлення людини до навколишньої реальності;
2. вона досліджує сенс людського буття, розглядаючи людину як активного суб'єкта, здатного змінювати як світ, так і самого себе;
3. філософія слугує методологічною основою наукового пізнання, представленого матеріалістичним або ідеалістичним підходами.

Таким чином, філософія виконує подвійну методологічну функцію:

1. здійснює критичний аналіз наукового знання, оцінюючи його методологічну основу, межі застосування та перспективи розвитку;
2. пропонує світоглядну інтерпретацію наукових відкриттів, співвідносячи їх із загальною картиною світу.

Центральним у філософських дослідженнях є питання взаємозв'язку «Людина – Світ», яке розглядається в онтологічному, гносеологічному, ціннісному та практичному аспектах.

Онтологічний аспект зосереджується на природі буття, його структурі та основних принципах існування. У межах цього підходу філософи намагаються дати відповідь на питання про першооснови світу: чи є світ матеріальним або ідеальним, чи існує він незалежно від людської свідомості, як співвідноситься об'єктивна реальність із нашими уявленнями про неї.

Гносеологічний аспект (теорія пізнання) аналізує процес досягнення людиною навколишньої дійсності. Він досліджує природу знання, його джерела, межі та методи отримання істини. Одне з ключових питань цього напрямку – чи є наше знання достовірним і об'єктивним або ж воно завжди обмежене людськими когнітивними можливостями та суб'єктивним досвідом.

Ціннісний аспект охоплює морально-етичні, естетичні та культурні орієнтири, що визначають ставлення людини до світу та самої себе. Тут філософія досліджує поняття добра і зла, справедливості, краси, щастя, сенсу життя, відповідальності та свободи волі. У межах цього підходу формуються етичні системи, які допомагають людині приймати моральні рішення та будувати гармонійні стосунки з іншими людьми і природою.

Практичний аспект філософії досліджує діяльність людини, її можливості щодо перетворення світу та впливу на власну долю. У цьому контексті розглядаються питання свободи вибору, історичної ролі особистості, взаємозв'язку між суспільством і індивідом, формування суспільних структур і соціального прогресу. Філософія тут виступає як основа практичної мудрості, що допомагає людині свідомо діяти, приймати відповідальні рішення та формувати власний життєвий шлях.

Саме завдяки багатогранності підходів до аналізу зв'язку «Людина – Світ» філософія зберігає свою актуальність упродовж століть. Вона не лише узагальнює накопичений людством досвід, а й постійно розширює горизонти пізнання, відкриваючи нові способи осмислення реальності. У сучасному світі, де знання оновлюються з величезною швидкістю, філософія продовжує виконувати ключову роль – допомагає людині інтегруватися в складні соціальні та культурні процеси, усвідомити свою відповідальність за майбутнє і знайти гармонію між особистим та загальнолюдським виміром буття.

3. Психологічні ідеї Стародавнього Сходу

Стародавній Схід став тим осередком, де на межі IV–III тисячоліть до нашої ери виникли великі цивілізації, зокрема Єгипет, Індія та Китай. Саме в цих культурах зароджувалися ідеї, які сприяли розвитку сучасних наукових знань, у тому числі й психологічних. Основою цього процесу був високий

рівень виробничої діяльності, матеріальної культури, а також релігійно-етичний розвиток.

В ідеології давньосхідних суспільств провідну роль відігравали релігійні вірування, зокрема міф про безсмертя душі, її здатність покидати тіло, мандрувати й перебувати за межами видимого світу. Уявлення про душу широко відображалися в міфології, народній творчості, поезії, казках та релігійних традиціях народів Стародавнього Сходу. Саме через ці уявлення формувалися перші психологічні погляди на природу людини та її життєвий шлях.

Філософські роздуми східних мислителів про природу світу, душу як джерело руху та духовну суть усього існуючого вражають своєю глибиною й етичним підходом до пізнання людини та шляхів її вдосконалення. Водночас у світогляді народів Стародавнього Сходу зароджувалися й перші природничі знання про психіку. Передумовою їх формування була загальна віра в залежність живого організму від природи та взаємозв'язок діяльності душі з тілом.

Найперші наукові уявлення про душу були спрямовані на її дослідження та з'ясування функцій. Психологічні питання стали частиною філософських пошуків раціонального пояснення світоустрою, місця людини в ньому, взаємозв'язку тілесного й духовного, а також природи людських прагнень.

Перші філософські концепції визначили ключові функції людського буття:

- **Світоглядна** – надання об'єктивних знань про світ, місце людини в ньому, можливості пізнання та перетворення дійсності, а також усвідомлення сенсу життя.
- **Пізнавальна** – спрямування розумових пошуків на розуміння природи, структури світобудови, самої людини та законів розвитку.
- **Практично-діяльнісна** – використання знань для активного впливу на навколишній світ і вдосконалення людини.

Вивчення психологічної думки починається зі Стародавнього Сходу, оскільки його релігійно-філософські та психологічні ідеї є продуктом своєї епохи та мають специфічні особливості розвитку:

1. Східна філософія була тісно пов'язана з іншими сферами суспільного та духовного життя – міфологією, релігією, магією, обрядами й традиціями. Це дозволяє простежити, як формувалися перші психологічні концепції.
2. Досліджуючи давньосхідні філософсько-психологічні ідеї, можна глибше зрозуміти особливості мислення тих часів, адже ці вчення ґрунтувалися на традиційних текстах і канонічних джерелах.

4. Психологічні уявлення в Стародавньому Єгипті

У північно-східній частині Африки, в долині Нілу (який єгиптяни називали Хапі), наприкінці IV тисячоліття до н.е. виникла одна з перших централізованих держав – Та-Кемет («Чорна земля»). Вона об'єднала окремі політичні утворення (номи) під правлінням єдиного фараона – Менеса. За даними жерця Манефона, за час незалежного існування Єгипту в ньому правили 30 династій фараонів.

При вивченні культури давніх єгиптян дослідники звертаються до різних джерел, зокрема:

- релігійних текстів (наприклад, написів на пірамідах і саркофагах, гімнів богам, поховальних ритуалів, викладених у «Книзі мертвих» та інших творах);
- філософсько-ліричних творів (зокрема, «Розмови зневіреного зі своєю душею»);
- дидактичної літератури («Повчання Птахотепа», «Повчання Аменемхета III» тощо);
- історичних праць (наприклад, записів Манефона та уривків з «Історії» Геродота);
- археологічних артефактів, що відображають релігійні й культурні традиції.

Основи єгипетських уявлень про душу та свідомість

Система світогляду давніх єгиптян базувалася на міфологічних і релігійних уявленнях, які мали виразні тотемістичні й фетишистські риси. Міфи сприймалися як буквальна істина, а кожен природний феномен розглядався як прояв божественної сили. Найважливішими богами були сонце Ра та бог Нілу Хапі, які забезпечували життя й добробут.

Єгиптяни повільно переходили до антропоморфізму, тобто уявлення богів у людській подобі. Спочатку вони зображалися як істоти із зооморфними рисами: шакалоголовий Анубіс вершив суд над душами померлих, бог-бик Апіс уособлював родючість, бог Тот (з головою ібіса) вважався покровителем письма та знань, а Хнум – творцем людей. Важливу роль відігравав і культ священних тварин, яких бальзамували й ховали після смерті.

Вчення про душу і загробне життя

Однією з центральних ідей єгипетського світогляду була віра в потойбічне життя. Вони вважали, що після смерті людська сутність продовжує існувати у вигляді духовного двійника – Ка. Для забезпечення безсмертя Ка необхідно було:

- зберегти тіло шляхом муміфікації;
- створити гробницю або піраміду як житло для душі;

- споруджувати храми та пам'ятники для вшанування померлих.

Значна увага приділялася заупокійним ритуалам, докладно описаним у «Книзі мертвих», де містилися інструкції для померлого про подолання перешкод на шляху до загробного царства та проходження суду Осіріса.

