

УДК 272/273-42-284-18

DOI <https://doi.org/10.52761/3041-1777.2025.20.5>

## МОРАЛЬНО-БОГОСЛОВСЬКИЙ АСПЕКТ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

**Руслан П'ЯСТА**

*доктор філософії з богослов'я, доцент,  
проректор з науково-педагогічної роботи, доцент кафедра богослов'я,  
директор і науковий співробітник Науково-дослідного інституту капеланства,  
ПЗВО «Івано-Франківська академія Івана Золотоустого»,  
вул. Софрона Мудрого, 22, м. Івано-Франківськ, 76019, Україна.*

*e-mail: [pyasta.r@ifai.z.edu.ua](mailto:pyasta.r@ifai.z.edu.ua)*

*ORCID: [0000-0001-7905-3719](https://orcid.org/0000-0001-7905-3719)*

**Нестор НАГОРНЯК**

*магістр богослов'я,  
протоієрей, Коломийська єпархія УГКЦ  
вул. І.Франка, 29, 78203, м. Коломия Івано-Франківської області, Україна*

*e-mail: [n.nagorniak2018@gmail.com](mailto:n.nagorniak2018@gmail.com)*

*ORCID: [0000-0001-5256-3399](https://orcid.org/0000-0001-5256-3399)*

**Бібліографічний опис статті:** П'яста Р, Нагорняк Н. (2025). Морально-богословський аспект інтелектуального розвитку особистості. *Добрий Пастир: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія.* 20, 62–75. <https://doi.org/10.52761/3041-1777.2025.20.5>

*Внаслідок стрімкого розвитку секуляризації та занепаду загальноприйнятих цінностей, постає проблема ідентичності особи. Бути собою – це питання не суспільства чи держави, але особистого вибору людини. Недоліком сучасної особистості є набута слабкість та страх приниження до виявлення власної позиції у соціумі. Особа, зазвичай, піддається впливу натовпу. Це означає робити те, що інші вважають за правильне, модне, смішне і т. д. При цьому, особистість втрачає всі дані їй, освітою й сім'єю, добрі звички та чесноти. Переважно це стається тоді, коли людина переходить із культурного середовища до секуляризуючого (те, яке втратило цінності). Втрата цінностей призводить до загублення власної мети та сенсу свого існування. Як бути собою? Чи може ця звичка привести людину до успіху? Як віднайти власну ідентичність?*

*Є тут також загроза підміни понять – це «моралізуючий атеїзм», якщо його можна так назвати. Антропологічна позиція в соціумі, що пропагує світогляд, ніби без Бога можна бути взірцем доброти і правди. Таку філософську концепцію ще називають «новий атеїзм».*

Тож у даній статті ми будемо досліджувати науково-богословський аспект звички «вчитися», а також вплив читання на розвиток особистості. Слід зазначити, що вивченням методів навчання та їх реалізацією, більшою мірою, займається педагогіка. Однак, богослов'я теж відіграє важливу роль в даному питанні, оскільки перші університети Європи були створені Католицькою Церквою, а праці відомих церковних учителів та доктрина Церкви загалом демонструють одностайність в цьому питанні.

**Ключові слова:** християнство, розвиток, особистість, навчання, свідчення віри, Сповідь, Євхаристія, парадигма, книги, читання, відпочинок, моральне богослов'я, мотивація, дисципліна, молитва, знання, наука, мислення, Католицька Церква.

### **Ruslan PIASTA**

*Doctor of Philosophy in Theology, Docent,*

*Vice-Rector for Scientific and Pedagogical Work, Associate Professor of the Department of Theology, Director and Research Fellow of the Research Institute of Chaplaincy,*

*PHEI «Ivano-Frankivsk Academy of Ivan Zolotoustyj»,  
Sofron Mudryy str., 22, 76019, Ivano-Frankivsk, Ukraine*

*e-mail: [pyasta.r@ifaz.edu.ua](mailto:pyasta.r@ifaz.edu.ua)*

*ORCID: [0000-0001-7905-3719](https://orcid.org/0000-0001-7905-3719)*

### **Nestor NAHORNIAK**

*Master of Theology,*

*Kolomyia Diocese of the UGCC*

*I. Franka St., 29, 78203, Kolomyia, Ivano-Frankivsk Region, Ukraine*

*e-mail: [n.nagorniak2018@gmail.com](mailto:n.nagorniak2018@gmail.com)*

*ORCID: [0000-0001-5256-3399](https://orcid.org/0000-0001-5256-3399)*

## **MORAL-THEOLOGICAL ASPECT OF INTELLECTUAL DEVELOPMENT OF THE PERSONALITY**

*Due to the rapid development of secularization and the decline of universally accepted values, the issue of personal identity arises. Being oneself is not a matter of the society or the state, but a personal choice. A drawback of the modern personality is the acquired weakness and fear of humiliation when expressing one's own position in society. A person is usually influenced by the crowd. This means doing what others consider to be right, fashionable, funny, etc. At the same time the personality loses all the good habits and virtues imparted by the education and family. This primarily occurs when a person moves from a cultural environment to a secularizing one (the one that has lost its values). The loss of values leads to the loss of one's own purpose and the meaning of existence. How can a person be oneself? Can this habit lead a person to success? How can one find their true identity?*

*There is also the threat of a substitution of concepts – this is "moralizing atheism," if it can be called that. The anthropological position in society, which propagates the worldview that one can be a model of goodness and truth without God. This philosophical concept is also referred to as "new atheism."*

