

## ФІЛОСОФІЯ БІОХАКІНГУ

Ермакова С. С., д.пед.н., професор; Патрашку Є. В., аспірант  
(кафедра філософії, політології, психології та права)

Самовдосконалення і особиста ефективність – глобальний тренд свідомого людства. Сучасний світ відкриває перед людьми величезні перспективи, що здатні розширити межі знань і фізичних можливостей. У розвинених країнах з високим рівнем медицини та вимогливим ставленням до власного здоров'я застосовують *біохакінг* як спосіб контролювано поліпшити фізичний і ментальний стан. В основі біохакінгу реалізація надлюдини, оптимальне відновлення ментального та фізичного здоров'я, досягнення високої продуктивності, продовження життя та поліпшення його якості.

Так, Д. Еспрі визначає *біохакінг* як процес використання науки, біології та самостійних експериментів для контролю і вдосконалення свого тіла, розуму і життя. М. Беррус зазначає, що наразі набирає популярності таке явище як біологічне поліпшення, прихильники якого використовують технології для модифікації свого тіла за естетичними або функціональними причинами. Відтак, біохакінг отримав різкий розвиток з початком використання широкого спектру ІТ-проектів та ідей DIY (процес придбання певних здібностей в ході створення будь-якого предмета, розробки деякого проекту) застосуванням ІТ-технологій в таких біологічних системах як людське тіло, а також і вся біосфера. Отож, деякі науковці під біохакінгом розуміють популярну течію, прихильники якої прагнуть оптимізувати роботу людського організму та світу й зробити його здоровішим і продуктивнішим.

В Україні біохакінг набув популярності з 2017 р. після публікації С. Фаге. Мета С. Фуге виділяє шість блоків роботи над собою: гігієна сну, оптимальне харчування, оптимальні фізичні навантаження, ментальне здоров'я, медичні тести, добавки та ліки. Важливо, що всі блоки повинні працювати у комплексі. Щоб не нашкодити собі, науковець дотримується методології: перевіряє науковість та логічність тактики, думки незалежних експертів (лікарів), його цікавить, чи варто результат витрат, а також, чи може він відстежувати метрики, пов'язані з тактикою. Йдеться про використання медицини для здорових: можна покращувати здібності здорових людей до надлюдських. Таке ж бажання досягти суперрезультатів знайшло в Україні багато послідовників. Проте напрям біохакерства, безумовно, треба досліджувати та поширювати серед населення України.