Уявлення про свідомість та органи чуття

Давні єгиптяни вважали, що основним органом свідомості є серце, оскільки саме воно «дає зійти свідомості». В папірусі «Пам'ятка Мемфіської теології» згадується, що бог Птах керує думками та мовленням людей через серце і язик, а органи чуття, як-от очі, вуха та ніс, передають інформацію до серця.

Практичність та етичні принципи

Давньоєгипетська релігійно-філософська думка була тісно пов'язана з практичними аспектами життя. Єгиптяни цінували знання, досвід і розсудливість, негативно ставилися до імпульсивних емоційних реакцій. Ідеалом людини була та, що контролює свої думки й почуття перед прийняттям рішень.

Важливе місце в етичній системі посідала богиня Маат – уособлення істини, справедливості та світопорядку. Саме її принципи визначала межі влади фараона та закон справедливості.

Стародавній Єгипет зробив величезний внесок у розвиток медицини, заклавши основи багатьох методів лікування, які використовувалися протягом століть. Єгиптяни практикували як ритуальну, так і наукову медицину, поєднуючи магичні заклинання з реальними медичними процедурами.

Медичні папіруси

Головними джерелами знань про медицину Єгипту є медичні папіруси, що містять описи хвороб, симптомів та методів лікування. Найвідоміші з них:

- **Папірус Едвіна Сміта (XVII ст. до н. е.)** – описує хірургічні методи, зокрема лікування ран, переломів, вивихів.
- **Папірус Еберса (XVI ст. до н. е.)** – один із найдавніших медичних трактатів, містить понад 800 рецептів і методів лікування різних хвороб.
- **Папірус Кахуна (XIX ст. до н. е.)** – присвячений ветеринарній медицині та гінекології.

Лікування і медичні практики

Єгипетські лікарі спеціалізувалися на різних сферах медицини, наприклад, були окремі лікарі, що лікували очі, зуби, шлунок. Вони використовували:

- **Рослинні та мінеральні ліки** (мед, часник, алое, опіум, мідь, сіль, олії).
- **Операції та перев'язки** – знали, як зупиняти кровотечу, вправляти вивихи, лікувати переломи.
- **Протезування** – археологи знаходили штучні пальці та зубні протези.
- **Гігієну та профілактику** – єгиптяни часто мили руки, використовували косметику з антибактеріальними властивостями.

Роль магії та релігії

Медицина тісно перепліталася з магією. Багато рецептів супроводжувалися заклинаннями та молитвами богам, особливо Тоту та Ісіді. Хвороби часто вважалися покаранням за гріхи або дією злих духів, тому поряд з лікарями працювали жерці-цілителі.

Стародавній Єгипет був суспільством, де релігія і магія відігравали ключову роль у всіх аспектах життя, зокрема в медицині та ранніх уявленнях про людську психіку. Єгиптяни вірили, що здоров'я та хвороби є наслідком як природних, так і надприродних сил, а тому лікування включало не лише фізичні засоби, а й магичні ритуали, молитви та заклинання.

Роль релігії в медицині

Релігія в Стародавньому Єгипті була тісно пов'язана з медициною, оскільки, як зазначалося вище, єгиптяни вважали, що хвороби можуть бути покаранням богів або результатом злих духів. Богів часто вшановували як покровителів здоров'я і лікування:

- **Тот** – бог мудрості, якому приписували знання про медицину.
- **Сехмет** – богиня війни, яка також відповідала за епідемії та їхнє припинення. Вважалося, що вона могла як спричиняти, так і виліковувати хвороби.
- **Ісіда** – богиня магії та зцілення, до неї зверталися по допомогу під час хвороб.
- **Хека** – бог магії, якого вважали уособленням життєвої сили й магичної енергії, що використовувалася для лікування.

Жерці виконували роль лікарів, оскільки їх вважали посередниками між світом богів і людьми. Вони проводили ритуали очищення, молилися за хворого та використовували магичні амулети для захисту.

Магічні практики та лікування

Магія була невіддільною частиною єгипетської медицини. Лікарі часто застосовували заклинання, талісмани та спеціальні ритуали під час лікування. Основні магичні методи включали:

Заклинання і молитви

Лікування часто починалося з читання магічних текстів, які мали захистити хворого від злих духів і повернути милість богів. Наприклад, щоб вилікувати укусу змії, лікар міг виголошувати спеціальне заклинання, звертаючись до богині Ісіді.

Амулети і обереги

Єгиптяни широко використовували амулети, вважаючи, що вони мають захисні й лікувальні властивості. Наприклад, символ анкх (☥) використовувався для підтримки життя і здоров'я, а око Гора – для захисту від злих сил.

Окроплення і змазування

Використовували священну воду та олії, які мали магічні властивості. Їх застосовували для очищення пацієнта або втирання в уражене місце.

Написання магічних текстів на папірусі

Лікарі могли написати заклинання на папірусі, а потім спалити його і дати хворому випити попіл з водою. Вважалося, що таким чином магічна сила тексту потрапить в організм і вилікує недугу.

Роль магії та релігії у психології

Психологічні розлади в Єгипті також пояснювалися релігією і магією. Єгиптяни вважали, що душа людини складається з кількох частин (Ба, Ка, Ах), і будь-який розлад міг бути пов'язаний із порушенням гармонії між ними.

"Злі духи" та психічні хвороби

Вважалося, що причиною божевілля могла бути навала злих духів або гнів богів. Лікування включало вигнання духів через ритуали очищення, змазування магічними оліями або носіння оберегів.

Сни і передбачення

Сновидіння мали важливе значення в єгипетській психології. Вони вважалися посланнями богів, тому жерці могли тлумачити сни та радити, які дії слід вчинити, щоб уникнути небезпеки або вилікувати недугу.

Гармонія духу і тіла

Вчення Стародавнього Єгипту наголошувало, що людина повинна жити у відповідності з принципами Маат (богині істини і гармонії), щоб уникнути душевних і тілесних хвороб. Це включало дотримання моральних норм, поклоніння богам і виконання ритуалів.

Отже, у Стародавньому Єгипті медицина часто спиралася на релігію і магію. Лікування хвороб передбачало не лише застосування фізичних засобів, а й використання заклинань, оберегів і священних ритуалів. Віра у втручання богів і духів визначала єгипетське розуміння психічного здоров'я, а магічні практики служили способом лікування як фізичних, так і психологічних розладів. Хоча сучасна наука відійшла від таких методів, вплив

давньоєгипетських уявлень можна простежити в історії медицини, психології та культурних традиціях людства.

Вплив на інші цивілізації

Знання єгиптян вплинули на медицину Стародавньої Греції та Риму. Грецькі лікарі, зокрема Гіппократ і Герофіл, вивчали єгипетські медичні практики та використовували їх у своїй роботі.

Таким чином, єгиптяни не лише розвинули діагностику та лікування хвороб, а й залишили величезний спадок у медичній науці, що став основою для подальшого розвитку медицини.

Анатомічні знання стародавніх єгиптян

Стародавні єгиптяни мали досить розвинені анатомічні знання, хоча їхні уявлення про будову тіла значною мірою базувалися на релігійних віруваннях. Велике значення у вивченні анатомії відіграло муміфікування, що дало їм змогу спостерігати внутрішні органи людини.

Серце та судини

- Єгиптяни вважали, що **серце є центром свідомості, почуттів і думок**. Вони навіть під час муміфікації залишали його в тілі, на відміну від інших органів.
- Вони знали про **кровоносні судини** і розуміли, що вони розгалужуються по всьому тілу. У папірусі Еберса згадується, що "судини несуть життя до всіх частин тіла".
- Проте єгиптяни не розуміли принципу кровообігу так, як ми його знаємо сьогодні. Вони вважали, що кров рухається завдяки повітрю, яке надходить через ніс.