*Thus, in this article, we will explore the scientific-theological aspect of the habit of "learning," as well as the impact of reading on the development of the personality. It should be noted that the study of teaching methods and their implementation is primarily the domain of pedagogy. However, theology also plays an important role in this matter, as the first universities in Europe were established by the Catholic Church and the works of famous church teachers and the doctrine of the Church in general demonstrate unanimity on this issue.*

**Key words:** *Christianity, development, personality, learning, testimony of faith, Confession, Eucharist, paradigm, books, reading, rest, moral theology, motivation, discipline, prayer, knowledge, science, thinking, Catholic Church.*

**Постановка проблеми.** У інформаційному просторі, за останні 20 років, спостерігається поширення ідеології індивідуалізму, релятивізму, войовничого секуляризму та позитивізму. Про ці ментальні виклики застерігав ще світлої пам'яті папа Венедикт XVI, коли писав такі книги як: «Сіль Землі: християнство й Католицька Церква в XXI столітті», «Цінності в часи перемін», «Божа Революція» та «Бог і світ».

Індивідуалізм – це усвідомлення особистості в її окремому від інших людей існуванні. А звучить він приблизно так: «людина має шукати щастя в собі», «головне, що мені добре, а все інше не є важливе», «я сам собі голова». Зазвичай індивідуалізм супроводжується надмірною самовпевненістю, адже надає основну перевагу піднесенню на п'єдестал особистих якостей людини. Поширюється ця філософська парадигма дуже просто: через книги, відео ролики, тощо, які поширюються в мережах TikTok, Facebook, Instagram, YouTube і т. д. Їх інформаційний зміст просякнутий словами й виразами на кшталт: «як знайти найкращу мотивацію?», «стань переможцем», «не слухай нікого, адже ти найкращий», «успіх – це ти». Скривлений погляд торкається проблеми інтелектуального пізнання людини, адже парадигма індивідуалізму розцінює освіту і навчання як шлях задоволення матеріальних потреб людини і її кар'єрного зросту.

Релятивізм – це трактування загальноприйнятих етичних норм так, як людина сама того хоче. Наприклад: «я сам вважаю, що є добре, а що зле», «не обов'язково слухати Церкву, адже Бога можна розуміти по-своєму». Течія релятивізму приймає суб'єктивну думку особи вище за Боже Слово та навчання уряду Католицької Церкви.

Войовничий секуляризм – це боротьба з християнськими цінностями, загальноприйнятими етичними нормами та мораллю. Він штовхає на думку, що Церква, молитва, освіта й навчання є непотрібні.

Якщо узагальнити вище сказане, то у цій статті ми спробуємо здійснити морально-богословське обґрунтування сфери інтелектуального розвитку особистості, чим і окреслимо контраргумент філософським течіям, які були перелічені вище.

Дана стаття виконується в рамках комплексних тем науково-дослідної роботи кафедри богослов'я, науково-дослідного інституту капеланства: «Християнська віра в Бога – парадигма духовних сил людини в кризових ситуаціях сучасного українського соціуму», термін виконання з 01.10.2022 року по 30.09.2025 року (затвердженої рішенням Вченої ради Академії, протокол № 2 від 15.09.2022 року) та «Богословські аспекти духовного зцілення в контексті кризових ситуацій сучасного українського суспільства», термін виконання – з 01 жовтня 2025 р. по 30 вересня 2030 р. (затверджено рішенням Вченої ради Академії, протокол №2 від 19.09.2025 р.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливими при написанні даної статті є офіційні документи Католицької Церкви, зокрема енцикліка папи Івана Павла II «Familiaris consortio», книга папи Венедикта XVI «Сіль Землі», Катехизм Української Греко-Католицької Церкви: Христос – наша Пасха, звернення Блаженнішого Святослава: «Майбутнє нашої Церкви, України і народу залежить від освіти та виховання наших дітей», стаття Н. Павлишин «Блаженніший Святослав про Католицьку освіту», книга Ж. Віллема «Європа та релігії. Ставки XXI століття», стаття А. Чорненка та Н. Нагорняка «П'ять порад успіху від Блаженнішого Святослава Шевчука та їх науковий аспект», а також біблійні цитати та вислови відомих церковних провідників

Вище наведені джерела є цінні тим, що вони дозволяють здійснити комплексний нарис вказаної проблеми: сутність інтелектуального буття людини, її зв'язок з Творцем та реалізація особистості в Бозі. Це дозволить розширити морально-богословське дослідження у сфері даної проблематики.

**Метою статті** є розглянути та дослідити антропологічну та духовну цінність навчання та вплив на формування і розвиток особистості, обґрунтувавши, що доктрина Католицької Церкви не суперечить науці, а закликає до розвитку керуючись Божим Об'явленням.

#### **Виклад основного матеріалу.**

**Вплив навчання на інтелект особи.** На перший погляд здається, що вчитися дано не всім. Комуś щастить, а комуś – ні. Зазвичай від багатьох можна почути такі слова: «розумний той, хто має талант», «вчитися не потрібно», «у моєму селі (місті) погана освіта», «хороші оцінки має той, кого любить викладач», «я мав би хорошу освіту як би не...» і так далі. Такі думки можуть привести до хибного уявлення: успішним треба народитися. Однак, щоб розпочати ефективно навчання слід поглянути на освіту під іншим кутом. Про це ми зараз поговоримо докладніше. Ульріх Бек каже, що «позбавлення науки монополії на знання призводить до того, що хоча наука стає дедалі необхіднішою, вона є дедалі менш достатньою для того, щоб виробити суспільно

затверджене визначення істини»<sup>1</sup>. Знання істини є важливе, бо без неї особистість не матиме орієнтиру в процесі свого розвитку.