Мозок

- Хоча єгиптяни стикалися з мозком під час муміфікації (його видаляли через ніс), вони **не розглядали його як важливий орган**.
- У папірусі Едвіна Сміта є детальні описи травм черепа та їхніх наслідків, включаючи порушення мовлення, рухливості кінцівок, що може свідчити про певне розуміння зв'язку між мозком і тілом.
- Вони знали, що череп може зазнавати пошкоджень, і описували методи лікування таких травм.

Шлунок, печінка та кишківник

- Єгиптяни добре знали **роботу травної системи**. Вони розуміли, що їжа проходить через стравохід у шлунок, а потім у кишківник.
- Вони знали про **печінку**, хоча її функції не були зрозумілі повністю. Вважалося, що вона пов'язана з виробленням крові та рідини тіла.

- Єгиптяни активно лікували **хвороби шлунка**, використовуючи трави та мінерали.

Легені

- Єгиптяни знали про **будову легенів** та бронхів. Під час муміфікації їх видаляли та часто клали в спеціальні канопи (судини для збереження органів).
- Вони розуміли, що дихання пов'язане з життєвою силою, але не мали уявлення про газообмін.

Кістки та суглоби

- У папірусі Едвіна Сміта є докладні описи **переломів, вивихів, ран**.
- Вони знали, як **накладати шини та пов'язки**, щоб лікувати травми кінцівок.
- Єгиптяни розуміли будову **черепа, ребер, ключиці, рук і ніг**, оскільки часто стикалися з пораненнями під час битв та будівництва.

Вплив муміфікації на медичні знання

Муміфікація дозволила єгиптянам спостерігати внутрішні органи, хоча релігійні обмеження не дозволяли вивчати їх детально в наукових цілях. Вони знали, як виглядає серце, печінка, легені, кишківник, але не завжди розуміли їхню функцію.

Хірургія та лікування травм

- Єгиптяни практикували **ампутації, обробку ран, накладення швів**.
- Використовували **інструменти**, такі як ножі, пінцети, голки, скальпелі.
- Лікували **переломи** за допомогою спеціальних шин та фіксаторів.

Вплив на подальший розвиток анатомії

Єгипетські знання про тіло мали великий вплив на медицину Стародавньої Греції та Риму. Грецькі лікарі, такі як Герофіл (IV–III ст. до н. е.), вивчали єгипетські методи лікування та анатомію.

Стародавні єгиптяни мали чималі знання про будову людського тіла, які вони отримували завдяки муміфікації та лікуванню травм. Хоча їхні уявлення про роботу органів були обмежені релігійними віруваннями, їхні медичні досягнення стали важливим кроком у розвитку науки про людське тіло.

Отже, самостійна філософська традиція в Єгипті не сформувалася – світогляд залишався переважно релігійно-міфологічним. Водночас їхні уявлення про душу та свідомість мали значний вплив на подальший розвиток

світової думки, хоча більш розгорнуті теорії психіки були сформовані в Давній Індії та Китаї.

5. Психологічні вчення у Стародавній Індії

Цивілізація Стародавньої Індії вирізнялася своєю самобутністю серед інших давніх держав Сходу. Індія здавна славилася як "країна мудреців". Уже в III тисячолітті до н.е. вздовж річки Інд з'явилися перші центри високорозвиненої культури – Хараппська цивілізація. У II тисячолітті до н.е. арійські племена, що прийшли з Північної Азії, започаткували новий етап розвитку індійської культури.

Індуїзм

Вважається, що саме в цей період було створено санскрит – літературну мову, якою записано найдавніші релігійно-філософські тексти Індії – Веди ("священне знання"). Веди складаються з гімнів, повчань і заклинань, поділених на чотири основні частини:

1. **Рігведа** – збірник 1028 гімнів міфологічного і космологічного змісту, що прославляють богів, зокрема Агні (вогонь) і Індру (космос і зірки).
2. **Яджурведа** – текст, що містить інструкції для жертвоприношень богам і душам померлих.
3. **Самаведа** – збірник 1549 гімнів із порадами щодо проведення ритуалів.
4. **Атгарваведа** – текст із магічними заклинаннями та формулами, спрямованими на лікування хвороб.

Веди відіграли важливу роль у формуванні уявлень про людську психіку в Стародавній Індії та стали основою індуїстської філософії. Окрім Вед, існує значний пласт "навколоведичної" літератури:

- **Брахмани** – теологічні тексти, що пояснюють ритуали й жертвоприношення.
- **Араньяки** – "лісові трактати", написані для відлюдників-аскетів.
- **Упанішади** – філософські твори, що містять роздуми про природу, богів і людину.

Ці тексти утворюють канонічну основу індуїзму. Хоча ця релігія має глибокі історичні корені, її природа залишається предметом наукових дискусій. Індуїзм поєднує риси політеїзму (поклоніння багатьом богам) і монотеїзму (наявність верховного бога – Брахми). Важливу роль у пантеоні відіграє також Шива – бог-руйнівник і бог часу, що уособлює безперервний цикл перетворення світу.

Інший ключовий бог – Вішну, хранитель всесвітнього порядку, символом влади якого є булава, чакра, ріг і лотос. Індуїзм охоплює не лише релігію, а й спосіб життя, етичні норми та вірування індійського суспільства. Його основні догмати включають:

- віру в соціальну нерівність;
- вчення про переселення душ;
- переконаність у відплаті за вчинки;
- віру в карму, яка визначає наступні переродження.

У VI–V століттях до н.е. в Індії почалася соціально-економічна криза, що сприяла появі нових релігійно-філософських течій, таких як джайнізм, буддизм і йога.

Джайнізм

Ця релігія пов'язана з ім'ям Махавіри Джини, який, згідно з віруваннями, звільнився від карми і досяг абсолютного спасіння. Джайністи вважають, що душа людини перевершує її матеріальну оболонку, а звільнення можливе лише через аскетизм і суворе дотримання п'яти обітниць:

1. **Ахімса** – ненасильство (не завдавати шкоди живим істотам);
2. **Сатья** – правдивість;
3. **Астья** – відмова від крадіжок;
4. **Брахмачар'я** – чистота помислів і вчинків;
5. **Апаріграха** – відмова від прив'язаності до матеріального.

Джайнізм пропагує шлях духовного самовдосконалення та визволення душі з коловороту перероджень. Разом із буддизмом і йогічними практиками він став важливим етапом розвитку релігійної думки в Індії.

Буддизм

Буддизм – одна з найвпливовіших релігійно-філософських систем Стародавньої Індії, що виникла у VI столітті до н.е. Засновником буддизму був Сіддхартха Гаутама, принц із роду Шак'їв, який після довгих роздумів і аскези досяг просвітлення та отримав ім'я Будда (Просвітлений). Його вчення стало відповіддю на соціально-економічну кризу в Індії, що загострила питання страждання, смерті та перевтілення.

Будда: Хто він і чому важливий?

Будда – це титул, що означає «*Пробуджений*» або «*Просвітлений*». Найвідомішим Буддою є **Сіддхартха Гаутама** (бл. 563–483 до н.е.), засновник буддизму.

Життя Будди: Шлях від принца до Просвітленого

Сіддхартха Гаутама, відомий як Будда, народився близько 563 року до нашої ери в родині царя Шуддходани в невеликому князівстві Капілавасту, що розташовувалося на території сучасного Непалу. Його мати, цариця Майя,

померла незабаром після народження сина, і його вихованням зайнялася тітка. Від народження Сіддхартха мав усі ознаки великої долі: мудреці пророкували, що він стане або великим правителем, або духовним учителем, який змінить світ.

Батько, бажаючи, щоб син став могутнім царем, оточив його розкішшю та відгородив від страждань зовнішнього світу. Принц виріс у розкішному палаці, не знаючи горя, хвороб та старості. Він мав усе, що може побажати людина: багатство, слуг, насолоду. У 16 років він одружився на прекрасній принцесі Яшодхарі, яка народила йому сина Рахулу.