Блаженніший Святослав Шевчук, глава УГКЦ, аргументує: «католицький підхід до навчання означає такий рівень освіти, що відповідає міжнародним стандартам. Метою поточної освітньої реформи в Україні є досягнення в державній освіті того самого рівня навчання, який притаманний католицькій освіті»<sup>2</sup>.

Відомий християнський письменник, Тертуліан, твердив: «вірую, тому що це абсурдно»<sup>3</sup>. Однак, у XXI столітті така думка не зовсім актуальна. Віра потребує раціональних аргументів. Бог не вимагає від людини сліпої віри. Особистість повинна застосовувати критичне мислення, щоб відкинути помилкові філософські думки і цілісно розуміти Святе Письмо та навчання Католицької Церкви. Зрештою сам папа Венедикт XVI твердив, що віра є раціональна і вона потребує, щоб її пояснили. Блаженніший Святослав також додає, що католицька освіта покликана сформувати успішну християнську особистість – людину, яка буде вміти бачити перспективи там, де ніхто їх не бачить. Сьогодні переповнене різними видами інформації, тому католицька освіта має за пріоритет вказати, учневі чи студенту, правильний напрямок всебічного розвитку: ефективне навчання, християнські цінності, молитва, широкий спектр спілкування тощо. Сучасна особистість, оскільки світ дуже динамічний, повинна вміти швидко набувати нові навички та успішно адаптуватись до суспільних нововведень<sup>4</sup>.

Раціоналізм, у своїй суті, дуже часто відкидає віру і прагне все обґрунтувати логічним шляхом. Такий підхід не є правильним, оскільки в Церкві є присутні речі, які важко науково пояснити. До них відносимо Об'явлення Пресвятої Богородиці в різних куточках світу, а також містичний досвід багатьох святих. Серед них такі як: свята Фаустина Ковальська, святий отець Пію, святий Карло Акутіс та багато інших. Віра є невід'ємною частиною розуму, а розум може вповні реалізувати себе тільки через віру.

У сучасному суспільстві існує стереотип, що віра йде всупереч науці. Однак, слід детальніше дослідити це твердження. Папа Іван Павло II багато висловлювався про потребу діалогу між вірою та наукою: «віра і розум, як два крила людського духу, що підносять до істини»<sup>5</sup>. Папа Венедикт XVI зазначає: «як творіння походить із розуму і є розумним, так і віра є, так би мовити, допіру

<sup>1</sup> Віллем Ж. Європа та релігії. Ставки XXI століття / пер. з фран. Д. Каратаєва. Київ: Дух і літера, 2006, с. 191.

<sup>2</sup> Павлишин Н. Блаженніший Святослав про Католицьку освіту. Професійний центр ім. Св. І. Боско. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dyvensvit.org/novyny/1021264/>, дата консультації: 10.03.2025.

<sup>3</sup> Підручники. Тертуліан: «Вірю, тому що абсурдно». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian\\_viruyu\\_absurdno](https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian_viruyu_absurdno), дата консультації: 10.03.2025.

<sup>4</sup> Павлишин Н. Блаженніший Святослав про Католицьку освіту. Професійний центр ім. Св. І. Боско. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dyvensvit.org/novyny/1021264/>, дата консультації: 10.03.2025.

<sup>5</sup> Троян О. Вплив читання на розвиток мозку. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vsiknygy.net.ua/neformat/48961>, дата консультації: 11.03.2025.

сповненням творіння, а отже – дверима до розуміння; я в цьому переконаний. Тому вірити означає прийти до розуміння і знання»<sup>6</sup>.

Наука – це не перешкода вірі, а один зі способів шляху до Бога. Варто взяти до уваги постать апостола Павла. У книзі Діянь апостолів дізнаємося, що він мав високу освіту. Апостол Павло закликає вірних розуміти, що освіта є побудовою живого храму Бога і для досягнення цієї мети необхідна міцна основа: «як ви прийняли вчення про Христа Ісуса як Господа, так і продовжуйте в Ньому: покладіть своє коріння [у Ньому] і будуйте себе далі» (Кол. 2: 6-15). Життя на основі Ісуса Христа, який є міцним фундаментом, є важливим для будівництва цього живого храму. Освіта повинна сприяти вихованню людей таким чином, щоб молоді відкривали Божу любов, підтримували близькі стосунки з Ним і будували своє життя на цій основі<sup>7</sup>.

Блаженніший Святослав Шевчук твердить, що основою права людини на повноцінне виховання є її гідність у всіх аспектах: духовному, моральному, інтелектуальному, фізичному та соціальному. Коли ми поважаємо гідність кожної особи, ми визнаємо її свободу і відповідальність, щоб вона мала можливість правильно формувати своє життя шляхом зусиль і подолання труднощів. Цілісна особистість не тільки накопичує знання, але й вмє самостійно аналізувати, критично мислити, бути свідомою та відповідальною за свої дії<sup>8</sup>.

Одним із основних аспектів освіти є дисципліна. Про неї цікаво висловлюється Аристотель: «ми це те, що ми неодноразово робимо. Досконалість – це не вчинок, а звичка»<sup>9</sup>. Бачимо, що Аристотель ототожнює дисципліну з досконалістю. Зрозуміло, що навчання не є для слабких. Кожне намагання чогось навчитися потребує тотальних зусиль. Більшість людей мають намір щось здобувати, але до справи руки так і не доходять. Причиною цього є елементарна лінь, яка шкодить душі та розуму людини. Лінь (чи нудьга) руйнує будь-яке бажання розвиватися. Диявол часто використовує лінь для того, щоб відвернути людину від Бога. Саме тому Церква відносить поняття ліні до головних гріхів<sup>10</sup>.

Блаженніший Святослав Шевчук зазначає, що людина, яка вільна і має почуття гідності, завжди готова нести відповідальність, жити чесно і виявляти патріотизм. Така особа, отримавши ґрунтовне навчання й виховання, вмє ефективно використовувати свої набуті знання й навички на благо інших людей, нашої держави й у служінні Богу. Цілісне виховання допомагає їй розкрити свій

<sup>6</sup> Венедикт XVI. Сіль Землі: Християнство і Католицька Церква в XXI столітті. Розмова Петера Завальда з Йосифом Рацінгером / пер. з нім. О. Конкевича. Львів: Місіонер, 2007, с. 34.

<sup>7</sup> Кінцева мета освіти. Євангелізація і зростання у святості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://xic.com.ua/z-zhyttja/11-intervju/355-2015-08-25-15-04-58>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>8</sup> Синод Єпископів УГКЦ. Звернення Блаженнішого Святослава: «Майбутнє нашої Церкви, України і народу залежить від освіти та виховання наших дітей». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://synod.ugcc.ua/data/zvernennya-blazhennishogo-svyatoslava-maybutn-nashoy-tserkvy-ukrayny-i-narodu-zalezhyt-vid-osvity-ta-vyhovannya-nashyh-ditey-3284>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>9</sup>

<sup>10</sup> Катехизм Української Греко-Католицької Церкви: Христос – наша Пасха. Львів, 2011, с. 307.

потенціал та прагнути до кінцевої мети свого життя, принесення користі та добра оточуючим<sup>11</sup>.

У розвитку особистості важливим моментом також є взаємодія із старшим поколінням: дідусями, бабусями, батьками і т. д. Папа Франциск зазначає: «любити й поважати старше покоління та переймати в них цінний життєвий досвід. Первинним середовищем для хороших манер має бути сім'я, а батьки – першими вихователями»<sup>12</sup>. Ще зі Святого Письма ми дізнаємося, що сивина – це ознака мудрості. Тому, важливо шанобливо ставитися до літніх людей, бо вони мають здатність, зі свого досвіду, примирювати молодих людей і давати корисні поради. Папа Іван Павло II, у енцикліці «*Familiaris consortio*», навчає: «насправді життя літніх осіб полегшує нам усвідомлення єрархії людських цінностей; виявляє нерозривність поколінь і прекрасно представляє взаємозалежність Божого Люду. Літні особи мають харизму долання бар'єрів між поколіннями, перш ніж вони з'являться. Скільки дітей знайшли зрозуміння і любов в очах літніх людей»<sup>13</sup>.

Предстоятель УГКЦ, Святослав Шевчук, твердить, що ми маємо постійно й уважно стежити за якістю навчання та виховання дітей і молоді, бо це наша відповідальність перед Богом і народом. Важливо, щоб зміст освіти не суперечив християнському світогляду, а натомість ґрунтувався на наших тисячолітніх християнських традиціях та культурі<sup>14</sup>. Таким чином, витоки та важливість звички «вчитися» стають важливими в контексті взаємодії віри та розуму.

**Вплив читання на розвиток особистості.** Слід зазначити, що брак читання є серйозною проблемою серед нинішнього суспільства. Директорка Українського інституту книги Олександра Коваль, під час Всеукраїнського форуму «Україна. Культура. Медіа. Туризм»<sup>15</sup> розповідає, що в Україні і в кількох європейських країнах можна помітити значну різницю в ситуації з читанням. Кількість осіб, які регулярно займаються читанням, тобто більше одного разу на тиждень або навіть щодня, варіюється. У Італії цей показник становить 56%, в Польщі – 36%, а в Україні лише 27%. Іншими словами, в

---

<sup>11</sup> Синод Єпископів УГКЦ. Звернення Блаженнішого Святослава: «Майбутнє нашої Церкви, України і народу залежить від освіти та виховання наших дітей». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://synod.ugcc.ua/data/zvernennya-blazhennishogo-svyatoslava-maybutn-nashoy-tserkvy-ukrayny-i-narodu-zalezhyt-vid-osvity-ta-vyhovannya-nashyh-ditey-3284>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>12</sup> Кінцева мета освіти. Євангелізація і зростання у святості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://xic.com.ua/z-zhyttja/11-intervju/355-2015-08-25-15-04-58>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>13</sup> Іван Павло II. *Familiaris consortio* / пер. з італ. Л. Костюк, Г. Кришталь, П. Гусака. Львів: УКУ, 2006. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://dc.lviv.ua/zhuttya\\_v\\_isusi\\_hrikti/nauka\\_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcy-papi-vana-pavla.html](https://dc.lviv.ua/zhuttya_v_isusi_hrikti/nauka_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcy-papi-vana-pavla.html), дата консультації: 11.03.2025.

<sup>14</sup> Синод Єпископів УГКЦ. Звернення Блаженнішого Святослава: «Майбутнє нашої Церкви, України і народу залежить від освіти та виховання наших дітей». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://synod.ugcc.ua/data/zvernennya-blazhennishogo-svyatoslava-maybutn-nashoy-tserkvy-ukrayny-i-narodu-zalezhyt-vid-osvity-ta-vyhovannya-nashyh-ditey-3284>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>15</sup> Всеукраїнський форум Україна 30. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukraine30.com/culture>, дата консультації: 11.03.2025.