Але одного дня життя Сіддхартхи змінилося назавжди. Під час прогулянок за межами палацу він побачив **чотири знамення**: старого чоловіка, хворого, мертвого і аскета, що відмовився від усього заради духовного пошуку. Вперше він усвідомив, що життя наповнене стражданнями, і це відкриття не давало йому спокою.

Розуміючи, що ані багатство, ані сімейне життя не дадуть відповідей на його питання, у 29 років Сіддхартха залишив усе: дружину, сина, королівський трон. Він став мандрівним аскетом і вирушив на пошуки істини, що могла б звільнити людей від страждань.

Протягом шести років він випробовував різні методи самопізнання. Спочатку він навчався у наймудріших брахманів, але їхні знання не задовольнили його. Потім він приєднався до групи аскетів, що доводили своє тіло до виснаження, вірячи, що це приведе до духовного прозріння. Але зрештою він зрозумів, що надмірні страждання так само безглузді, як і розкіш.

Зрозумівши, що справжній шлях – це **"серединний шлях"**, що не веде до крайнощів, він сів у медитацію під священним деревом Бодгі в місті Бодх-Гая. Він дав обітницю: не покидати це місце, поки не осягне істину. Після 49 днів глибокої медитації він досяг **Просвітлення**. Він зрозумів причини людських страждань і шлях до їх подолання. З цього моменту він став Буддою – "Пробудженим".

Будда почав проповідувати своє вчення, подорожуючи Індією. Його перша проповідь у парку Газелей у місті Сарнат відома як "Поворот колеса Дхарми". Його вчення не базувалося на поклонінні богам чи сліпій вірі, а на логіці, спостереженнях і досвіді. Він навчав, що головною метою життя є досягнення **Нірвани** – стану повного звільнення від страждань і перероджень.

Протягом 45 років Будда проповідував своє вчення тисячам людей, включаючи бідняків, царів і брахманів. Він створив першу буддійську громаду – **Сангху**, яка складалася з монахів і послідовників, що присвятили життя навчанню Дхарми.

Будда помер у віці 80 років у місті Кушінагар. Перед смертю він сказав своїм учням: *"Усе, що має початок, має і кінець. Продовжуйте шлях до просвітлення, не зупиняйтеся"*.

Його вчення стало основою буддизму – однієї з найбільших релігій світу, що продовжує впливати на мільйони людей, навчаючи мудрості, співчуття та внутрішнього спокою.

Буддизм став першою в історії релігією, яка звернулася до людини як до особистості, незалежно від кастової приналежності. Основна мета буддизму – досягнення нирвани, стану повного звільнення від страждань і перероджень.

Чотири благородні істини

Будда сформулював своє вчення у вигляді Чотирьох благородних істин:

1. **У світі існує страждання** – усе в житті супроводжується болем, стражданнями та незадоволеністю.
2. **Страждання має причину** – ним є бажання, прив'язаність до матеріальних речей, жадоба до життя та влади.
3. **Страждання можна припинити** – позбавившись бажань, людина досягає внутрішнього спокою.
4. **Шлях до припинення страждань** – дотримання Вісімкового шляху. Страждання сприймається не як певна руйнація первинного блага, добробуту, а як органічно притаманне життєвому циклу явище, привід для розвитку.

Шлях звільнення від страждань Будда вбачав не у чисельних кривавих жертвоприношеннях, а в аскетичному самообмеженні, у добродійстві, знаннях, самоспостереженні та самопізнанні, які за умови належної старанності та сконцентрованості дають свободу обмежень земного існування у нирвані, яка є виходом із безперервного кола сансари (перевтілень) і цілковитим злиттям з божественним абсолютним шляхом особистісної анігіляції (цілковитого самозаперечення і розчинення у абсолютному).

Моральний ідеал буддизму постає як абсолютне незавдання шкоди довкіллю (ахінса), що походить від загальної м'якості, доброти, почуття цілковитого задоволення. У інтелектуальній сфері буддистами знімається відмінність між чуттєвими і розсудливими формами пізнання і встановлюється практика споглядального розмірковування (медитації). Результатом медитації є переживання цілісності буття (нерозрізнення внутрішнього і зовнішнього), повне самозаглиблення.

Вісімковий шлях

Будда вчив, що людина може позбутися страждань, якщо буде дотримуватися Вісімкового шляху, який включає:

- **Правильні погляди** – розуміння Чотирьох благородних істин.
- **Правильні наміри** – прагнення до духовного розвитку.
- **Правильну мову** – утримання від брехні, грубощів та образ.
- **Правильні вчинки** – моральна чистота, уникнення насильства.
- **Правильний спосіб життя** – чесна праця, ненанесення шкоди іншим.
- **Правильні зусилля** – постійне самовдосконалення.
- **Правильну уважність** – спостереження за думками, емоціями, тілом.

Концепція карми та переродження

Буддизм, як і індуїзм, визнає закон карми – моральної причинності, згідно з якою кожна дія має свої наслідки в майбутньому житті. Сансара – коло перероджень, яке триває доти, доки людина не досягне нирвани.

Напрями буддизму

З часом буддизм розділився на три основні напрями:

1. **Тхеравада ("Школа старійшин")** – вчення, зосереджене на досягненні нирвани через особисту практику.
2. **Махаяна ("Велика колісниця")** – напрям, що акцентує увагу на співчутті та порятунку всіх живих істот.
3. **Ваджраяна ("Діамантова колісниця")** – тантричний буддизм, який використовує особливі духовні практики.

Буддизм і суспільство

Буддизм відкинув жорстку кастову систему, що панувала в індуїзмі, та проголосив рівність усіх людей перед шляхом до просвітлення. На відміну від традиційних індійських вірувань, він не передбачає поклоніння богам, а робить акцент на особистому досвіді та внутрішньому духовному розвитку.

Мудрість передбачає адекватне (правильне) мислення і розуміння. Правильне мислення передбачає неупередженість, любов і ненасилля. Правильне розуміння – це розуміння світу таким, який він є (без викривлень найменуваннями і ярликами), що досягається роботою над Благородними Істинами.

Стан абсолютного задоволення і самозаглиблення, абсолютної незалежності внутрішнього буття як позитивний еквівалент при гашення бажань і є звільненням (нірваною). Творчим початком, кінцевою причиною буття є психічна активність людини, що обумовлює як утворення світоустрою, так і його руйнацію: це вольове рішення «Я», що розуміється як певна духовно-тілесна цілісність, автономність, психічно-моральне утворення.

Тож метою життя (пошуку) людини є духовна досконалість і відмова від світу, основний акцент робиться на саморозвитку і просвітленні. *Просвітлення* – це динамічний стан розуму, що постійно еволюціонує, стан абсолютного спокою і гармонії; він досягається самодисципліною, медитацією і усвідомленням нереальності «Я». За допомогою просвітлення людина долає не світ, а самолюбне его: «Одна людина перемагає на полі бою тисячну армію. Інша перемагає себе – і вона більш велична»

Буддизм суттєво вплинув на культуру, філософію та мистецтво багатьох країн Азії, зокрема Китаю, Японії, Тибету та Південно-Східної Азії. Його етичні принципи, такі як ненасильство (ахімса), співчуття та самодисципліна, залишаються актуальними і в сучасному світі.

Йога як ключовий елемент психологічної думки Стародавньої Індії

Одним із найважливіших аспектів давньоіндійської антропології та психології є йога — унікальна система самопізнання, що поєднує філософські, духовні та практичні методи досягнення гармонії між тілом, розумом і свідомістю. Йога охоплює всі релігійні й систематичні практики Індії, спрямовані на очищення свідомості, фокусування уваги та розкриття справжньої природи людського «Я».

Йога не лише частина індуїстської філософії, а й особлива психологічна практика, що має глибокий вплив на уявлення про людську природу, свідомість та процеси мислення. Засновником і систематизатором йоги вважається мудрець Патанджалі, який виклав її основні принципи у праці «**Йога-сутра**» (II ст. до н.е.). У своїй теоретичній частині цей трактат розрізняє чисту свідомість (пуруша) як істинну сутність людини та її психофізичне «Я» (пракріті), яке піддається впливу матеріального світу.