Україні лише 27% людей активно займаються читанням книжок щонайменше раз на тиждень. Щоденно книгу читають лише 8% українців<sup>16</sup>.

Це зумовлено тим, що уся інформація знаходиться в соціальних мережах. Не потрібно купляти газети чи підручник, щоб дізнатися щось нове. Часу в людини XXI століття обмаль, а вся необхідна інформація вже є в смартфоні. Відповідно, відсоток читачів книжок знижується. Які книги кращі – паперові чи електронні? Зараз проаналізуємо це.

Результати дослідження, проведеного у 2014 році в Університеті Норвегії, свідчать про те, що люди, які використовують електронні тексти, мають значно гіршу здатність запам'ятовувати історії та послідовність подій у тексті. Анна Менгам, автор цього дослідження, прийшла до висновку, що фізичний контакт з книгою сприяє кращому запам'ятовуванню: психологічно людині значно легше відтворити історію, про яку вона читала на папері<sup>17</sup>.

Паперова книжка має фізичну вагу, яку приємно потримати у руках, в порівнянні з електронним гаджетом. Варто пригадати той момент, коли ми залишаємо книгарню з невеликим, але цінним пакуночком – це неможливо порівняти з тим, коли нам просто передають якийсь файл на флешці<sup>18</sup>. Причина полягає в тому, що наш мозок дивно запам'ятовує не сам текст, а його розташування на сторінці. Таким чином, коли текст знаходиться на певній сторінці і в певному місці, то ми його краще запам'ятовуємо, оскільки такий підхід спрощує структурування інформації в нашому мозку<sup>19</sup>.

На перший погляд, електроенергетичні проблеми здаються неактуальними в наш час: можна заряджувати свої пристрої, де завгодно, і насолоджуватись читанням. Але що робити, коли ми вирушаємо на довгу прогулянку лісом або пікнік в парку. Що краще читати? З паперовою книгою все просто – ми можемо читати під деревом протягом усього дня. З цифровою книгою можуть виникнути непередбачені ситуації, і тоді чарівний момент задоволення від читання втрачається. Тому коли текст знаходиться на певній сторінці, в певному її місці, то нам буде набагато краще сприймати та запам'ятовувати інформацію.

Інше наукове дослідження привело до цікавих результатів: виявилось, що читання паперової книги перед сном допомагає зняти денну напругу і полегшує засинання, у відміню від читання електронних книг. Коли ми дивимося на екран то напружуємо зір і змушуємо мозок більше працювати, що унеможливорює спокійний відпочинок<sup>20</sup>. Мерієнн Вулф, невролог з Університету Тафтса,

<sup>16</sup> Щодня читають тільки 8% українців – Інститут книги. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-culture/3205590-sodna-citaut-tilki-8-ukrainciv-institut-knigi.html>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>17</sup> Паперова чи електронна книга – що краще? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://publish-ukma.kiev.ua/ua/novini/44-paperova-chi-elektronna-kniga.html>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>18</sup> 30 надихаючих цитат про самодисципліну. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://thepdcafe.com/uk/30-inspirational-quotes-on-self-discipline>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>19</sup> Паперова чи електронна книга – що краще? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://publish-ukma.kiev.ua/ua/novini/44-paperova-chi-elektronna-kniga.html>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>20</sup> 30 надихаючих цитат про самодисципліну. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://thepdcafe.com/uk/30-inspirational-quotes-on-self-discipline>, дата консультації: 11.03.2025.

висловлює занепокоєння стосовно поширеної звички сучасних людей читати екранні тексти, оскільки це може викликати проблеми з сприйняттям довгих текстів. Її дослідження свідчать, що чим більше люди читають з екранів, тим складніше для них зосередитися на тривалих текстах.

Узагалі, науковці рекомендують нам читати повільно, уважно і без жодних зайвих відволікань. Якщо ми будемо вправлятися в такому читанні протягом 30-45 хвилин щодня, то наш мозок навчиться «конструктивному лінійному» сприйняттю інформації. Це, у свою чергу, сприятиме зниженню рівня стресу і покращенню нашої здатності до тривалої концентрації<sup>21</sup>.

Ми з'ясували, що читання паперових книг, все ж, дає особистості більше користі від прочитаного ніж віртуальні. Зараз візьмемо до уваги популярні думки щодо читання, а також спробуємо дослідити вплив читання на інтелект особистості. Згідно з дослідженням, проведеним співробітниками Школи громадської охорони здоров'я Єльського університету і опублікованим у журналі *Science & Social Medicine*, читання книг в середньому збільшує тривалість життя на два роки<sup>22</sup>.

Блаженніший Святослав Шевчук зазначає, що ніколи не слід вважати, що ми вже знаємо все, навіть якщо ми досягли певних успіхів у своєму житті. Існує ризик втратити все, що ми вже досягли, якщо зупинимось у своєму розвитку і не продовжуватимемо рости<sup>23</sup>.

Мерієнн Вулф, яка очолює Центр з вивчення навичок читання й мови при Університеті Тафтса, висловлює наступну думку: «зазвичай, коли ви читаєте, у вас є більше часу для роздумів. Читання надає вам унікальну можливість зробити паузу, проаналізувати та зрозуміти прочитане]. Оксана Троян також зазначає: «читання має багато переваг, серед яких поліпшення пам'яті, розвиток нових навчальних навичок і здатність зберегти розумові функції на рівні, що перевершує біологічний вік»<sup>24</sup>. Зараз спробуємо визначити наукові характеристики та ефективність читання. З проаналізованих джерел ми виділили такі складові:

1. читання покращує наш сон. Наукові дослідження вже давно підтвердили, що розумно спланований вечірній час є ефективним способом протидіяти безсонню. Особливо корисним елементом такого розкладу є читання, що є значним плюсом у цьому контексті<sup>25</sup>.

---

<sup>21</sup> Паперова чи електронна книга – що краще? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://publish-ukma.kiev.ua/ua/novini/44-paperova-chi-elektronna-kniga.html>, дата консультації: 11.03.2025.

<sup>22</sup> Як читання впливає на організм. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrainianpeople.us/як-читання-впливає-на-організм/>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>23</sup> Чорненко А. Нагорняк Н. П'ять порад успіху від Блаженнішого Святослава Шевчука та їх науковий аспект. *Добрий Пастир: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія.* № 17, 2022, с. 57.

<sup>24</sup> Троян О. Вплив читання на розвиток мозку. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vsiknygy.net.ua/neformat/48961>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>25</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

2. читання допомагає корегувати наш характер. При читанні різноманітних книг, будь то художня, соціальна або психологічна література, ми активно впливаємо на формування свого характеру, незалежно від віку. Аналізуючи позитивні та негативні риси героїв та їхню моральність, ми порівнюємо їхні вчинки зі своєю власною совістю<sup>26</sup>. Митрополит Андрей Шептицький, який навчав ставитися з повагою до кожного<sup>27</sup>, писав: «душа людини така, як та незаписана картка паперу. Як довго вона незаписана, можна на ній написати і гарні, і добрі речі. Але можна написати й погані, гидкі. А коли картка паперу записана, то вже трудніше письмо на ній змінити і заступити погане письмо якимсь гарним і добрим. Така-то душа малої дитини»<sup>28</sup>.

3. читання дозволяє краще сфокусувати увагу. У сучасному світі, де кожную хвилину з'являється близько 200 нових статусів і завантажується до 60 відеофайлів, зосередитися на чомусь важливому або потрібному стає надзвичайно складно. Проте, читаючи книги і повністю занурюючись у світ, описаний в них, ми навчаємося фокусуватися, а наші думки стають спокійнішими та більш розсудливими<sup>29</sup>.

4. читання стимулює активність головного мозку. Останні дослідження доводять, що звичка читати, яка виникла у дитинстві і супроводжує людину до старості, значно уповільнює процес погіршення пам'яті. У тих, хто зберігає цю звичку, з віком зниження розумової активності і пам'яті відбувається на 32% менш швидко<sup>30</sup>.

5. читання покращує аналітичне мислення. Чим більше ми занурюємось у читання, тим ширший круг знань відкривається перед нами. Крім того, завдяки читанню, ми розвиваємо навички аналізу і краще здатні створювати логічні зв'язки. Читання можна порівняти з мозковим штурмом, де ми активно сприймаємо і обробляємо інформацію<sup>31</sup>.

6. читання розвиває нашу пам'ять. Наукові дослідження свідчать про те, що активні читачі, які щодня відводять принаймні годину на читання книг (незалежно від газет і журналів), розвивають нові зв'язки у своєму мозку і підтримують свою пам'ять в хорошій формі<sup>32</sup>.

---

<sup>26</sup> Як читання впливає на організм. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrainianpeople.us/як-читання-впливає-на-організм/>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>27</sup> Маслій О., Нагорняк Н. Взаємодія Митрополита Андрея Шептицького з іншими релігіями як передумова доброго міжконфесійного діалогу. *Добрий Пастир: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія.* № 18. 2023, с. 327.

<sup>28</sup> Підгородецька І. Добрі слова митрополита Андрея Шептицького. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://center.ucu.edu.ua/biblioteka-novyny/dobri-slova-myropolitya-andreya-sheptytskogo/>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>29</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>30</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>31</sup> Як читання впливає на організм. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrainianpeople.us/як-читання-впливає-на-організм/>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>32</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

7. читачі продуктивніше вивчають нові предмети та краще запам'ятовують їх. Коли ми читаємо, наш мозок виконує роль візуалізаційного пристрою, що допомагає нам запам'ятовувати прочитані уривки. Цей процес сприяє покращенню пам'яті, дозволяючи нам швидше і триваліше зберігати інформацію та спогади<sup>33</sup>.

8. читання покращує емпатію. Коли ми читаємо художню літературу, то це дозволяє нам емоційно відчувати те, що відчуває й переживає інша людина. Цей процес може змінити наше сприйняття багатьох речей та вчинків, дозволяючи нам розглядати їх з різних перспектив і побачити їх крізь призму нашого ближнього<sup>34</sup>.

9. читання може допомогти правильно виразити свої погляди та емоції. Читання сприяє покращенню, розширенню та розвитку мови, тому якщо ви постійно читаете книги, ви не зазнаєте нестачі слів. Дослідження показують, що поглиблення у читанні знижує рівень стресу на 68%. Навіть якщо у вас здається, що ви не маєте достатньо часу на читання, декілька прочитаних сторінок у громадському транспорті або перед сном не тільки покращують ваше самопочуття, але можуть стати як хобі, яке супроводжуватиме вас протягом усього життя.