Психологічний аспект йоги

Йога (від санскр. *уї* – «поєднання», «зв'язок») є релігійно-філософським вченням, що розглядає шлях до злиття індивідуальної душі (*атман*) з вищою духовною реальністю (*брахман*). У цьому контексті йога пропонує комплекс вправ, медитацій і психотехнік, спрямованих на самореалізацію та внутрішнє просвітлення.

Система йоги включає **вісім рівнів духовного розвитку**, які поступово ведуть практикуючого до стану просвітлення (*самадхі*):

1. **Яма** – моральні принципи (ненасильство, правдивість, неприв'язаність).
2. **Ніяма** – особистісна дисципліна (чистота, самодисципліна, самовдосконалення).
3. **Асани** – фізичні вправи для зміцнення тіла та підготовки до медитації.

4. **Пранаяма** – контроль дихання для гармонізації енергії.
5. **Пратьяхара** – відсторонення від зовнішніх подразників.
6. **Дхарана** – концентрація на єдиному об'єкті.
7. **Дх'яна** – глибока медитація.
8. **Самадхі** – досягнення абсолютної свідомості та єднання з вищою реальністю.

Йога як шлях до внутрішньої трансформації

З погляду психології, йога виступає ефективним інструментом саморегуляції, оскільки сприяє розвитку **самоконтролю, емоційної стійкості, концентрації уваги** та гармонізації психічного стану. Давньоіндійські мислителі вважали, що свідомість людини схильна до хаотичних коливань, і лише через дисципліну розуму можна досягти істинного знання та внутрішнього спокою.

«В усіх проблемах людини винна її нездатність контролювати і дисциплінувати свій розум», – наголошує Далай-лама. Саме тому йога пропонує не лише фізичні та дихальні вправи, а й цілісну систему саморозвитку, яка дозволяє людині керувати своїми думками, почуттями й емоціями, набуваючи внутрішньої рівноваги.

Йога та психологічна концепція самопізнання

Згідно з ведичною традицією, людина має прагнути до **усвідомлення справжньої природи власного «Я»**, що досягається через глибоку медитативну практику. Психологічний розвиток особистості в контексті йоги включає:

- **Рефлексію** – роздуми над власними думками та почуттями.
- **Контроль свідомості** – здатність зупиняти хаотичний потік думок.
- **Духовну дисципліну** – практику постійного вдосконалення себе.

Таким чином, ведична філософія та давньоіндійська психологія змальовують йогу як метод осягнення універсального закону світобудови, що дозволяє людині досягти гармонії, внутрішнього балансу та звільнення від ілюзій матеріального світу.

6. Психологічна думка у Стародавньому Китаї

Культура Стародавнього Китаю є однією з найдавніших та найоригінальніших у світі. Вона формувалася у тісному зв'язку з природою, ритуалом та морально-етичними нормами, які регулювали не лише соціальні відносини, а й внутрішній світ людини. Китайська цивілізація розвивалася упродовж тисячоліть, а її історичні межі охоплюють період від кінця III –

початку II тисячоліття до н.е., коли в басейні річки Хуанхе зародилися перші землеробські культури, до 220 року н.е., коли занепала імперія Хань.

Джерелами, що розкривають соціокультурні та психологічні уявлення стародавніх китайців, є:

- **Міфи та релігійні тексти**, які пояснюють будову світу, природу людини і закони гармонії;
- **Історичні праці** видатних давньокитайських мислителів, зокрема Сима Цяня, автора «Шіцзи» («Історичних записів»), та Бань Гу, який написав «Хань шу» («Історію династії Хань»);
- **Філософські трактати**, серед яких особливе місце займає «Книга змін» (*І Цзин*), що вчить передбачати розвиток подій і гармонізувати свідомість через розуміння змін у природі та суспільстві.

Психологія гармонії: китайська модель свідомості

Китайська культура розвивалася у напрямку **упорядкування первісного хаосу**, як у природі, так і в самій людині. Відповідно, вже в давнину китайці звертали увагу на психічну діяльність, шукаючи способи вдосконалення мислення, емоційного стану та внутрішнього балансу.

Центральне місце в давньокитайській психології займає **вчення про Дао**

—
всесвітній закон гармонії. Свідомість людини, згідно з китайськими філософами, повинна рухатися відповідно до природного порядку речей, не чинити опору змінам, а гнучко адаптуватися до них. Уміння «плисти за течією» (*Увей*, дослівно – «недіяння») було вищим ідеалом мудрості, що дозволяло уникати внутрішніх конфліктів і досягати душевної рівноваги.

Однак у китайській психологічній традиції існувала ще одна модель – **етико-ритуальна свідомість**, сформована під впливом конфуціанства. Вона вимагала суворого дотримання церемоній, дисципліни, самоконтролю та виховання моральної особистості. Такий підхід заклав основи китайської культури як культури стриманості, соціальної гармонії та взаємоповаги.

Методи психічної саморегуляції у Стародавньому Китаї

Стародавні китайці розробили чимало методик, які можна розглядати як ранні форми психотерапії та саморегуляції свідомості:

1. **Медитативні практики Даосизму** – спрямовані на досягнення внутрішнього спокою через зосереджене дихання та споглядання.
2. **Дихальні вправи (Цигун)** – використовувалися для зміцнення фізичного і психічного здоров'я, розвитку концентрації уваги та усвідомленості.

3. **Конфуціанська самодисципліна** – формувала навички контролю над емоціями, виховання волі та збереження стабільного психічного стану.

4. **Ідея балансу між «Інь» та «Ян»** – передбачала збереження рівноваги між протилежними силами не лише в природі, а й у внутрішньому світі людини.

Деміфологізація та раціоналізація світогляду

На відміну від інших давніх цивілізацій, у Китаї міфологічне світосприйняття поступово втрачало свою первісну релігійну силу. Основну роль у цьому процесі відіграло поширення культу **шанування предків**, що замінив поклоніння богам. Боги у китайській традиції стали віддаленими й абстрактними символами – такими, як **Небо (Тянь), Дао, Велика Піднебесна**.

Цікаво, що китайська міфологія значно більше уваги приділяла **етичним нормам та людським стосункам**, ніж космогонічним питанням про походження світу. Багато міфологічних героїв поступово набули статусу реальних історичних діячів: міфічні імператори Фу Сі, Шень Нун і Хуан-ді стали уособленням мудрих правителів, які заклали основи державного управління, моральних цінностей та науки.

Психологічна унікальність китайської традиції

Головною особливістю китайської психологічної думки стало поєднання **етики, ритуалу та природного порядку** в єдину систему виховання особистості. На відміну від індійської традиції, яка робила акцент на внутрішньому самопізнанні, Китай зосередився на формуванні людини як частини суспільства, на гармонії між особистими та колективними інтересами.

Китайська культура створила **унікальну модель людини**, яка прагне внутрішнього балансу, дотримується моральних принципів і слідує природному плину життя. Ця концепція залишається актуальною і сьогодні, коли сучасна психологія знову звертається до східних практик як до ефективних методів саморегуляції та розвитку свідомості.

Даосизм: гармонія людини та Всесвіту

У VI–III століттях до н.е. численні вірування і традиційні обряди Стародавнього Китаю об'єдналися у релігійно-філософське вчення — даосизм. Засновником цього напрямку вважається легендарний мудрець Лао-цзи.

Даосизм відрізнявся критичним ставленням до релігійних догм, зокрема до ідеї створення світу богом. Основна концепція цього вчення полягала в тому, що життя природи і людини підпорядковується не волі богів, а загальному закону світобудови — **Дао**.

Сутність Дао

Дао, що перекладається як "шлях" або "дорога", є однією з найважливіших категорій давньокитайської філософії. Це вселенський закон гармонії, що визначає порядок речей і явищ у світі. Дао існує поза людською свідомістю і волею, воно не має початку і кінця, але з нього походить усе суще.