Читання – це чудовий момент, щоб розпочати розмову. Люди, які люблять читати, відчувають велику радість обговорювати книги з іншими людьми, які також читають. І хоча книги навчають нас відчувати себе комфортно у світі уяви, вони також можуть стати засобом знаходження справжніх друзів та розуміючих однодумців у реальному житті<sup>35</sup>.

**Висновки.** Таким чином, у цій статті ми дослідили, що важливим елементом у розвитку особистості є інтелектуальне пізнання, яке особа набуває в наслідок читання книг. Тут ми зустрілися з дискусією стосовно переваг електронних чи паперових книг. Не дивно, що з'явилися такі суперечки. Адже факт того, що розвиток технологій на базі Штучного Інтелекту дають суспільству набагато більше інформації, випереджає потребу людини у використанні вже існуючої друкованої літератури. Тому, важливим елементом дослідження було навести позитивні складові читання саме паперових книг.

Вдалося з'ясувати, що систематичне читання книг розвиває: пам'ять, розумову активність, когнітивні здібності, словниковий запас, аналітичне мислення, морально-етичну базу та ментальний кругозір особистості.

Якщо поглянути на вище сказане з точки зору теорії запам'ятовування, то можна зрозуміти, що читання паперової літератури актуалізує чуттєву сферу людини, а саме: дотик, зір, слух та нюх. Іншими словами, коли ми читаємо художню книгу, тримаючи її в руках і перегортаючи сторінки, відчуваємо об'єм

<sup>33</sup> Як читання впливає на організм. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrainianpeople.us/як-читання-впливає-на-організм/>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>34</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

<sup>35</sup> Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>, дата консультації: 13.03.2025.

книги, бачимо її колір та якість друку, а це, у свою чергу, впливає на нейронні зв'язки у мозку людини, що покращує якість запам'ятовування прочитаного матеріалу.

Не можливо оминати увагою і ментальну користь читання, а саме: збільшений словниковий запас, більше яскравих прикладів для наслідування, уміння аналізувати особистий характер та корегувати його, а також, сприймаючи досвід інших, навчитися відрізнити фальшиві цінності від правдивих. Усвідомити чим різняться істина та суб'єктивна думка.

Слід підкреслити думку видатних церковних діячів: митрополита Андрея Шептицького, Блаженнішого Святослава Шевчука та інших. Ці постаті, у своїх листах та проповідях, завжди наголошували, що Бог, освіта і навчання повинні бути для суспільства на першому місці. Католицька Церква стоїть перед численними моральними викликами. Якщо ми докладатимемо зусиль для того, щоб мати якісну освіту, а це залежить виключно від нас самих, то зможемо стати ефективним інструментом у руках Божих та істинно нести Його Слово у світ.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. 30 надихаючих цитат про самодисципліну. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://thepdcafe.com/uk/30-inspirational-quotes-on-self-discipline>
2. 7 беззаперечних причин, чому паперові книги кращі за електронні. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.tviysvit.com.ua/7-bezaperrechnykh-prychyn-chomu-papеровi-knyhy-krashchi-za-elektronni>
3. Венедикт XVI. Сіль Землі: Християнство і Католицька Церква в XXI столітті. Розмова Петера Завальда з Йосифом Рацінгером / пер. з нім. О. Конкевича. Львів: Місіонер, 2007.
4. Віллем Ж. Європа та релігії. Ставки XXI століття / пер. з фран. Д. Каратаєва. Київ: Дух і літера, 2006.
5. Всеукраїнський форум Україна 30. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukraine30.com/culture>.
6. Іван Павло II. Familiaris consortio / пер. з італ. Л. Костюк, Г. Кришталь, П. Гусака. Львів: УКУ, 2006. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://dc.lviv.ua/zhuttya\\_v\\_isusi\\_hrichti/nauka\\_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcyu-papi-vana-pavla.html](https://dc.lviv.ua/zhuttya_v_isusi_hrichti/nauka_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcyu-papi-vana-pavla.html).
7. Катехизм Української Греко-Католицької Церкви: Христос – наша Пасха. Львів, 2011.
8. Кінцева мета освіти. Євангелізація і зростання у святості. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://xic.com.ua/z-zhyttja/11-intervju/355-2015-08-25-15-04-58>.
9. Маслій О., Нагорняк Н. Взаємодія Митрополита Андрея Шептицького з іншими релігіями як передумова доброго міжконфесійного діалогу. *Добрий Пастир: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія. № 18. 2023.*

10. Павлишин Н. Блаженніший Святослав про Католицьку освіту. Професійний центр ім. Св. І. Боско. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dyvensvit.org/novyny/1021264/>.
11. Паперова чи електронна книга – що краще? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://publish-ukma.kiev.ua/ua/novini/44-paperova-chi-elektronna-kniga.html>.
12. Пелюшенко О. Чому читання корисне? [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>.
13. Підгородецька І. Добрі слова митрополита Андрея Шептицького. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://center.ucu.edu.ua/biblioteka-novyny/dobri-slova-mytopolyta-andreya-sheptytskogo/>.
14. Підручники. Тертуліан: «Вірю, тому що абсурдно». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian\\_viruyu\\_absurdno](https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian_viruyu_absurdno).
15. Синод Єпископів УГКЦ. Звернення Блаженнішого Святослава: «Майбутнє нашої Церкви, України і народу залежить від освіти та виховання наших дітей». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://synod.ugcc.ua/data/zvernennya-blazhennishogo-svyatoslava-maybutn-nashoy-tserkvy-ukrayny-i-narodu-zalezhyt-vid-osvity-ta-vyhovannya-nashyh-ditey-3284>.
16. Троян О. Вплив читання на розвиток мозку. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://vsiknygy.net.ua/neformat/48961>.
17. Чорненко А. Нагорняк Н. П'ять порад успіху від Блаженнішого Святослава Шевчука та їх науковий аспект. *Добрий Пастр: науковий вісник Івано-Франківської академії Івана Золотоустого. Богослов'я. Філософія. Історія.* № 17, 2022.
18. Щодня читають тільки 8% українців – Інститут книги. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-culture/3205590-sodna-citaut-tilki-8-ukrainsiv-institut-knigi.html>.
19. Як читання впливає на організм. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrainianpeople.us/як-читання-впливає-на-організм/>.