Дао можна сприймати як універсальну закономірність, яка керує Всесвітом, упорядковуючи хаос і створюючи гармонію. Воно одночасно є і субстанцією, і процесом, що перебуває у постійному русі. Через свою невловимість і глибину концепція Дао містить елементи містицизму, що надає даосизму особливого релігійно-філософського забарвлення.

Осягнення Дао і практика саморегуляції

Головною метою даосизму є осягнення Дао та слідування його природному руху. Для цього людина повинна досягти стану **У-вей** — "недіяння" або "діяння без зусиль". Це не означає повну пасивність, а радше гармонійне існування відповідно до природних ритмів світу, без зайвого насильства над собою і навколишньою реальністю.

Даосисти вважали, що надмірні бажання, агресія, жорстокість і прагнення до особистої вигоди порушують природний порядок і ведуть до страждань. Людина, яка живе у згоді з Дао, поступово очищує свій розум, пригнічує надмірні пристрасті й досягає внутрішнього спокою.

Космічна тріада і місце людини у Всесвіті

У даоському світогляді особлива увага приділяється взаємозв'язку **трьох начал: Неба, Землі та Людини**. Ідеальним станом є гармонійне поєднання людини з природними ритмами Всесвіту. Це досягається через самопізнання, медитативні практики та психофізіологічну рівновагу.

Ци — основа світобудови

За вченням даосизму, основою всього сущого є **ци** — універсальна життєва енергія. Вона складається з двох аспектів: **Інь і Ян**, які у взаємодії створюють баланс. Людина народжується в результаті поєднання різних видів ци: душа формується з найтонших частинок ци, а тіло — з грубих. Після смерті груба ци розпадається, а тонка повертається у Всесвіт.

Мудрець, що живе згідно з Дао, досягає **простоти, ясності та внутрішнього спокою**. Даосизм стверджує: "Той, хто пізнав себе, — просвітлена людина; той, хто перемиг себе, — могутній" (*Дао-де цзин*). Осягнення Дао — це глибокий психологічний досвід, у якому зникає різниця між "Я" і світом, між суб'єктом і об'єктом.

Даосизм сформував унікальну систему світогляду, що пропонує людині шлях гармонії з природою та самою собою. Його ідеї про баланс, внутрішній

спокій і природне існування вплинули на розвиток китайської культури, медицини та психології, залишаючись актуальними й сьогодні.

Конфуціанство

В епоху внутрішньої кризи китайського суспільства, коли руйнувалися патріархальні норми, гинула родова аристократія, яку змінювала влада правителів окремих царств, одним із основних напрямів філософсько-релігійної думки Стародавнього Китаю постає конфуціанство. Його засновником був Кун-цзи (Конфуцій, 551–479 рр. до н.е.) – філософ, мислитель і педагог, який прагнув відновити моральний порядок у суспільстві шляхом особистісного вдосконалення і дотримання традицій.

Конфуцій: Життя, Вчення і Вплив

Конфуцій (Кун-цзи, Кун-фу-цзи) – один із найвпливовіших мислителів в історії Китаю та всього світу, філософ, педагог і політичний діяч, який жив у VI–V століттях до н.е. Він заклав основи конфуціанства – системи етичних і філософських поглядів, що вплинули на культуру, державне управління та суспільну мораль Китаю та Східної Азії на багато століть вперед.

Життя Конфуція

Конфуцій народився приблизно в 551 році до н.е. у царстві Лу (сучасна провінція Шаньдун, Китай) у збіднілій аристократичній родині. Його батько помер, коли хлопчик був ще малим, і його вихованням займалася мати. Попри труднощі, Конфуцій мав сильний потяг до знань і самостійно здобув освіту, вивчаючи давні традиції, історію, літературу та ритуали.

Ще в юності він став відомим завдяки своїм знанням і моралі, і з часом почав займатися викладанням. Його метою було навчити людей правильному способу життя, який ґрунтувався б на чеснотах, гармонії в суспільстві та дотриманні традиційних норм. Він вірив, що виховання та самовдосконалення є ключем до ідеального суспільства.

Конфуцій прагнув реалізувати свої ідеї на державному рівні, тому обіймав різні державні посади. Він вірив, що правитель повинен бути моральним взірцем для народу, а держава повинна будуватися на чесності, доброчесності та гармонії.

У зрілому віці Конфуцій став радником у царстві Лу, де займав важливі державні посади. Однак його реформи викликали незадоволення впливових політичних сил, і він був змушений залишити свою батьківщину. Протягом 13 років він подорожував Китаєм, намагаючись знайти правителя, який би прийняв його вчення, але марно. Врешті-решт він повернувся в Лу, де продовжив викладати й записувати свої думки.

Основи вчення Конфуція

Філософія Конфуція не була релігією в класичному розумінні. Він зосереджувався на етиці, моралі та гармонії в суспільстві. Його вчення ґрунтувалося на кількох ключових принципах:

1. Жень – гуманність, людяність

Конфуцій вважав, що найвищою чеснотою є людяність – співчуття, доброта і повага до інших. Він закликав людей поводитися з іншими так, як вони хотіли б, щоб поводитися з ними.

2. Лі – ритуали і традиції

Дотримання ритуалів, традицій та соціальних норм забезпечує гармонію в суспільстві. Конфуцій наголошував, що правильна поведінка та ввічливість є основою стабільного життя.

3. Сяо – синівська шанобливість

Повага до батьків і предків є найважливішим моральним обов'язком людини. Це основа сімейних та суспільних відносин.

4. Чженмін – правильність імен

Кожна людина має відповідати своїй соціальній ролі. Наприклад, правитель має бути мудрим і справедливим, а піддані – шанобливими й чесними.

5. Цзюньцзи – шляхетна людина

Ідеал особистості – це цзюньцзи, тобто благородний, освічений і моральний індивід, який діє на благо суспільства, а не заради власної вигоди.

6. Правління чеснотою

Конфуцій вірив, що правитель повинен керувати не страхом і покараннями, а своїм моральним прикладом. Якщо керівник чесний і мудрий, то й народ буде таким самим.

Вплив і спадщина Конфуція

Конфуцій помер у 479 році до н.е., не побачивши, як його вчення змінює Китай. Але вже через кілька століть його ідеї стали основою китайської культури, державного управління і моралі.

Його учні записали його думки в книзі "Лунь Юй" (*Бесіди і судження*), яка стала основним текстом конфуціанства.

У II столітті до н.е. конфуціанство стало офіційною державною ідеологією Китаю. Його ідеї впливали на державну службу, освіту, сімейні цінності та суспільну мораль протягом понад двох тисяч років. Конфуціанство також поширилося на Корею, Японію та В'єтнам, ставши основою східноазійської культури.

Конфуцій був не лише філософом, а й реформатором, який прагнув зробити суспільство гармонійним, справедливим і моральним. Його вчення наголошують на важливості освіти, самовдосконалення, взаємоповаги та моральної відповідальності. Його ідеї залишаються актуальними й сьогодні, адже вони вчать, що головною силою, яка змінює світ, є не закони чи покарання, а моральний приклад і особиста добродієність.

Давнє конфуціанство стало втіленням і завершенням усього духовного досвіду попередньої національної цивілізації. Центральним поняттям у його вченні було «дао» – шлях морального вдосконалення, що проявляється у поведінці людей та їхніх взаєминах. Конфуцій наголошував на важливості самодисципліни та самоаналізу. Його учень Цзен-цзи передав такі настанови: «Я щоденно тричі піддаю себе самоаналізу, запитуючи себе: – Чи був я до кінця відданим у служінні людям? – Чи був я до кінця вірним у взаєминах із друзями? – Чи все я виконав з того, що було мені викладено (вчителями)?»