#### REFERENCES:

1. 30 nadykhaiuchykh tsytat pro samodystsyplinu. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://thepdcafe.com/uk/30-inspirational-quotes-on-self-discipline>.
2. 7 bezzaperechnykh prychn, chomu paperovi knyhy krashchi za elektronni. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://www.tviysvit.com.ua/7-bezzaperechnykh-prychyn-chomu-paperovi-knyhy-krashchi-za-elektronni>.
3. Venedykt XVI. Sil Zemli: Khrystyianstvo i Katolytska Tserkva v XXI stolitti. Rozmova Petera Zavalda z Yosyfom Ratsingerom / per. z nim. O. Konkevycha. Lviv: Misioner, 2007.
4. Villem Zh. Yevropa ta relihii. Stavky XXI stolittia / per. z fran. D. Karataieva. Kyiv: Dukh i litera, 2006.
5. Vseukrainskyi forum Ukraina 30. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://ukraine30.com/culture>.

6. Ivan Pavlo II. Familiaris consortio / per. z ital. L. Kostiuk, H. Kryshstal, P. Husaka. Lviv: UKU, 2006. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: [https://dc.lviv.ua/zhuttya\\_v\\_isusi\\_hrici/nauka\\_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcy-papi-vana-pavla.html](https://dc.lviv.ua/zhuttya_v_isusi_hrici/nauka_cerkvy/2407-familiaris-consortio-smeyna-splnota-apostolske-povchannya-svyatshogo-otcy-papi-vana-pavla.html).
7. Katekhyzm Ukrainskoi Hreko-Katolytskoi Tserkvy: Khrystos – nasha Paskha. Lviv, 2011.
8. Kintseva meta osvity. Yevanhelizatsiia i zrostantia u sviatosti. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://xic.com.ua/z-zhyttja/11-intervju/355-2015-08-25-15-04-58>.
9. Maslii O., Nahorniak N. Vzaiemodiia Mytropolyta Andreia Sheptytskoho z inshymy relihiiamy yak peredumova dobroho mizhkonfesiinoho dialohu. Dobryi Pastyr: naukovyi visnyk Ivano-Frankivskoi akademii Ivana Zolotoustoho. Bohoslovia. Filosofiia. Istoriiia. № 18. 2023.
10. Pavlyshyn N. Blazhennishyi Sviatoslav pro Katolytsku osvitu. Profesiinyi tsestr im. Sv. I. Bosko. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://dyvensvit.org/novyny/1021264/>.
11. Paperova chy elektronna knyha – shcho krashche? [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://publish-ukma.kiev.ua/ua/novini/44-paperova-chi-elektronna-kniga.html>.
12. Peliushenko O. Chomu chytannia korysne? [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://chytay-ua.com/blog.php?id=381>.
13. Pidhorodetska I. Dobri slova mytropolyta Andreia Sheptytskoho. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://center.ucu.edu.ua/biblioteka-novyny/dobri-slova-myropolyta-andreya-sheptytskoho/>.
14. Pidruchnyky. Tertulian: «Viriu, tomu shcho absurdno». [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: [https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian\\_viruyu\\_absurdno](https://pidru4niki.com/89495/filosofiya/tertullian_viruyu_absurdno).
15. Synod Yepyskopiv UHKTs. Zvernennia Blazhennishoho Sviatoslava: «Maibutnie nashoi Tserkvy, Ukrainy i narodu zalezhyt vid osvity ta vykhovannia nashykh ditei». [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://synod.ugcc.ua/data/zvernennya-blazhennishoho-svyatoslava-maibutn-nashoy-tserkvy-ukrayny-i-narodu-zalezhyt-vid-osvity-ta-vykhovannya-nashyh-ditey-3284>.
16. Troian O. Vplyv chytannia na rozvytok mozku. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://vsiknygy.net.ua/neformat/48961>.
17. Chornenko A. Nahorniak N. Piat porad uspihu vid Blazhennishoho Sviatoslava Shevchuka ta yikh naukovyi aspekt. Dobryi Pastr: naukovyi visnyk Ivano-Frankivskoi akademii Ivana Zolotoustoho. Bohoslovia. Filosofiia. Istoriiia. № 17, 2022.
18. Shchodnia chytaiut tilky 8% ukraintsiiv – Instytut knyhy. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://www.ukrinform.ua/rubric-culture/3205590-sodna-citaut-tilki-8-ukrainciv-institut-knigi.html>.
19. Yak chytannia vplyvaie na orhanizm. [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <https://ukrainianpeople.us/iak-chytannia-vplyvaie-na-orhanizm/>.

*Стаття надійшла до редакції 19.09.2025 р.  
Стаття рекомендована до друку 03.10.2025 р.*