Конфуціанство зосереджене на етичних, соціально-політичних та освітніх аспектах життя. Його ідеал – «благородний муж» (цзюнь цзи) – людина, яка постійно вдосконалюється, виховує власну волю і володіє такими чеснотами, як людинолюбство (жень), дотримання ритуалу (лі), знання (чжи), обов'язок (і), вірність, шанобливість, правдивість, скромність та безкорисливість. Протиставленням благородного мужа є «мала людина» (сяо жень), що керується власною вигодою.

Конфуцій розглядав Небо (тянь) як найвищу духовну силу, яка стежить за справедливістю на землі. Він не зосереджувався на надприродному, проте вважав, що людина повинна осмислити своє призначення (мін), щоб стати дійсно моральною особистістю. Вчення Конфуція також містило концепцію «золотої середини» – гармонійного балансу між крайнощами, що сприяє стабільності суспільства.

Конфуціанство заклало основу китайської філософії, державного управління та освіти, вплинувши на розвиток культури та етики Китаю і суміжних країн. Його принципи продовжують відігравати важливу роль у сучасному китайському суспільстві.

Моїзм – філософія гармонії та практичної мудрості

Соціально-етичне вчення Мо Ді – моїзм – було справжнім викликом традиційним поглядам Давнього Китаю. Засноване на принципі **«усезагальної любові і взаємної користі»**, воно ставило за мету не просто індивідуальне вдосконалення, а створення суспільства, де кожен керується загальним благом. Мо Ді вважав, що людина повинна узгоджувати свої дії з інтересами держави, але не сліпо підкорюватися, а діяти на основі розуму та справедливості.

Любов як ключ до гармонії

Головним принципом свого вчення Мо Ді вважав «усезагальну любов». На його думку, якщо люди навчаться ставитися один до одного з рівною турботою, це усуне причини воєн, економічних криз і політичного хаосу. Він виступав проти конфліктів та насильства, стверджуючи, що війни не лише знищують держави, а й розбещують людську природу. Мо Ді закликав людей допомагати одне одному, займатися корисною працею та дбати про моральність.

Мудрі мають керувати

Мо Ді вважав, що владу повинні отримувати не за родовитістю чи знатністю, а за реальними здібностями. Його концепція «вшанування талантів» (**шан сянь**) передбачала, що на керівні посади потрібно висувати найрозумніших і найдостойніших, незалежно від їхнього походження чи соціального статусу. Це було радикальним відходом від конфуціанської системи, де велике значення надавалося знатному походженню та традиції.

Віра в активність, а не в долю

Мо Ді категорично заперечував ідею приреченості та долі, яку підтримували деякі інші школи філософії. Він вважав, що віра у фаталізм – це шлях до пасивності та деградації суспільства. На його думку, людина сама формує свою долю через працю, розум і моральний вибір. Тому він називав прихильників ідеї «приреченості» «**руйнівниками справедливості**».

Пізнання як основа прогресу

Філософія Мо Ді значною мірою відрізнялася від конфуціанського погляду на знання. Він не вірив у їхню вродженість, а вважав, що мудрість формується через досвід і аналіз. Його метод пізнання базувався на трьох критеріях істини:

1. **Підстава** – звернення до досвіду мудрих правителів минулого.
2. **Джерело** – перевірка фактів через спостереження та досвід багатьох людей.
3. **Продуктивність** – практичне застосування знань у державному управлінні та житті.

Ідеї Мо Ді про соціальну рівність, цінність праці, моральне управління та активну позицію людини у творенні свого життя залишаються актуальними і в сучасному світі. Його філософія може слугувати джерелом натхнення для тих, хто прагне справедливого і гармонійного суспільства, побудованого не на насильстві, а на розумі, співпраці та взаємній підтримці.

Природничі теорії у Стародавньому Китаї

У Стародавньому Китаї, поряд із релігійно-філософськими та етичними ідеями, розвивалися й природничі (матеріалістичні) уявлення щодо психічної діяльності людини. Ці уявлення ґрунтувалися на спостереженнях за природними явищами, взаємозв'язком людини з навколишнім світом та фізіологічними процесами в організмі. Одним із найбільш значущих представників матеріалістичної школи Стародавнього Китаю вважається Ван Чун – мислитель-матеріаліст, скептик, автор полемічної праці «Лунь хэн» («Критичні розмірковування»).

Погляди Ван Чуна

Ван Чун вирізнявся критичним підходом до загальноприйнятих «істин». Він спростовував віру в те, що небесні затемнення чи поява незвичайних тварин і птахів є знаками, які свідчать про моральні якості правителя або небесну кару. Натомість, він пояснював їх як закономірні природні явища. Ван Чун рішуче виступав проти містики та ідеалізму релігійно-філософських вчень, підкреслюючи важливість раціонального пояснення світу.

Протиставляючи релігійно-телеологічні концепції, він висував ідею спонтанності природного порядку речей і наголошував на повній обумовленості людського існування природними чинниками. Закономірності природи, на його думку, є ключем до розуміння людської психіки. Вчений заперечував теорію вроджених знань та особливих інтелектуальних переваг окремих груп суспільства, наголошуючи на важливості чуттєвого сприйняття та досвіду як основи пізнання.

Філософія Фань Чжена

Іншим важливим мислителем, який розвинув матеріалістичні погляди на психіку, був Фань Чжен. Він виступав проти ідеї безсмертя душі, підкреслюючи, що дух є невіддільним від матеріального тіла. Фань Чжен пояснював: «Тіло – це матерія духу; дух – це функція тіла... Назви різні, проте сутність одна... Дух для матерії те ж саме, що гострота для ножа... Назва «гострота» не є ніж. Назва «ніж» не є гострота. Природно, що без гостроти немає ножа, а без ножа немає гостроти. Ніхто не чув, щоб ніж зникав, а гострота існувала. Хіба ж можна припустити, що тіло помирає, а дух продовжує існувати?»

Ці ідеї були радикальними для свого часу, оскільки заперечували загальноприйняті уявлення про потойбічне життя та карму. Фань Чжен вважав, що заперечення безсмертя душі сприятиме звільненню людей від страху перед покараннями у загробному світі, а також допоможе розвивати раціональне мислення.

Вплив природничих теорій на світогляд Стародавнього Сходу

Внесок цивілізацій Стародавнього Сходу у світову культуру та науку є неоціненним. Вчення китайських мислителів допомогли закласти основи майбутньої психології, медицини та природознавства. Люди Стародавнього світу, збагачені багатовіковим досвідом, осмислювали природу речей, розвивали морально-етичні та релігійні концепції, що визначали їхнє місце у світі.

Міфологія, релігія, мистецтво та філософія поступово формували основи знань про людину та її психіку. Через раціональне осмислення навколишнього середовища давні мислителі зробили перші кроки на шляху до наукового пізнання психічних явищ, створивши підґрунтя для майбутнього розвитку науки про свідомість.

7. Теоретичні питання до заняття:

1. Формування первісних уявлень про душу.
2. Основні форми міфології.
3. Релігійний етап становлення психологічних уявлень
4. Філософський етап розвитку психологічних ідей.
5. Психологічні ідеї Стародавнього Сходу.
6. Психологічні уявлення в Стародавньому Єгипті.
7. Основи єгипетських уявлень про душу та свідомість
8. Медичні папіруси
9. Роль магії та релігії
10. Вплив муміфікації на медичні знання
11. Психологічні вчення у Стародавній Індії.
12. Індуїзм
13. Джайнізм
14. Буддизм
15. Йога як ключовий елемент психологічної думки Стародавньої Індії
16. Психологічна думка у Стародавньому Китаї
17. Методи психічної саморегуляції у Стародавньому Китаї
18. Деміфологізація та раціоналізація світогляду у Стародавньому Китаї
19. Даосизм: гармонія людини та Всесвіту
20. Конфуціанство
21. Моїзм – філософія гармонії та практичної мудрості
22. Вплив природничих теорій на світогляд Стародавнього Сходу

8. Тестові завдання для самоконтролю:

1. Міф це

- A) оповідь, що пояснює походження певних складників світобудови чи світу
- B) літературний прозовий твір середньої форми, довший за оповідання, але коротший за роман
- C) народний або літературний твір про вигадані, часто фантастичні події
- D) літературний формат, найпоширеніший у XVIII-XX століттях; великий за обсягом, складний за будовою епічний твір
- E) різновид творів масової культури

2. Метемпсихоз - це

- A) розлад нервової системи, що виникає через надмірні психоемоційні навантаження
- B) один із психічних розладів, для якого характерними є порушення мислення і сприйняття, а також емоцій та поведінки
- C) тривожно-фобічний розлад
- D) переселення душ

3. Філософія -

- A) система загальних теоретичних поглядів на світ, місце в ньому людини, з'ясування різноманітних форм відносини людини до світу
- B) набір культурних систем, систем цінностей і світоглядів, які встановлюють відношення людства до духовності, а іноді й до моральних цінностей
- C) наука, що вивчає психічні явища
- D) наука про становлення, розвиток та функціонування соціальних спільнот, процесів та відносин

4. Основною метою буддизму є

- A) підведення людини до безпосереднього, особистісного розуміння Істини
- B) пропагуванні переваги одного народу (нації) над іншими народами
- C) особливий погляд на життя і на смерть
- D) система цінностей, установок, способів поведінки і життєвих стилів певної соціальної групи

5. Йога -

- A) релігійно-філософське вчення, яке, розділяючи основні положення індуїзму, стверджує пріоритетність на шляху злиття індивідуальної душі із божеством систему вправ і медитацій, спрямованих на самореалізацію

- В) система фізичних вправ, яка сприяє загальному розвитку організму та зміцненню здоров'я
- С) все, що існує, постійно змінюється, знаходячись у русі кожної миті часу
- Д) динамічний стан розуму, що постійно еволюціонує, стан абсолютного спокою і гармонії

6. Історія психології - це:

- А) наукова теорія, яка досліджує закономірності, джерела та рушійні сили розвитку людини і суспільства
- В) наука, що досліджує минуле людини і суспільства з метою розуміння сучасності та визначення перспектив розвитку майбутнього
- С) область психологічної науки, вивчає хронологію розвитку психологічних знань

7. Психологія виникла як наука

- А) про душу
- В) про свідомість
- С) про поведінку

8. В основу міфологічного світобачення покладено ідею всезагального одухотворення природи

- А) анімізм
- В) тотемізм
- С) шаманство
- Д) фетишизм

9. Вислів «Світ у своєму розвитку проходить через три фази: міфологічну-теологічну-наукову»

- А) Вільгельму Вундту
- В) Огюсту Конту
- С) Френсісу Бекону
- Д) Карлу Юнгу

10. Перші уявлення про психічну діяльність людини й тварини з'являються в межах:

- А) лише сучасного світу
- В) донаукового знання

**Відповіді до тестових завдань для самоконтролю з теми:
«Зародження психологічної думки у стародавньому світі»**

№ питання	Відповідь
1.	A
2.	D
3.	A
4.	A
5.	A
6.	C
7.	A
8.	A
9.	B
10.	B

9.ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Історія психології: від античності до початку XX століття : навч. посібник / Авт-уклад. О. П. Коханова, 2016. – НВП «Інтерсервіс». – 235 с.
2. Токарева Н. М. Історія психології: від витоків до епохи Просвітництва: підручник. Кривий Ріг : Вид. Р. А. Козлов, 2022 (Частина I). 384 с.
3. Яцина О.Ф. Історія психології: становлення і розвиток клінічної психології в історичних процесах: навчальний посібник. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2023. 184 с
4. Євдокімова О. О. Історія психології: навч. посіб. / О. О. Євдокімова; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. – 2-ге вид. допов. – Харків, 2020. – 320 с.
5. Міщенко Т.С. Савіна М.В., Штриголь Д.В., Лісна Н.М. Медична психологія : навчальний посібник у двох частинах. Частина 1. Загальні питання медичної психології : навч. посіб. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2020. 106 с.
6. О. П. Коханова. Історія психології: від античності до початку XX століття : навч. посібник, 2016. – НВП «Інтерсервіс». – 235 с.
7. Махній М. М. Історія психології: навчальний посібник /М.М. Махній. - Київ: Видавничий Дім “Слово”, 2016. - 472 с.
8. Ковальчук З. Я. Історія психології: курс лекцій. Частина 2: для студентів спеціальностей «Психологія», «Практична психологія» / З. Я. Ковальчук. – Львів: ЛьвДУВС, 2013. – 344 с.

9. В. Роменець, І. Маноха. Історія психології ХХ століття/Либідь, 2017. – 1056 с. І.Я. Губенко, О.С. Карнацька, О.Т. Шевченко. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та міжособового спілкування: підручник /. — 3-є видання/Київ, 2021.- 312 с.
10. Спіріна І. Д., Вітенко І. С., Напреєнко О. К. та ін. Медична психологія : державний національний підручник. Дніпропетровськ : ЧП «Ліра» ЛТД, 2012. 444 с.
11. В.О. Татенко. Сучасна психологія: теоретично-методологічні проблеми : навч. посіб. /– К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2009. – 288 с.
12. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / Вид. 3-тє. – Луцьк : ВежаДрук, 2017. – 420 с
13. Я.В. Кічук. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасна психологія: проблеми і перспективи». Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2022. 136 с.

Допоміжна:

1. Ю. М. Вільчинський, Л. В. Северин-Мрачковська, О. Б. Гаєвська та ін. Філософія (2019): навч. посіб. / Київ : КНЕУ. 368 с.
2. Копець Л. Класичні експерименти в психології : Навч. посібник / Л. Копець. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2010. – 283 с
3. Вітенко І. С., Чабан О. О., Бусло О. О. Сімейна медицина. Психологічні аспекти діагностики, профілактики і лікування хворих. Тернопіль : Укрмедкнига, 2002. 187 с.
4. Роберт Сапольскі. Біологія поведінки. Причини доброго і поганого в нас/Наш формат, 2021.-672 с.
5. Вітенко І. С. Медична психологія : підручник. Київ : Здоров'я, 2007. 208 с.
6. П. М'ясоїд. Курс загальної психології. У 2-х томах. Том 1, 2/2013.- 758 с.
7. Каліна Н. Ф. Психотерапія. Підручник / Н. Ф. Каліна. – К. : Академвидав України, 2010. – 288 с.
8. Загальна та медична психологія (практикум) /Під заг. ред. проф. І.Д.Спіріної, проф. І.С.Вітенка. - Дніпропетровськ, АРТ ПРЕС, 2002. 176 с.
9. Максименко С. Д., Коваль І. А., Максименко К. С., Папуча М. В. Медична психологія; заг. ред. С. Д. Максименко. / Підручник. Вінниця : Нова книга, 2008. 520 с.
10. Мацко, Л. А. Основи психології та педагогіки: навчальний посібник для студентів заочної форми навчання. / Л. А. Мацко, М. Д. Прищак, В. Г. Годлевська. – Вінниця: ВНТУ, 2009. – 163 с.

Посилання на інформаційні ресурси в Інтернеті, відео-лекції, інше методичне забезпечення

<http://dspace.univer.kharkov.ua/>

https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/16139/1/O_Kokhanova_IP_IL.pdf

<https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/.pdf>

<https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi72/0053056.pdf>

https://document.kdu.edu.ua/info_zab/053_439.pdf

Укладач:
асистент

Хрол Н.В.

Електронне навчальне видання комбінованого використання
Можна використовувати в локальному та мережному режимі

Хрол Наталя Володимирівна

ЗАРОДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДУМКИ У СТАРОДАВНЬОМУ СВІТІ

Методичні рекомендації
для здобувачів вищої освіти 1-го курсу медичного факультету
з дисципліни «Історія психології та сучасні напрямки психології»

В авторській редакції

Підписано до розміщення 21.05.2025. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 1,93. Обсяг 0,732 Мб. Зам. № 417/25.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3367 від 13.01.2009
Видавництво ХНУ імені В. Н. Каразіна